



# RENCONTRE ESTIVALE D'ATHLÉTISME «Pharmacie Alexandre Martins»

Samedi 27 août 2022  
de 8h30 à 15h00

Stade extérieur du Collège-des-Compagnons  
3643, Av. des Compagnons  
Québec, QC, G1X 3Z6

Compétition organisée par le Club d'athlétisme de Québec  
Avec le soutien de



Fédération québécoise  
d'athlétisme

Accès>pharma  
chez Walmart

**Admissibilité :** Aucune affiliation requise pour participer. Tou.te.s les athlètes, y compris les débutant.e.s sont les bienvenu.e.s. Chaque groupe de participant.e.s est accompagné d'un.e entraîneur.e du Club d'athlétisme de Québec.

**Équipement requis :** L'équipement minimal nécessaire pour participer à cette compétition consiste en un short, un T-shirt et une paire d'espadrilles. Il est possible d'avoir également un survêtement pour la période d'échauffement et pour attendre entre les épreuves.

**Catégories d'âge :** Cette compétition s'adresse aux jeunes né.e.s entre 2009 et 2015. Ils.elles sont divisé.e.s en quatre catégories d'âge (coccinelle: 2015 ; colibri -2013-2014 ; minime -2011-2012 ; benjamin.e : 2009-2010). Les filles et les garçons sont séparés.

**Épreuves :** Pentathlon pour toutes les catégories. Les épreuves seront les suivantes : 150 m - 600m - Saut en longueur (zone ou standard) - Lancer du disque (anneau) - Lancer du javelot

Le classement du pentathlon se fait en additionnant les points correspondant à la place obtenue dans chaque épreuve par chaque athlète (1er = 1 point, 2e = 2 points, etc.). Le gagnant sera le participant ayant obtenu le plus bas pointage cumulatif.

**Informations techniques :** Pour les concours, les concurrent.e.s ont droit à deux essais.

	Anneau / Disque	Javelot
<b>Coccinelle (2015)</b>	Anneau	400 g
<b>Colibris (2013-2014)</b>	Anneau	400 g
<b>Minimes (2011-2012)</b>	Anneau	400g
<b>Benjamin.e.s (2009-2010)</b>	F = 600 g / H = 750 g	F = 400 g / H = 500

**Récompenses :** Des récompenses seront données aux trois premier.e.s athlètes de chaque épreuve et aux trois premier.e.s du pentathlon.

**Inscription :** Elle se fait par courriel à [info@clubathletismequebec.org](mailto:info@clubathletismequebec.org) au plus tard le lundi 16 août. Les informations suivantes doivent être transmises : nom, prénom, date de naissance, ville de résidence et club affilié (si applicable). **IL N'Y A PAS D'INSCRIPTIONS SUR PLACE.**

Un accusé de réception vous sera envoyé. Veuillez appeler si vous ne recevez pas d'accusé de réception.

Merci de nous informer d'un éventuel désistement avant la compétition.

**Compensation de l'empreinte carbone de la compétition :** Afin d'atténuer les impacts environnementaux de cette compétition, le Club d'athlétisme de Québec a choisi de compenser les émissions de gaz à effet de serre générés par les déplacements des participants en achetant des arbres à planter via le projet Carbone Boréal initié par l'Université du Québec à Chicoutimi (<http://carboneboreal.uqac.ca/presentation/>).

Pour nous aider à estimer au plus juste les émissions de gaz à effet de serre, merci d'indiquer dans votre courriel d'inscription la distance entre votre domicile et le stade du Collège des Compagnons.

**Frais d'inscription :** Les frais d'inscription sont de 15 \$ par athlète (*un rabais de 3 \$ sera consenti aux athlètes affiliés « initiation » à la Fédération québécoise d'athlétisme*).

Ils devront être payés au moment de l'inscription par virement Interac. Utiliser l'adresse courriel « [paiement@clubathletismequebec.org](mailto:paiement@clubathletismequebec.org) ». Indiquer en note le nom d'abord, puis le prénom de l'enfant ou des enfants pour lequel ou lesquels le paiement est fait. Pour les membres des Caisses Desjardins seulement, une question de sécurité sera demandée. Utiliser comme question « quelle est la couleur du Club? » et comme réponse « bleu ».

Les frais d'inscription ne sont pas remboursables en cas d'absence le jour de la compétition.

**Dossard :** Afin d'être identifié lors de la compétition, chaque athlète devