Fédération québécoise des sports cyclistes

5. GUIDE DES SPORTS CYCLISTES CHAPITRE 5 – VÉLO DE MONTAGNE

5.1 RÈGLES DU VÉLO DE MONTAGNE 2
5.2 GENRES D'ÉPREUVES 2
5.3 NIVEAUX D'HABILETÉS 4
5.4 SÉCURITÉ 4
5.5 LICENCES 5
5.6 MAILLOTS 5
5.7 TRANSFERT DE CLUB 5
5.8 PARTICIPATION AUX ÉPREUVES DE LA COUPE DU MONDE 6
5.9 CHAMPIONNATS QUÉBECOIS – CROSS-COUNTRY, XCSPRINT ET DESCENTE 6
5.10 CLASSEMENT PAR CLUB 7
5.11 LES ÉPREUVES POUR LES CATÉGORIES DE MOINS DE 10 ANS 8
5.12 CORRECTIONS DE RÉSULTATS 8
5.13 SÉRIE COUPE DU QUÉBEC DE VÉLO DE MONTAGNE XCO/DH 9
5.14 ÉPREUVES RAIDS/MARATHONS 14
5.15 ÉPREUVES XCSPRINT 15
5.16 ÉPREUVES XCRELAIS 17
5.17 ÉPREUVES SUPERD 17
5.18 ÉVÈNEMENTS RÉGIONAUX 18
5.19 CHAMPIONNAT DES RÉGIONS 19
5.20 ÉPREUVES RÉCRÉATIVES – ENDURO 19
5.21 PRIX ET BOURSES 21

2011-07-05

5.1 RÈGLES DU VÉLO DE MONTAGNE

Les règlements qui suivent s'appliquent aux compétitions sanctionnées par la FQSC tel que spécifiées, ainsi qu'à tous les cyclistes (licenciés du Québec ou de l'extérieur du Québec) qui y prennent part.

5.2 GENRES D'ÉPREUVES

Les épreuves en vélo de montagne peuvent prendre différentes formes : le cross-country olympique, le critérium, le contre-la-montre individuel, le relais, la descente, le cross-country sprint, **le SuperD**, le 4X et le trial. Voici quelques caractéristiques spécifiques à chacune de ces épreuves :

ENDURANCE

5.2.1 Cross-country olympique (XCO)

Le cross-country olympique, est une épreuve disputée en groupe, sur un parcours **se rapprochant** d'une distance de 4 km, basée sur les principes de développement en place, aménagé sur des chemins, sentiers et pistes de profil varié, comprenant montées et descentes et différents types de surface de roulement. Il sera de préférence en forme de trèfle. La durée d'une épreuve de cross-country format olympique doit s'inscrire dans différentes fourchettes de temps selon les catégories. Le parcours d'une épreuve de cross-country devra comprendre, dans la mesure du possible, des tronçons de routes et de pistes forestières, des champs et des chemins de terre ou recouverts de gravier, et présenter des variations de dénivellation importantes. La distance à parcourir sur routes pavées ou goudronnées ne doit pas excéder 15% du parcours total.

5.2.2 Cross-country raid/marathon (XCM)

L'épreuve peut se dérouler en un seul tour ou sur plusieurs tours, avec un maximum de trois (3) tours.

Le parcours ne peut comprendre aucun endroit où les participants doivent passer deux fois, **sauf si l'épreuve contient plus d'un tour**. La durée et la distance d'une épreuve de cross-country format marathon doivent répondre aux normes suivantes :

Temps minimum	*Distance minimum*	*Distance maximum*
4 heures	60 km	**100 km**

Tout organisateur souhaitant utiliser des distances autres que celles stipulées, doit obtenir l'accord préalable de la FQSC.

5.2.3 Cross-country sur circuit court ou critérium (XCC)

Le départ et l'arrivée se situeront au même endroit. Le circuit sera de maximum 4 km. Des obstacles naturels et/ou artificiels ne seront autorisés que si une sécurité totale peut être assurée.

5.2.4 Cross-country relais par équipes (XCR)

Chaque équipe inscrit le nombre d'athlètes requis selon les catégories masculines et féminines demandées. Chaque membre de l'équipe franchit la distance annoncée. L'équipe gagnante est celle dont le dernier membre franchit le premier la ligne d'arrivée. **Au Québec, le relais par équipe se fait en équipe de deux par sexe et regroupe ensemble les catégories Minime et Cadet de même que les catégories Junior (Sport/Expert) et Senior (Élite/Expert).**

5.2.5 Cross-country contre-la-montre (XCT)

Épreuve individuelle chronométrée sur un parcours varié pouvant s'inspirer du cross-country olympique. Le circuit d'une épreuve de cross-country contre-la-montre sera de 5 km au minimum et de **9** km au maximum. Il se déroule sur un parcours en boucle ou avec un départ et une arrivée situés à des points différents. **Les épreuves XCT ne devraient être utilisées que pendant les épreuves par étapes.**

Lorsqu'un pilote manque son heure de départ et qu'il est à l'intérieur de sa période de 30 secondes ou 1 minute, il pourra partir avec le retard en fonction de son temps prévu. S'il devrait se présenter après cette période de 30 secondes ou 1 minute, il pourra prendre le départ une fois que tous les pilotes de la catégorie seront sur le parcours et ce avec une pénalité égale au temps inséré entre chaque participant de la catégorie.

5.2.6 Épreuve par étapes

Une épreuve par étapes est constituée d'une série d'épreuves de cross-country qui sont disputées par des participants individuels et par des équipes. Les participants doivent terminer chacune des étapes, en respectant les règles la concernant, afin de pouvoir se présenter à l'étape suivante. Les épreuves par étapes se disputent sur minimum trois jours et maximum huit jours. Les épreuves par étapes sur huit jours devront comprendre un jour de repos. Il peut être organisée une étape par jour seulement et les étapes ne doivent pas débuter avant 9h00 du matin.

GRAVITÉ

5.2.7 Descente (DH)

Épreuve chronométrée individuellement qui doit être aménagée entièrement en pente descendante. Le parcours d'une descente doit présenter un profil descendant. Le parcours devra présenter des secteurs différents: pistes étroites et pistes larges, chemins forestiers, pistes champêtres, pistes en forêt et pistes rocailleuses. Il devra d'autre part présenter une variation de tronçons techniques et rapides. Plutôt que sur la capacité des pilotes à pédaler, l'accent devra être porté sur leur habileté technique.

5.2.8 4X (Four Cross)

Le 4X est une épreuve éliminatoire opposant quatre pilotes qui s'élancent côte à côte sur un même parcours descendant. La nature de cette compétition sous-entend qu'il peut y avoir certains contacts, non intentionnels, entre les pilotes. Ils seront tolérés si, suivant l'appréciation du Président du Collège des commissaires, ils restent dans les limites de l'esprit de l'épreuve, de l'équité et la sportivité vis-à-vis des autres concurrents. Il faut idéalement des parcours tracés sur des pentes modérées dont l'inclinaison est progressive. Le parcours doit comporter un mélange de sauts, de bosses, de virages relevés (berms), de creux, de tables naturelles et autres figures spéciales. Il peut également comprendre des virages à plat. Il ne devrait pas y avoir de montée obligeant un pédalage. Le parcours doit être suffisamment large pour permettre aux quatre pilotes de se positionner côte à côte et pour permettre le dépassement.

5.2.9 SuperD

Une épreuve hybride combinant les aspects du cross-country et de la descente. C'est également une épreuve dont le parcours a beaucoup plus de sections en descente qu'en montée. Les parcours prévoient une courte section en montée (100 à 200 mètres) où l'utilisation des montures spécifiques à la descente devient difficile. Ces parcours sont généralement dépourvus de sauts et pas aussi technique que les parcours de descente habituels, ils testent à la fois un coureur à l'endurance et ses compétences à manier le vélo.

AUTRE

5.2.10 Cross-country Sprint (XCS)

Le XCSprint en vélo de montagne **aussi appelé cross-country éliminatoire par l'UCI**, est une épreuve inspirée de ce qui se fait en ski de fond, qui permet de rapprocher le vélo de montagne des spectateurs et de faciliter la couverture médiatique. De ce fait, l'événement XCSprint augmente l'intérêt des commanditaires pour les athlètes et les organisateurs. Le parcours peut comprendre des sections asphaltées jusqu'à concurrence de 50% de la distance totale qui doit varier entre **1 km et 1,5 km** selon le niveau de difficulté**. Offert aux catégories Pee wee, Minime, Cadet et Junior (Sport/Expert) et Senior Élite dans le cadre d'un évènement de la Coupe du Québec, ce type d'épreuve procure des points au cumulatif de la série Coupe du Québec par sa participation et ses performances.**

5.2.11 Épreuve récréatives

Pour une clientèle populaire, l'épreuve récréative est un moyen de développer la pratique récréative du vélo de montagne et aussi potentiellement, être une porte d'entrée à une éventuelle participation à un évènement cycliste de type compétitif. Il faut donc penser à l'expérience des adeptes, celle-ci doit être positive, donc sans source de stress particulier.

5.2.12 Trial

Le trial est un sport de compétition cycliste dans lequel il s'agit de parcourir un circuit donné comportant des «zones contrôlées» (sections), avec un minimum de fautes (pénalités). La durée totale de la course, nécessaire pour passer tous les obstacles, est prévue en conséquence. Les sections consistent en passages difficiles. Chaque section doit comporter au maximum trois difficultés principales (obstacles), soit artificielles, soit naturelles, par ex. : pierres, eau, sable, escaliers, déclivités, troncs d'arbre, tuyaux en béton, etc. Le trial comprend officiellement les types d'épreuves suivants, décrits dans les règlements des compétitions de Trial :

20" (Vélo Trial) ;

26" (Vélo Tout Terrain).

5.3 NIVEAUX D'HABILETÉS

Les présentes définitions visent à établir des lignes directrices pour aider les cyclistes à déterminer le niveau de compétition qui leur est approprié. Ceci dans le but ultime de prévenir les déséquilibres issus d'athlètes inscrits dans une catégorie en dessous ou au-dessus de ses habiletés, et de garantir une expérience enrichissante pour tous les cyclistes.

Élite : athlètes ayant plusieurs années de compétition à leur actif, souvent membres de clubs ou de groupes sportifs, qui s'entraînent sur une base régulière et ont des objectifs de performance sur les scènes provinciale, nationale et internationale.

Expert : athlètes ayant quelques années d'expérience de compétition à leur actif, disposant d'un temps plus limité pour l'entraînement et souhaitant courir au niveau provincial. Souvent une catégorie de transition entre les catégories sport et élite.

Sport : cyclistes débutants à intermédiaires au niveau de la compétition de vélo de montagne ou provenant d'une autre discipline sportive. Souvent une catégorie de transition avant de passer chez les experts. Cyclistes disposant d'un temps limité pour s'entraîner et ayant des objectifs de performance personnels.

IMPORTANT

La licence Senior Élite est ouverte aux 19 ans et plus, donc le cycliste d'âge Maître peut, en début de saison, s'inscrire dans cette catégorie (ce choix sera effectif pour toute la saison). Si tel est le cas, il devra cependant évoluer dans la catégorie Senior Élite toute la saison, incluant les Championnats Canadiens et Québécois.

5.4 SÉCURITÉ

À l'entraînement ou en compétition, le pilote de descente doit respecter les règles suivantes pour sa protection :

- **Tout équipement vestimentaire «lycra–élastane » près du corps est interdit ;**
- **L'obligation de porter un casque de protection intégrale monobloc attaché homologué selon une des normes : CAN/CSA-D113.2-FM89 ou ASTM F1952-00. Le port d'un casque à visage découvert est interdit ;**
- **L'obligation de porter une lunette de protection incassable ;**
- **L'obligation de porter des gants couvrant la totalité des doigts ;**
- **L'obligation de porter des coudières, une protection dorsale et des genouillères.**

La FQSC recommande fortement de porter les accessoires de protection suivants :

- **protection de la nuque et des cervicales ;**
- **pantalon long, ample et fabriqué en matériau résistant à la déchirure incluant des protections du genou et du tibia ou un pantalon court, ample et fabriqué en matériau résistant à la déchirure accompagné de protège-genoux et protège-tibias avec une surface rigide ;**
- **maillot à manches longues.**

5.5 LICENCES

Vous devez obligatoirement apposer vous-même sur l'endos de la licence, une photo d'identité format passeport (1 ¾'' x 2'')

Une vérification de la licence doit obligatoirement être faite lors de l'inscription de toutes les compétitions sanctionnées par la FQSC. À l'intérieur d'une série d'évènements ayant des plaques uniques, il sera possible de procéder à la vérification de la licence annuelle qu'une seule fois et par la suite, la signature sera demandée lors de chaque participation à la dite série. Lors des autres évènements, sans présentation de la licence après le 1er juillet, des frais de 10 $ peuvent vous être demandés pour participer à la course.

5.6 MAILLOTS

Lors des courses régionales, les règlements ci-dessous seront appliqués aux catégories élite et expert seulement.

Lors des évènements de la Coupe du Québec, ils s'appliqueront à **TOUTES LES CATÉGORIES** sauf Coccinelle, Bibitte, Pee wee et Minime.

5.6.1 Exposition de la règlementation

- Le cycliste non membre d'un club ne peut porter de maillot des publicités ou des commanditaires au nom d'un club. Cependant, lors d'une compétition régionale, provinciale ou interprovinciale, un membre indépendant peut porter sur son maillot l'inscription d'une seule identification commerciale sur une surface ne dépassant pas 10 cm X 15 cm. Le membre indépendant ne peut afficher aucun commanditaire lors des épreuves internationales (Coupe Canada, Championnats Canadiens, Coupe du Monde).
- Pour toutes les courses se déroulant avant le 1er juillet, le cycliste portant un maillot non réglementaire recevra un avertissement de la part d'un commissaire ou du délégué technique.
- Pour les courses se déroulant après le 1er juillet, le cycliste ayant un maillot non réglementaire pourrait se voir interdire le départ avec ce maillot. Il pourrait alors prendre le départ s'il change de maillot.
- Un membre ne pourra identifier qu'un seul club par secteur lors de sa demande de licence et ce même s'il est supporté sur son maillot ou son cuissard par plus d'un club ou des commanditaires externes.

5.7 TRANSFERT DE CLUB

La licence émise à un athlète par la FQSC, expire le 31 décembre de chaque année. Un athlète appartenant à un club peut faire son transfert d'un club à un autre entre le 31 octobre et le 1er avril. Le transfert de club exige qu'un athlète indique à la FQSC sur sa demande de licence, le nom du nouveau club dans la case indiquée à cet effet.

Lorsqu'un club avise par écrit la FQSC son intention de cesser ses activités, cesse ses opérations ou est dissout, ses athlètes peuvent alors se joindre à un autre club sans demande de transfert.

Un athlète peut obtenir son transfert en dehors de la période du 31 octobre au 1er avril, s'il obtient de son club d'appartenance affilié à la FQSC, une libération dûment signée par le président de ce club sur le formulaire prescrit par la FQSC. Le président du nouveau club de l'athlète devra également obtenir une copie de cette libération.

L'athlète appartenant à un club peut devenir indépendant en tout temps au cours d'une année. Il n'a pas, en ces circonstances, à obtenir le consentement de son club d'origine. Toutefois, si au cours de la même année il désire s'affilier à un autre club, il doit alors obtenir le consentement de son club d'origine.

Pour télécharger le document de transfert de club : http://www.fqsc.net/sites/default/files/transfert_de_club_vm.pdf

5.8 PARTICIPATION AUX ÉPREUVES DE LA COUPE DU MONDE

Les conditions de participation aux épreuves Coupe du monde Mountain Bike UCI sont les suivantes :

- Les athlètes doivent avoir un minimum de 20 points UCI au classement individuel **en cours** pour s'inscrire aux épreuves XCO et DH* ;
- Les athlètes doivent s'inscrire à l'Association cycliste canadienne par l'intermédiaire de la FQSC ou de leur équipe affiliée avec l'UCI ;

*La règle des 20 points UCI n'est pas en vigueur pour les épreuves de 4X.

Pour obtenir le formulaire d'inscription écrivez à rvm@fqsc.net

5.9 CHAMPIONNATS QUÉBECOIS – CROSS-COUNTRY, XCSPRINT ET DESCENTE

Les Championnats Québécois se veulent l'évènement ultime et ont pour objectif de reconnaître les performances des meilleurs athlètes québécois qui, dont la plupart, évoluent à un niveau national ou international en saison. Dans la mesure du possible, les Championnats Québécois ont lieu dans une période de l'année qui permet à nos meilleurs athlètes québécois qui évoluent à l'extérieur d'être présents pour l'obtention du titre de «champion québécois».

Autant que faire se peut, les championnats seront jumelés à une épreuve de la Coupe du Québec, les participants cumuleront également des points au classement de la Coupe du Québec en plus de mettre à l'enjeu le titre de «champion québécois». Toutefois une seule cérémonie protocolaire comprenant plusieurs remises de médailles sera effectuée lors de l'événement.

La participation des cyclistes hors-Québec est autorisée, mais seuls les cyclistes québécois peuvent remporter le titre de «champion québécois» (également pour l'accès au podium ; 1ere, 2e et 3e position). Les cyclistes hors-Québec remportent cependant les prix et bourses se rattachant à la position obtenue s'il y a lieu.

5.9.1 Catégories éligibles aux maillots de champion québécois

Un maillot de champion québécois sera décerné à toutes les catégories dont la catégorie de compétition est la plus élevée en fonction de l'âge de l'athlète. Pour qu'un maillot soit décerné, **un minimum de trois cyclistes** devra avoir pris le départ.

Cross-country olympique (XCO)	Cross-country sprint (XCS)	Descente (DH)
Pee wee	**Pee wee**	N/D
Minime	**Minime**	N/D
Cadet	**Cadet**	Cadet
Junior Expert	**Junior**	Junior Expert
Senior Elite	**Senior**	Senior Elite
Maître Expert 30-39 homme	**N/D**	Maître Expert 30-39 homme
Maître Expert 40-49 homme	**N/D**	Maître Expert 40-49 homme
Maître Expert 30 ans & + femme	**N/D**	Maître Expert 30 ans & + femme
Maître Expert 50-59 homme	**N/D**	Maître 50 ans & + homme
Maître Expert 60 ans & + homme	**N/D**	N/D

5.10CLASSEMENT PAR CLUB

Depuis 2005, le secteur du vélo de montagne met en place un classement par club qui est établi lors des Championnats Québécois de vélo de montagne. **Avec l'ajout des épreuves XCRelais au calendrier provincial pour les catégories de développement et de haute performance, le classement par club se voit bonifié et désormais davantage interactif.** Voici dans un premier temps, un rappel des objectifs poursuivis par la tenue d'un tel classement :

- Susciter chez les clubs le recrutement d'athlètes **dans les catégories de développement** (Pee wee, Minime et Cadet, garçon et fille) ;
- Valoriser et récompenser ces mêmes clubs ;
- Favoriser un sentiment d'appartenance à ces clubs ;
- Créer un enjeu collectif **tout au long de la saison**, où tous les athlètes d'un club sont partie prenante.

LE CLASSEMENT PAR CLUB SERA ÉTABLI DE LA FAÇON SUIVANTE

Il est en vigueur lors des épreuves cross-country relais figurant au calendrier provincial et lors de l'épreuve de cross-country olympique dans le cadre des Championnats Québécois.

Lors des Championnats québécois, le volet ***compétition*** consistera en l'addition des résultats obtenus en pourcentage des deux meilleurs performeurs de chaque club pour chacune des catégories à l'intérieur des classements club Espoir, équipe/club Performance et club Sportif.

De plus, un volet ***participation*** sera additionné au volet compétitif et fonctionnera de la façon suivante :

CLUB ESPOIR

- 200 points pour un total de 12 cyclistes par club (toute catégorie confondue)
- 100 points bonis pour un total de 16 cyclistes par club (toute catégorie confondue)

ÉQUIPE / CLUB PERFORMANCE

- 200 points pour un total de 8 cyclistes par club (toute catégorie confondue)
- 100 points bonis pour un total de 12 cyclistes par club (toute catégorie confondue)

CLUB SPORTIF

- 200 points pour un total de 10 cyclistes par club (toute catégorie confondue)
- 100 points bonis pour un total de 14 cyclistes par club (toute catégorie confondue)

Les cyclistes classés ***DNF*** sont cumulés dans le volet participation uniquement.

Lors des épreuves cross-country relais, le volet compétition consistera en l'addition des résultats obtenus en points des trois meilleures équipes représentant chaque club. Seules les catégories club Espoir et équipe / club Performance bénéficieront des points reliés aux épreuves cross-country relais, puisque ces dernières sont ouvertes aux catégories Minime, Cadet, Junior Expert et Senior Élite (voir 5.16.).

Voir l'exemple suivant :

Rang	Club	Plaque	Noms	Lap1	Lap2	Lap3	Lap4	Temps total	Diff	Pourcentage
1	CNM Evolution	7	Paul Comtois	0:22:46.0	0:05:00.1	***	0:05:14.1	0:40:53.8	+0.0	100,00%
			Louis-Jacques Casault	0:04:45.3	0:04:31.5	***	-0:11:51.5			
2	CVM Armand-Imbeault	6	Ferdinand Vandry	0:22:34.0	0:05:04.7	0:05:10.8	***	0:41:03.5	+9.7	98,45%
			Palasis Prince	0:04:47.8	0:04:59.7	0:10:10.2	***			
3	CVM Armand-Imbeault	10	Charles De Koninck	0:22:21.0	0:04:55.2	0:04:59.3	0:05:01.5	0:41:26.6	+32.8	97,25%
			Alexandre Vachon	0:05:12.2	0:05:15.3	0:05:16.3	-0:11:34.3			
4	CVM Armand-Imbeault	2	Jean-Charles Bonenfant	0:22:51.1	0:05:23.1	0:05:31.0	0:05:21.5	0:42:40.0	+1:46.2	96,29%
			Adrien Pouliot	0:04:57.5	0:05:02.8	0:05:12.7	-0:11:40.2			
5	CNM Évolution	4	Alphonse Desjardins	0:22:55.8	0:05:26.3	0:05:22.6	0:05:21.2	0:42:45.2	+1:51.4	95,75%
			Gene-H Krueger	0:04:59.1	0:05:04.8	0:05:11.1	-0:11:35.9			
6	CVM Armand-Imbeault	1	Maurice Pollack	0:22:49.1	0:05:15.5	0:05:13.5	0:05:17.9	0:42:51.8	+1:58.0	95,00%
			Joseph-Antoine de Sève	0:05:15.1	0:05:10.7	0:05:21.5	-0:11:31.8			
7	CC Camille-Marcoux	12	Alphonse-Marie Parent	-0:37:06.7	0:05:11.3	0:05:10.0	0:03:01.0	0:43:23.1	+2:29.3	93,28%
			Félix-Antoine Savard	1:00:51.1	0:05:18.0	0:05:14.6	-0:04:16.4			

Le club CVM Armand-Imbeault obtient un maximum de 291,99 points

Catégorie club Espoir :

Les résultats des participants dans les six catégories suivantes sont comptabilisés : *Pee wee F, Pee wee M, Minime F, Minime M, Cadet F et Cadet M*.

Catégorie équipe / club Performance :

Les résultats des participants dans les huit catégories suivantes sont comptabilisés : *Junior F, Junior expert M, Senior expert F, Senior expert M, Senior élite F, Senior élite M, Maître expert F et Maître expert M*.

Catégorie club Sportif :

Les résultats des participants dans les cinq catégories suivantes sont comptabilisés : *Junior sport M, Senior sport F, Senior sport M, Maître sport F et Maître sport M*.

Le club qui totalisera le plus haut pointage sera couronné «champion québécois» au classement par équipe. Les trois gagnants du classement par équipe se verront remettre une plaque pour témoigner de leur performance.

5.11 LES ÉPREUVES POUR LES CATÉGORIES DE MOINS DE 10 ANS

Lors de la commission d'orientation du secteur vélo de montagne tenue en 2009 à St-Hyacinthe, les membres et délégués présents ont tenu à ce qu'une emphase plus grande soit mise sur le développement des moins de 10 ans dans les évènements régionaux, mais également provinciaux.

Depuis plusieurs années, le parcours devait avoir une distance variant entre 500 m et 750 m, être plat et ne comporter aucune difficulté majeure. Cependant, en se référant au Modèle de développement de l'athlète (MDA) en vélo de montagne développé par la FQSC et approuvé par le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, il est impératif pour des adeptes du cyclisme âgés de moins de 10 ans, de développer leurs habiletés plutôt que leurs capacités à tourner dans un parcours souvent peu sécuritaire et axé sur l'endurance.

C'est pourquoi tous les évènements, qu'ils soient régionaux ou provinciaux, dédiés aux catégories de moins de 10 ans, seront composées d'abord de jeux d'habiletés à caractère ludique **et ensuite d'épreuves disputées dans une piste de pompe ce qui permettra de transférer les habiletés vers la pratique du vélo de montagne.**

AUTRES SPÉCIFICATIONS

- Un minimum de quatre jeux seront installés par l'organisateur ;
- Aucun classement cumulatif ne sera compilé pour cette catégorie ;
- L'organisateur et le Collège des commissaires ne diffuseront pas de résultats, mais bien des performances, lors de «*La récréation Bibitte & Coccinelle dans la zone des jeux d'habiletés*» ;
- Une célébration pourra être faite à l'intérieur de la zone des jeux d'habiletés suite à «*La récréation Bibitte & Coccinelle dans la zone des jeux d'habiletés*», cependant, si des médailles ou prix sont distribués, tous en recevront (aucun podium) ;
- Une seule journée sera offerte lors de week-end double en cross-country olympique.

Le participant doit obligatoirement porter des souliers fermés**.** Référez-vous au http://www.fqsc.net/sites/default/files/jeuxhabiletesmtb.pdf pour obtenir davantage d'information sur les jeux d'habiletés qui se retrouveront lors de ces évènements.

5.12 CORRECTIONS DE RÉSULTATS

Afin de permettre aux participants un service de diffusion de résultats le plus exact possible, la FQSC met en place tous les efforts nécessaires pour répondre aux demandes de corrections de résultats dans les épreuves dont elle a le mandat de chronométrage. Cependant, dans le but de fixer des limites à ce processus, il a été établi que le temps maximal pour procéder à une correction de résultat sur le site de course est de 15 minutes après l'affichage des résultats et de une

semaine après la tenue de l'évènement (et donc de l'affichage sur le site Web de la FQSC). La FQSC ne donnera suite à aucune requête après ces délais établis.

5.13SÉRIE COUPE DU QUÉBEC DE VÉLO DE MONTAGNE XCO/DH

Pour établir le classement final de la Coupe du Québec, le comité directeur du vélo de montagne de la FQSC retiendra :

Cumulatif des épreuves d'endurance (XCO)

- **Résultats des 6 meilleures courses sur 11 courses, s'il y a 11 courses**
- **Résultats des 5 meilleures courses sur 11 courses, s'il y a 11 courses (Pee wee, Minime & Cadet)**
- **Résultats des 6 meilleures courses sur 10 courses, s'il y a 10 courses**
- **Résultats des 5 meilleures courses sur 10 courses, s'il y a 10 courses (Pee wee, Minime & Cadet)**
- **Résultats des 5 meilleures courses sur 9 courses, s'il y a 9 courses**
- **Résultats des 4 meilleures courses sur 9 courses, s'il y a 9 courses (Pee wee, Minime & Cadet)**
- **Résultats des 5 meilleures courses sur 8 courses, s'il y a 8 courses**
- **Résultats des 4 meilleures courses sur 7 courses, s'il y a 7 courses**

Cumulatif des épreuves de descente (DH)

- **Résultats des 5 meilleures descentes sur 9 descentes, s'il y a 9 descentes**
- **Résultats des 5 meilleures descentes sur 8 descentes, s'il y a 8 descentes**
- **Résultats des 5 meilleures descentes sur 7 descentes, s'il y a 7 descentes**
- **Résultats des 4 meilleures descentes sur 6 descentes, s'il y a 6 descentes**
- **Résultats des 3 meilleures descentes sur 5 descentes, s'il y a 5 descentes**
- **Résultats des 3 meilleures descentes sur 4 descentes, s'il y a 4 descentes**
- **Résultats des 2 meilleures descentes sur 3 descentes, s'il y a 3 descentes**
- **Résultats des 2 meilleures descentes sur 2 descentes, s'il y a 2 descentes**

En 2011, les 4 meilleurs résultats sur les 9 épreuves d'endurance, seront retenus pour déterminer le classement cumulatif chez les Pee wee, Minime et Cadet. Pour les catégories Junior, Senior et Maître, les 6 meilleurs résultats sur les 10 courses, seront retenus pour déterminer le classement cumulatif. Les 3 meilleurs résultats de descente (DH) parmi les 5 descentes, seront retenus pour le classement cumulatif. **La participation à une épreuve XCSprint n'est pas une étape ajoutée au cumulatif, elle ne fait que bonifier la participation au cumulatif.**

La Coupe du Québec est ouverte aux cyclistes hors Québec. Seuls les cyclistes canadiens seront retenus pour le classement cumulatif final. À noter que la participation à la finale n'est pas obligatoire pour apparaître au classement cumulatif de la Coupe du Québec, mais que celle-ci comptera pour 120 points soit : 20 points pour la prise du départ et 100 points pour la course.

5.13.1 Catégories éligibles et prix d'inscriptions

CATÉGORIES	SEXE	AGE	ANNÉES	XCO		DH		TEMPS MIN & MAX (XCO)
				CpQc	UCI C1 / CN	CpQc	UCI C2 / CN	
Bibitte & Coccinelle	Féminin	10 ans et -	2002–2006	**8 $**	**8 $**	**N/A**	**N/A**	**N/A**
Bibitte & Coccinelle	Masculin	10 ans et -	2002–2006	**8 $**	**8 $**	**N/A**	**N/A**	**N/A**
Pee Wee	Féminin	10-12 ans	1999–2001	**25 $**	**25 $**	**N/A**	**N/A**	0h20 et 0h45
Pee Wee	Masculin	10-12 ans	1999–2001	**25 $**	**25 $**	**N/A**	**N/A**	0h25 et 0h45
Minime	Féminin	13-14 ans	1997–1998	**25 $**	**25 $**	**N/A**	**N/A**	0h25 et 0h45
Minime	Masculin	13-14 ans	1997–1998	**25 $**	**25 $**	**N/A**	**N/A**	0h30 et 0h45
Cadet	Féminin	15-16 ans	1995–1996	**30 $**	**30 $**	**30 $**	**30 $**	**0h40** et **0h55**
Cadet	Masculin	15-16 ans	1995–1996	**30 $**	**30 $**	**30 $**	**30 $**	**0h45 et 1h00**
Junior Expert	Féminin	17-18 ans	1993–1994	**35 $**	**45 $**	**40 $**	**50 $**	1h00 et **1h15**
Junior Sport	Masculin	17-18 ans	1993–1994	**30 $**	**30 $**	**35 $**	**35 $**	0h45 et 1h00
Junior Expert	Masculin	17-18 ans	1993–1994	**35 $**	**45 $**	**40 $**	**50 $**	**1h00 et 1h15**
Senior Sport	Féminin	19-29 ans	1982–1992	**30 $**	**30 $**	**35 $**	**35 $**	1h00 et 1h15
Senior Sport	Masculin	19-29 ans	1982–1992	**30 $**	**30 $**	**35 $**	**35 $**	1h15 et 1h30
Senior Expert	Féminin	19-29 ans	1982–1992	**35 $**	**35 $**	**40 $**	**40 $**	1h15 et 1h30
Senior Expert	Masculin	19-29 ans	1982–1992	**35 $**	**35 $**	**40 $**	**40 $**	**1h15** et **1h30**
Senior Élite	Féminin	19-29 ans	1982–1992	**40 $**	**55 $**	**45 $**	**55 $**	1h30 et **1h45**
Senior Élite	Masculin	19-29 ans	1982–1992	**40 $**	**55 $**	**45 $**	**55 $**	1h30 et **1h45**
Maître Sport 30 & +	Féminin	30 et plus	1972 et avant	**30 $**	**30 $**	**N/A**	**N/A**	1h15 et 1h30
Maître Sport 30-39	Masculin	30-39 ans	1972–1981	**30 $**	**30 $**	**35 $**	**35 $**	1h30 et 1h45
Maître Expert 30-39	Masculin	30-39 ans	1972–1981	**35 $**	**35 $**	**40 $**	**40 $**	1h30 et 1h45
Maître Expert 30 & +	Féminin	30 et plus	1972 et avant	**35 $**	**35 $**	**40 $**	**40 $**	1h30 et 1h45
Maître Expert 40-49	Masculin	40-49 ans	1962–1971	**35 $**	**35 $**	**40 $**	**40 $**	1h15 et 1h30
Maître Sport 40-49	Masculin	40-49 ans	1962–1971	**30 $**	**30 $**	**N/A**	**N/A**	1h15 et 1h30
Maître Expert 50-59	Masculin	50-59 ans	1961–1952	**35 $**	**35 $**	**40 $**	**40 $**	1h15 et 1h30
Maître 60 & +	Masculin	60 ans et plus	1951 et avant	**35 $**	**35 $**	**N/A**	**N/A**	1h15 et 1h30

Les temps optimaux représentent ceux pour la plus importante épreuve d'endurance de l'évènement. S'il y a une deuxième épreuve d'endurance, ces temps deviennent maximaux, soit le temps du dernier cycliste.

5.13.2 Plaque permanente

Depuis maintenant 8 ans, dans le cadre de la Coupe du Québec, chaque cycliste se voit remettre une plaque en début de saison qu'il doit conserver tout au long de celle-ci. Cette mesure vise à faciliter le travail du Collège des commissaires, celui des comités organisateurs, du processus de préinscription tout en permettant une identification plus facile de la part des spectateurs.

Lors de l'inscription, le cycliste doit obligatoirement présenter sa licence au commissaire et donner son numéro de plaque permanente aux bénévoles présents à cet effet.

Un participant qui se présentera à la ligne de départ ou prendra part à la compétition sans avoir payé son inscription, devra payer le double du prix de l'inscription lors de cette course et sera suspendu pour les trois prochaines tranches de la Coupe du Québec. Dans le cas d'une deuxième infraction, le cycliste sera automatiquement suspendu pour une période de 12 mois. **Afin de palier à cette problématique un bracelet est remis lors de chaque inscription. Le bracelet doit obligatoirement être porté au poignet et montré aux commissaires procédant à l'appel des coureurs.**

L'athlète surpris à avoir prêté sa plaque à quelqu'un se verra retirer sa licence pour une période de 12 mois.

La plaque n'est valable que pour un an et sera remplacée l'année suivante. Toute modification à la plaque (coupé, autocollant, etc.) peut entraîner le remplacement de la plaque aux frais du cycliste.

L'athlète qui n'a pas sa plaque à une course devra débourser des frais de **8** $ pour l'obtention de sa nouvelle plaque. Cette plaque portera le même numéro que l'ancienne plaque.

L'athlète ayant pris une licence d'événement se verra remettre une plaque qu'il conservera. S'il décide de participer à un autre événement de la Coupe du Québec il devra avoir en sa possession sa plaque ou débourser des frais de **8** $ pour l'obtention d'une nouvelle plaque.

5.13.3 Ordre de départ (sauf lorsqu'une sanction Internationale prévaut)

Pour les épreuves cross-country olympique (XCO) et de descente (DH), les participants seront appelés à la ligne de départ :

1. **suivant le dernier classement individuel Coupe du Québec publié du format concerné (ou le classement au 31 décembre dernier si aucun classement du format concerné n'a été publié depuis le début de l'année) ;**
2. **les participants non classés : aléatoire.**

5.13.4 L'utilisation des transpondeurs

La FQSC a fait l'acquisition d'un système de chronométrage à transpondeurs. L'objectif de ce système est de faciliter la tâche des commissaires ainsi que d'accélérer le processus de diffusion des résultats. De plus, ce système permet une réception des données plus précise et personnalisée. On retrouve ce système sur tous les évènements de la Coupe du Québec de vélo de montagne en cross-country olympique et quelques évènements marathons.

Dans le concret, un participant, un entraîneur ou un spectateur peut désormais, moyennant la création d'un profil, voir sur le site www.MyLaps.com tous ses résultats décomposés par tour et ainsi observer sa progression d'évènement en évènement.

Un système de panneaux sera mis en place pour informer les participants sur la démarche à suivre pour l'installation des transpondeurs ainsi que sur les conséquences possibles advenant un non-retour du transpondeur. Ces panneaux seront installés à plusieurs endroits stratégiques pour rappeler également aux participants qu'ils doivent retourner le transpondeur suite à leur participation.

LA DISTRIBUTION

À chaque évènement, le participant recevra un nouveau transpondeur qui lui sera attitrée pour la course. La prise de possession du transpondeur se fera le matin même de la course uniquement. Cette mesure vise à réduire au minimum les risques de perte du matériel. Lorsque le participant a reçu son transpondeur, il en est le seul responsable. Il doit lui-même procéder à l'installation de celle-ci sur son vélo et en vérifier le fonctionnement. Dans le cas où le matériel serait défectueux, il doit en aviser un responsable du chronométrage ou le Président du Collège des commissaires avant le début de sa course.

LA RÉCUPÉRATION

Chaque transpondeur sera retiré du vélo uniquement par un bénévole mandaté par le comité organisateur de l'évènement ou la FQSC.

PROCÉDURE EN CAS DE PERTE/VOL OU NON-RETOUR

Il est convenu qu'en cas de perte ou de vol, le participant devra retourner la puce avant de prendre le départ de la prochaine course, sans quoi il devra débourser la valeur complète de la puce soit 100 $ taxes incluses.

Les informations relatives au paiement de la puce seront celles fournies sur le site de préinscription ou sur le formulaire d'inscription sur place. À défaut de paiement ou de retour de la puce, le participant en question se verra passible d'une suspension complète de la série jusqu'à ce qu'il ait acquitté les droits. Aucun frais supplémentaire de retard ou autre n'est applicable sur le frais de perte.

PROCÉDURE EN CAS DE BRIS

Le cyclisme étant un sport à risque élevé, la FQSC est consciente que le bris du matériel est une éventualité. En ce sens, tout bris partiel ou destruction complète, résultant d'une utilisation normale du matériel, sera assumé en totalité par la FQSC.

5.13.5 La préinscription

Les cyclistes ont la possibilité de s'inscrire via Internet pour l'ensemble des événements de la Coupe du Québec en tapant le www.competitionsfqsc.net.

Aucune inscription ne sera autorisée le jour de la course pour les catégories Junior Expert et Senior Élite. Les inscriptions sur le site de l'évènement se termineront au mieux deux jours avant la tenue de la course (ex : jeudi si la course est disputée le samedi). Passé cette limite, il sera possible de s'inscrire, mais une amende de 50$ CDN sera perçue par l'Association cycliste canadienne, en plus des frais d'inscription.

Les cyclistes qui ne se préinscrivent pas pourront pour une dernière année s'inscrire sur place en respectant le délai final identifié sur le formulaire d'inscription. Une surcharge de 15 $ par événement en Coupe du Québec est imposée aux cyclistes qui ne sont pas préinscrits.

Lors des épreuves de descente (DH), l'organisateur peut inclure un coût additionnel à l'inscription de course pour la remontée mécanique. Le coût maximal de la remontée, si exigé, est de **15 $** pour la fin de semaine **complète**.

5.13.6 Politique de surclassement XCO / DH

Suite aux résultats de la saison 2010 sur la Coupe du Québec, les membres des catégories mentionnées ci-dessous qui rencontreront le critère déterminé par le Comité du développement et de l'élite, **feront l'objet d'une étude de leur dossier en vue d'un surclassement** dans la catégorie supérieure pour la saison de compétition à venir.

- Les cyclistes des catégories Senior expert, Senior sport, Maître sport 30-39 et Maître sport 40-49 ayant obtenu un pourcentage d'efficacité supérieur à 97,00%, dans 3 courses ou plus lors de la Coupe du Québec 2010.

Le Comité du développement et de l'élite **a décidé de ne pas surclasser automatiquement un membre dont les performances correspondent au critère**, mais étudiera chaque cas individuellement.

Seront pris en considération les facteurs suivants pour procéder au surclassement :

- **L'âge du membre à surclasser**
- **Nombre de victoires du membre dans la catégorie d'évaluation**
- **Nombre de participants dans la catégorie d'évaluation**
- **Constance des performances du membre à surclasser**
- **Contexte dans lequel le membre se retrouve (situation personnelle, etc.) suite à l'évaluation**
- **Le calibre de la cohorte en évaluation**

Ces procédures s'appliqueront autant en descente (DH) qu'en cross-country olympique (XCO).

5.13.7 Politique de surclassement Maître

Depuis quelques années, il est possible pour les athlètes de catégories Maître expert s'ils veulent performer à un niveau plus élevé, de prendre leur licence dans la catégorie Senior Élite (19 ans & +) et d'y demeurer tout au long de l'année (Championnats Canadiens, Québécois et Championnats du Monde à l'intérieur de la catégorie sur la licence Senior Élite) en mettant une croix sur la catégorie Maître se rattachant à leur âge biologique.

L'autre possibilité présente dans les règlements stipule que l'athlète peut prendre sa licence dans la catégorie se rattachant à son âge biologique (Maître) et faire une demande écrite de surclassement au Directeur technique vélo de montagne afin de participer aux évènements de la Coupe du Québec XCO/DH dans la catégorie Senior Élite. L'application de ce règlement permet alors à l'athlète de pouvoir prendre part dans la catégorie Maître valide selon son âge biologique aux évènements comme les Championnats Canadiens, etc.

En 2009, le Comité directeur vélo de montagne a statué autant chez les femmes que chez les hommes, qu'un critère de recevabilité devait être établit afin de considérer une demande de surclassement à l'intérieur d'une autre catégorie Maître, d'âge inférieure :

- En cross-country et en descente les cyclistes ayant obtenus l'année précédente, trois courses ou plus avec un pourcentage d'efficacité supérieur à 97,00% sur la Coupe du Québec XCO/DH

Une fois que la demande écrite répond à ce critère de base, le Comité du développement et de l'élite sous les recommandations du Directeur technique vélo de montagne pourra alors donner une réponse à la dite demande.

Dans un cas ou la requête est acceptée, l'athlète devra prendre sa licence dans la catégorie correspondant à sa catégorie d'âge biologique et recevra du Directeur technique vélo de montagne une lettre l'autorisant à participer aux évènements de la catégorie de surclassement, qu'il devra présenter au commissaire lors de l'inscription à une épreuve de la Coupe du Québec XCO/DH.

5.13.8 Politique de sous-classement volontaire

Tout passage d'une classe expert vers une classe sport doit être justifiée et faire l'objet d'une demande formelle au Comité du développement et de l'élite via le Directeur technique vélo de montagne. Si pendant la saison des résultats démontraient que cette demande était injustifiée (résultats supérieurs à 97%), le membre devra sur le champ retourner à la catégorie supérieure, perdant les points accumulés, le cas échéant. Tout membre qui prend la décision de prendre part à des évènements de la Coupe du Québec dans une catégorie qui ne respecterait pas les points évoqués précédemment sans en aviser la FQSC, est passible d'une suspension et/ou d'un reclassement immédiat.

5.13.9 Politique de sous-classement Senior Élite

Suite aux résultats de la saison 2010 sur la Coupe du Québec, les membres de la catégorie Senior élite qui rencontreront le critère déterminé par le Comité du développement et de l'élite, feront l'objet d'une étude de leur dossier en vue d'un sous-classement dans la catégorie Senior Expert ou Maitre Expert (selon l'âge biologique du membre) pour la saison de compétition à venir.

- **Les athlètes ayant obtenus au moins un résultat comptant dans les 5 derniers, lors de la Coupe du Québec 2010 (sans les DNF).**

Le Comité du développement et de l'élite a décidé de ne pas sous-classer automatiquement un athlète dont les performances correspondent au critère, mais étudiera chaque cas individuellement.

Seront pris en considération les facteurs suivants pour procéder au sous-classement :

- **L'âge du membre à surclasser**
- **Le temps du meilleur québécois dans une étape impliquant une sanction Internationale**
- **Nombre d'étapes complétées sur la Coupe du Québec**
- **Nombre de participants lors de chaque étape évaluée**
- **Constance des performances du membre à sous-classer**

Ces procédures s'appliqueront autant en descente (DH) qu'en cross-country olympique (XCO).

5.13.10 Village pour les clubs

Le secteur vélo de montagne de la FQSC, a implanté en 2008 dans les normes d'organisation de Coupe du Québec un endroit désigné pour créer un «village» pour les clubs cyclistes affiliés à la FQSC. La création de ce «village» se veut un service supplémentaire à l'endroit des membres et des clubs ayant procédés à leur affiliation dans le secteur vélo de montagne. Tous les détails seront disponibles sur les différentes **pages Web** présentes sur le site de la Coupe du Québec de vélo de montagne au www.coupequebecvm.com.

5.13.11 Zone de ravitaillement / Assistance technique

Les zones de ravitaillement lors des épreuves de la Coupe du Québec, font l'objet d'une surveillance accrue de la part des commissaires. Suite à une observation soulevée lors de la commission d'orientation du secteur vélo de montagne de 2006, il a été convenu de rendre plus clair le travail des personnes (souvent des parents ou des proches des participants) présentes à l'intérieur des zones désignées (équipe + neutre).

En outre, les zones comporteront les deux sections suivantes :

- ***une section pour les équipes MTB UCI et clubs affiliés FQSC***

Le personnel de ces équipes doit porter des vêtements d'équipe identifiables et l'accréditation du club au cou.

- ***une autre section pour les cyclistes indépendants***

Les zones de ravitaillement / assistance technique seront clairement identifiées. Elles seront complètement fermées au public par une enceinte. L'accès sera strictement contrôlé par des commissaires et/ou des signaleurs. Personne ne pourra avoir accès à la zone de ravitaillement / assistance technique identifiée Équipe/Club sans accréditation. Les accréditations seront attribuées par la FQSC **lors des rencontres des clubs / entraîneurs** aux différentes Équipes/Clubs principalement en début de saison. Voici le nombre de cartes attribuées : Trois (3) cartes d'accréditation par Équipes/Clubs.

Le ravitaillement est permis seulement dans les zones désignées à cette fin. L'assistance technique sera permise pour les catégories Cadet, Junior Expert et Senior Élite dans les évènements de la Coupe du Québec.

L'assistance technique en course est autorisée aux conditions suivantes :

- L'assistance technique devra se faire en position arrêtée, c'est-à-dire avec un pied au sol ;
- L'assistance technique autorisée en course consiste en la réparation ou le remplacement de toute pièce du vélo à l'exception du cadre. Il est interdit de changer de vélo et le participant devra franchir la ligne d'arrivée avec la même plaque de guidon qu'il avait au départ ;
- L'assistance technique se fera seulement dans les zones de ravitaillement/assistance technique ;
- Le matériel de remplacement et les outils pour les réparations devront être déposés dans ces zones ;
- Les réparations ou les changements d'équipement peuvent être faits par le participant lui-même ou avec l'aide d'un coéquipier, d'un mécanicien de l'équipe. Du petit matériel tel qu'une chambre à air ou un petit outil peut être donné de main à main dans les zones de ravitaillement/assistance technique.

Nous vous rappelons qu'il est fortement suggéré, pour la sécurité des athlètes et bénévoles, de ne pas envoyer d'enfant aux zones de ravitaillement.

5.13.12 Descente de classement (sauf lorsqu'une sanction Internationale prévaut)

Obligatoire pour les participants voulant apparaitre sur la liste de départ de l'épreuve. Un pilote ayant omis de prendre part à la descente de classement ne peut se voir relayer en fond de grille.

Également, sous peine de disqualification, chaque coureur doit accomplir un minimum de deux parcours d'entraînement dont un le jour de la course. Le commissaire au départ doit veiller à l'application de cette règle.

5.14ÉPREUVES RAIDS/MARATHONS

Les épreuves raids/marathons sont ouvertes aux cyclistes de plus de 17 ans. L'UCI et le MDA jugeant que les épreuves de cette envergure ne font pas partie du développement normal des athlètes des catégories plus jeunes. Les autres catégories sont basées sur les tranches d'âge et non pas sur les habiletés. Les cyclistes de l'extérieur du Québec pourront voir leurs résultats inscrits dans le cadre de ces évènements.

Une surcharge de 15 $ par événement est imposée aux cyclistes qui ne sont pas préinscrits.

Les participants à la catégorie Tandem devront acquitter le prix d'une (1) seule inscription.

5.15ÉPREUVES XCSPRINT

Ajoutée à la règlementation UCI et présente aux Jeux du Québec en 2012 et 2014 de même qu'aux Jeux du Canada de 2013, l'épreuve XCSprint est réservée aux catégories Pee wee, Minime, Cadet, **Junior (Sport et Expert) et Senior Élite**. **Chaque participant prenant part à une épreuve inscrite au calendrier provincial gagne de précieux points bonis qui figureront au cumulatif de la Coupe du Québec XCO.**

5.15.1 Les manches de qualification

Pour qu'une épreuve XCSprint puisse avoir lieu, un nombre idéal de 12 coureurs devraient participer à la manche de qualification.

Une manche de qualification est organisée le même jour que l'épreuve principale.

La manche de qualification prend la forme d'une épreuve individuelle chronométrée d'un tour de parcours. Les 32 (8x4), 24 (6X4) ou 12 (3X4) meilleurs coureurs se qualifient pour l'épreuve principale.

Si des coureurs sont ex aequo dans la manche de qualification, l'ordre est déterminé selon le dernier classement de la Coupe du Québec XCO. Si les coureurs ne sont pas classés dans le classement de la Coupe du Québec XCO, ils sont départagés par tirage au sort pour déterminer leur ordre de passage.

Les plaques utilisées pour la manche de qualification sont celles de la Coupe du Québec XCO.

Les coureurs prennent le départ dans l'ordre de leurs numéros de plaque, en commençant par le chiffre le plus bas.

Les femmes prennent le départ avant les hommes.

5.15.2 L'épreuve principale

Pour l'épreuve principale, les participants gardent leur plaque de la Coupe du Québec XCO.

L'épreuve principale est constituée de manches éliminatoires et les carrés de coureurs sont formés comme indiqué dans le schéma de grille de rangement ci-dessous.

Chaque manche de l'épreuve principale est constituée d'un tour unique ou de plusieurs tours de parcours pour une durée totale ne dépassant pas trois (3) minutes.

Les coureurs déclarés DNF, DSQ ou DNS en demi-finale n'ont pas le droit de participer à la petite finale.

Seule les deux meilleures performances sur les quatre épreuves présente au calendrier provincial en 2011 seront comptabilisés au cumulatif de la Coupe du Québec.

Le classement final de la compétition et les points Coupe du Québec (maximum 25 par épreuve) accordés sont établis par groupes dans l'ordre suivant :

1. **Tous les coureurs participant à la grande finale obtiennent des points Coupe du Québec.**
   - 1.1. **Le 1er obtient 5 points ;**
   - 1.2. **Le 2e obtient 4 points ;**
   - 1.3. **Le 3e obtient 3 points ;**
   - 1.4. **Le 4e obtient 2 points.**
2. **Seul le gagnant de la petite finale obtient le dernier point disponible. Les autres n'obtiennent rien.**
3. **Les coureurs DNF, DSQ ou DNS en demi-finale n'obtiennent aucun point Coupe du Québec.**
4. **Les coureurs qui atteignent la première manche de l'épreuve principale obtiennent 10 points Coupe du Québec.**
5. **Les coureurs prenant part à la manche de qualification obtiennent 10 points Coupe du Québec.**

Au sein de chacun des groupes mentionnés ci-dessus, les coureurs DNF sont classés avant les coureurs DSQ et ces derniers le sont avant les coureurs DNS. Lorsqu'il y a plusieurs DNF, DSQ ou DNS, le numéro de plaque permet de les départager et de les ordonner.

5.15.3 Les règlements particuliers

Une grille de départ doit être tracée au sol. Les coureurs doivent être alignés de front au départ. Dans chaque manche éliminatoire, les coureurs peuvent choisir leur position de départ dans l'ordre de leur appel dans le boitier de départ. Le coureur premier appelé choisit en premier.

- Seul les vélos de montagne peuvent être autorisés à prendre part à ces évènements ;
- Le départ se fait avec un pied au sol ;
- Aucun décompte ne sera fait entre 5 et 0 de la part du juge au départ ;
- Les athlètes doivent garder leur ligne lors du sprint d'arrivée.

Coût d'inscription : **15 $ Pee wee, Minime et Cadet**
20 $ Junior (Sport/Expert) et Senior Élite

5.15.4 Le rangement des participants

La grille de rangement contiendra un maximum de participants préétablit pour chaque catégorie. Les vagues devront totaliser avec leur ordre de qualifiés, 66 pour une grille à 32 participants et 34 pour une grille à 24 participants.

Voici un exemple de grille avec rangement pour 32 participants :

1/8 de finales

Ordre	Vague 1	Rang
Q1		
Q16		
Q17		
Q32		

Ordre	Vague 2	Rang
Q8		
Q9		
Q24		
Q25		

Ordre	Vague 3	Rang
Q4		
Q13		
Q20		
Q29		

Ordre	Vague 4	Rang
Q5		
Q12		
Q21		
Q28		

Ordre	Vague 5	Rang
Q2		
Q15		
Q18		
Q31		

Ordre	Vague 6	Rang
Q7		
Q10		
Q23		
Q26		

Ordre	Vague 7	Rang
Q3		
Q14		
Q19		
Q30		

Ordre	Vague 8	Rang
Q6		
Q11		
Q22		
Q27		

1/4 de finales

Ordre	Vague 9	Rang
V1>1		
V1>2		
V2>1		
V2>2		

Ordre	Vague 10	Rang
V3>1		
V3>2		
V4>1		
V4>2		

Ordre	Vague 11	Rang
V5>1		
V5>2		
V6>1		
V6>2		

Ordre	Vague 12	Rang
V7>1		
V7>2		
V8>1		
V8>2		

1/2 finales

Ordre	Semi Finale 1	Rang
V9>1		
V9>2		
V10>1		
V10>2		

Ordre	Semi Finale 2	Rang
V11>1		
V11>2		
V12>1		
V12>2		

Finales

Ordre	Petite Finale	Rang
SF1>3		
SF1>4		
SF2>3		
SF2>4		

Ordre	Grande Finale	Rang
SF1>1		
SF1>2		
SF2>1		
SF2>2		

Utiliseront la grille à 32 participants, les catégories suivantes :

- Minime M
- Cadet M
- Senior M

Utiliseront la grille à 24 participants, les catégories suivantes :

- Pee wee M
- Junior M

Utiliseront la grille à 16 participants, les catégories suivantes :

- Pee wee F
- Minime F
- Cadet F
- Junior F
- Senior F

5.16ÉPREUVES XCRELAIS

Les équipes regrouperont deux catégories et seront composées de deux compétiteurs de même sexe :

1. Minime & Cadet M
2. Minime & Cadet F
3. Junior & Senior M
4. Junior & Senior F

Chaque athlète effectuera entre deux et trois boucles du circuit (à déterminer selon un parcours optimal de 3 à 5 minutes), de façon alternée avec son coéquipier (impossible pour un des participants d'une équipe d'aligner deux tours consécutifs). L'équipe possède le choix de l'identification du premier compétiteur à prendre le départ.

Dans le cas des clubs qui ne peuvent pas engager une équipe officielle (ex : aucun Cadet F), ils pourront effectuer des équipes mixtes (regroupement de clubs) OPTIONNELLES et participeront comme équipes hors-concours (n'ayant pas accès au pointage du classement par club) suivant les mêmes règles.

Chaque membre de l'équipe recevra une plaque portant le même numéro mais avec les lettres A et B pour différencier l'ordre de passage.

Une zone de transition est établie et le relais est considéré donné quand le compétiteur qui arrive aura traversé complètement la ligne du début de la zone de transition et que le compétiteur qui prend le relais est encore dans la zone avant la ligne de fin de la zone de transition.

Coût d'inscription : 30 $ par équipe

5.16.1 Création des listes de départ

Les clubs/entraîneurs devront soumettre la composition des équipes lors de la rencontre des clubs/entraîneurs. Aucune inscription supplémentaire ne sera admise après cette rencontre. Les clubs seront responsables de compléter les équipes hors-concours.

5.16.2 Limitations du nombre d'inscriptions

Un maximum de 40 équipes pourra s'inscrire dans une catégorie d'un sexe donné.

5.17 ÉPREUVES SUPERD

Les règlements pour les épreuves de SuperD sont à toutes choses près les mêmes que pour les épreuves de descente avec les ajouts suivants :

1. **Tout dépendamment du site où l'épreuve se déroule, le départ peut se faire de façon individuelle (de type contre-la-montre) ou à la façon « LeMans ».**
2. **Si le départ se donne en montée, un départ de masse ou un départ de type « LeMans » est recommandé.**
3. **Un départ « LeMans » est un départ où les participants doivent rejoindre leur monture à la course à pied lorsque le signal de départ est donné par le juge au départ à l'intérieur des cinq dernières secondes du chronomètre.**

5.18 ÉVÈNEMENTS RÉGIONAUX

5.18.1 Catégories éligibles et prix d'inscriptions

CATÉGORIES	SEXE	AGE	ANNÉES	PRIX D'INSCRIPTION MAXIMAL	TEMPS MIN & MAX (XCO)
Bibitte & Coccinelle	Féminin	10 ans et -	2002–2006	8 $	N/A
Bibitte & Coccinelle	Masculin	10 ans et -	2002–2006	8 $	N/A
Pee Wee	Féminin	10-12 ans	1999–2001	15 $	0h10 et 0h25
Pee Wee	Masculin	10-12 ans	1999–2001	15 $	0h10 et 0h25
Minime	Féminin	13-14 ans	1997–1998	15 $	0h20 et 0h40
Minime	Masculin	13-14 ans	1997–1998	15 $	0h20 et 0h40
Cadet	Féminin	15-16 ans	1995–1996	15 $	0h35 et 0h45
Cadet	Masculin	15-16 ans	1995–1996	15 $	0h40 et 0h55
Junior Expert	Féminin	17-18 ans	1993–1994	15 $	0h40 et 0h55
Junior Sport	Masculin	17-18 ans	1993–1994	15 $	0h40 et 0h55
Junior Expert	Masculin	17-18 ans	1993–1994	15 $	0h50 et 1h00
Senior Sport	Féminin	19-29 ans	1982–1992	15 $	0h35 et 0h50
Senior Sport	Masculin	19-29 ans	1982–1992	15 $	0h40 et 0h55
Senior Expert	Féminin	19-29 ans	1982–1992	15 $	0h35 et 0h50
Senior Expert	Masculin	19-29 ans	1982–1992	15 $	0h50 et 1h00
Senior Élite	Féminin	19-29 ans	1982–1992	15 $	1h00 et 1h25
Senior Élite	Masculin	19-29 ans	1982–1992	15 $	1h00 et 1h35
Maître Sport 30 & +	Féminin	30 et plus	1972 et avant	15 $	0h35 et 0h50
Maître Sport 30-39	Masculin	30-39 ans	1972–1981	15 $	0h40 et 0h55
Maître Expert 30-39	Masculin	30-39 ans	1972–1981	15 $	0h50 et 1h00
Maître Expert 30 & +	Féminin	30 et plus	1972 et avant	15 $	0h35 et 0h50
Maître Expert 40-49	Masculin	40-49 ans	1962–1971	15 $	0h50 et 1h00
Maître Sport 40-49	Masculin	40-49 ans	1962–1971	15 $	0h40 et 0h55
Maître Expert 50-59	Masculin	50-59 ans	1961–1952	15 $	0h50 et 1h00
Maître 60 & +	Masculin	60 ans et plus	1951 et avant	15 $	0h35 et 0h50

Les épreuves régionales ont la latitude d'appliquer toutes ou certaines de ces catégories dans les groupe d'âge supérieurs à Cadet.

Voici les fondements de l'utilisation des temps de course régionaux :

- **Les temps recommandés prennent considération de la distinction entre les épreuves provinciales et régionales. Ces dernières comportent un niveau d'initiation et de développement plus grand que lors des épreuves provinciales ;**
- **Il est important de rappeler que ces balises de temps sont des recommandations pour guider le commissaire et l'organisateur, selon la température, le niveau de coureur présent, les conditions du parcours, etc ;**
- **Les durées de courses maitres sont optimales pour un évènement de soirée.**

5.19 CHAMPIONNAT DES RÉGIONS

Le Championnat des régions est réservé aux catégories Coccinelle, Bibitte, Pee wee, Minime et Cadet. Trois types d'épreuves auront lieu soit : le cross-country sprint, le cross-country olympique et le relais par équipe.

Cette épreuve d'envergure provinciale devient à partir de 2011, la pierre angulaire du développement régional. Afin d'aider à développer toutes les régions unilatéralement, une initiative en provenance de la commission d'orientation du vélo de montagne fera ses débuts. Faire de l'actuel Championnat des régions, un objectif de performance établi en lui donnant la mention de finale régionale des Jeux du Québec permettant de qualifier les 19 régions pour l'année impaire précédant la tenue des Jeux du Québec.

En d'autres termes, pour qualifier une région en vue des Jeux du Québec tenue l'année suivante, les représentants de cette même région devront participer au Championnat des régions.

En 2011, la ville de Québec et le Campus Notre-Dame-des-Bois seront respectivement hôtes du Championnat des régions et des épreuves en vélo de montagne.

Site du Championnat des régions 2011 : www.cecrg.ca/

Guide technique de l'évènement : www.fqsc.net

5.20 ÉPREUVES RÉCRÉATIVES – ENDURO

Ce type d'épreuve se veut être d'abord un événement au caractère festif et récréatif. Il se déroule sur une période variant entre 6 heures et 24 heures. Le parcours est de nature similaire à un parcours de cross-country en termes de distance parcourue et de forme. Une attention spéciale doit être portée au fait que la compétition se déroulera en partie durant la nuit. Le niveau de difficulté générale du parcours doit par conséquent être adapté et tenir compte de la fatigue éventuelle des participants. Cette orientation a également pour but de rendre l'expérience assez difficile pour que les initiés s'y amusent, mais à la fois assez accessible pour les non-initiés.

5.20.1 Les différentes catégories

Diverses catégories peuvent être offertes, allant de solo (une personne) à corporatif (10 personnes), en passant par les équipes mixtes, masculines, féminines, et celles dont l'âge cumulé se situe au-dessus ou sous un seuil donné (ex : 150 ans et moins ou plus de 150 ans). Voici quelques exemples :

Solo : Pour les tenaces et les amateurs de défi, la catégorie solo demande une gestion d'énergie très importante.

Équipe de 2 unisexe ou mixte : Les équipes de 2 peuvent être composées d'individus du même sexe ou d'individus mixtes. Un capitaine doit être nommé et une stratégie de course doit être établie avant de s'y lancer.

Équipe de 3 unisexe ou mixte : Les équipes de 3 peuvent être composées également d'individus du même sexe ou d'individus mixtes. La stratégie diffère légèrement de l'équipe duo, mais l'équipement à transporter pour s'y préparer commence tranquillement à être imposant.

Équipe de 4 unisexe ou mixte : Les équipes de 4 peuvent être composées également d'individus du même sexe ou d'individus mixtes. Un capitaine doit être nommé et une stratégie de course claire doit être établie par l'équipe afin de s'assurer d'avoir du plaisir tout au long de l'évènement.

Équipe corporative (5 à 10 personnes) : Ce type d'équipe se veut tout d'abord un concept d'initiation où tous peuvent participer sans y mettre l'accent sur la performance. Souvent, les entreprises envoient certains de leurs représentants s'y amuser et découvrir le sport.

CONDITION APPLICABLE À TOUTES LES CATÉGORIES : **La catégorie Cadet (15 et 16 ans) pourra participer aux épreuves Enduro avec les équipes 4 personnes et plus, et devra être composé d'un maximum de 50%.**

5.20.2 La zone d'assistance technique

La différence majeure se situe au niveau de l'assistance et des ravitaillements. Contrairement à une course de Cross-country, il n'y a qu'une seule zone de ravitaillement, qui est accessible à tous. Il en va de même pour la zone d'assistance technique qui, bien qu'étant identifiée et regroupant la majorité des équipements, ne se veut pas l'unique endroit où l'assistance est autorisée. Les participants sont libres de porter assistance de quelque façon que ce soit, et ce à quiconque. Le prêt d'outils, d'équipements et même de pièces y est permis, la situation pouvant même aller jusqu'au prêt d'un vélo complet à un coéquipier ou même un participant d'une autre équipe, sur une base volontaire. Le participant devra s'assurer de disposer sa plaque de cadre désignée sur le nouveau vélo à ce moment. Le participant qui doit effectuer une réparation sur son vélo ailleurs que dans la zone d'assistance technique doit s'assurer de disposer de l'espace nécessaire pour le faire sans bloquer le parcours. Advenant le cas où cela s'avère impossible, ce dernier devra se déplacer à un endroit où il sera sécuritaire de le faire en laissant la priorité aux autres participants en course à tout moment.

5.20.3 Procédures de départ

Le départ de la plupart des épreuves Enduro se donne à la façon « LeMans », c'est-à-dire que les adeptes doivent courir une distance donnée avant d'enfourcher leur vélo à la ligne de départ. L'attribution des places sur la ligne de départ est laissée au choix de l'organisateur, mais il est suggéré de recourir à un jeu ou tirage au sort, de façon à contribuer à l'atmosphère festive de l'événement. Un endroit devra être prévu pour le relais des équipes, contrôlé par un commissaire. À cet endroit, le participant qui termine son tour doit entrer voir le commissaire et lui remettre le témoin (il peut s'agir d'un bâton ou tout autre objet unique aux couleurs de l'événement approuvé par le commissaire sur place, donc sécuritaire) et lui donner son nom. Le coéquipier qui prend le relais doit alors décliner son identité au commissaire en présence et peut par la suite prendre le départ. La même procédure est de mise lorsqu'un équipier désire effectuer plusieurs tours de suite, par souci d'égalité. **Le dernier tour se termine alors que l'adepte passe le fil d'arrivée avant l'heure limite.**

5.20.4 Tarifs d'inscription maximaux pour les évènements enduro

Actuellement, aucune balise ne peut être émise face aux prix d'inscriptions des évènements de type Enduro. L'objectif étant de tenir un évènement au caractère festif et récréatif, les efforts se concentrent davantage vers les prix et bourses et la satisfaction des participants à l'évènement.

Frais de retard maximal 30$ / équipe et de 15$ / solo pour inscriptions tardives.

5.20.5 Prix et/ou bourses

CATÉGORIE	1ER	2E	3E
Solo	Prix (valeur détail) ou bourse d'une valeur d'au moins ***100 %*** du montant d'inscription déboursé par le participant	Prix (valeur détail) ou bourse d'une valeur d'au moins ***50 %*** du montant d'inscription déboursé par le participant	Prix (valeur détail) ou bourse d'une valeur d'au moins ***25 %*** du montant d'inscription déboursé par le participant
Équipe	Prix (valeur détail) ou bourse totale (quantité variable en fonction des équipes) d'une valeur d'au moins ***100 %*** du montant d'inscription déboursé par l'équipe	Prix (valeur détail) ou bourse totale (quantité variable en fonction des équipes) d'une valeur d'au moins ***50 %*** du montant d'inscription déboursé par l'équipe	Prix (valeur détail) ou bourse totale (quantité variable en fonction des équipes) d'une valeur d'au moins ***25 %*** du montant d'inscription déboursé par l'équipe

Il n'est pas obligatoire de remettre des médailles aux différents gagnants, l'évènement se voulant récréatif. Cependant, il est obligatoire de remettre des prix tel qu'indiqué précédemment.

5.21 PRIX ET BOURSES

Dans tous les évènements ci-dessous, il est interdit d'apporter des vélos sur le podium. Néanmoins, une zone peut-être prévue devant le podium pour présenter le vélo du vainqueur lors de la cérémonie protocolaire.

Voici la liste des montants minimaux de prix et bourses devant être remis aux cyclistes selon le niveau de sanction de l'évènement.

5.21.1 Coupe du Québec et Championnats Québécois*

Cross-country olympique (XCO)

Bourses

CATÉGORIE	SEXE	1ER	2E	3E	4E	5E	6E	7E	8E	9E	10E
Senior élite	F	300 $	250 $	175 $	150 $	125 $	-	-	-	-	-
Senior élite	M	300 $	250 $	175 $	150 $	125 $	100 $	75 $	50 $	50 $	50 $

Total : 2 325 $ en argent

*Les Championnats Québécois comptent également pour une étape de la Coupe du Québec, mais les bourses ne sont pas doublées.

Les boursiers devront être présents lors des cérémonies protocolaires pour récupérer leur bourse.

Descente (DH) ou 2e épreuve d'endurance

Bourses

CATÉGORIE	SEXE	1ER	2E	3E	4E	5E
Senior élite	F	250 $	200 $	150 $	-	-
Senior élite	M	250 $	200 $	150 $	75 $	50 $

Total : 1 325 $ en argent

Règle concernant la répartition des bourses

Le nombre de bourses remises aux cyclistes élites inscrit au tableau des bourses pourrait être modifié, si le nombre de participants inscrits dans ces catégories est insuffisant.

L'organisateur pourra réduire le nombre de bourses remises selon le tableau suivant :

1 à 5 participants	1 bourse
6 à 10 participants	3 bourses
11 à 15 participants	5 bourses
16 à 20 participants	7 bourses
21 à 25 participants	10 bourses

Médailles

Médaille aux trois premiers cyclistes pour toutes les catégories masculines et féminines.

5.21.2 Épreuves XCSprint

Bourses

CATÉGORIE	SEXE	1ER	2E	3E	4E
Senior	F	75 $	50 $	30 $	15 $
Senior	M	75 $	50 $	30 $	15 $
Junior	F	50 $	40 $	30 $	15 $
Junior	M	50 $	40 $	30 $	15 $

Total : 610 $ en argent

Règle concernant la répartition des bourses

Le nombre de bourses remises aux cyclistes inscrit au tableau des bourses pourrait être modifié, si le nombre de participants inscrits dans ces catégories est insuffisant.

L'organisateur pourra réduire le nombre de bourses remises selon le tableau suivant :

Grille initialement prévue incomplète (demi-finale seulement)	3 bourses
Grille initialement prévue pour la catégorie complète (32 ou 24)	4 bourses

Médailles

Médaille aux trois premiers cyclistes pour toutes les catégories masculines et féminines.

5.21.3 Épreuves Raids/Marathons (XCM)

Bourses

CATÉGORIE	1ER	2E	3E
Femme (Général)	200 $	150 $	75 $
Homme (Général)	200 $	150 $	75 $

Total : 850 $ en argent

Règle concernant la répartition des bourses

Les montants des bourses remises aux cyclistes ayant accès aux bourses pourraient être modifiés, si le nombre de participants inscrits dans la distance éligible aux bourses est de moins de 100.

L'organisateur pourra réduire les montants de bourses remises selon le tableau suivant :

CATÉGORIE	1ER	2E	3E
Femme (Général)	100 $	75 $	50 $
Homme (Général)	100 $	75 $	50 $

Total : 450 $ en argent

Les boursiers devront être présents lors des cérémonies protocolaires pour récupérer leur bourse.

Médailles

Médaille aux trois premiers pour toutes les catégories masculines et féminines.

5.21.4 Évènement Championnat des régions et Jeux du Québec

Pour ces événements, des médailles doivent être remises aux trois premiers de chaque catégorie à chaque épreuve et au cumulatif final.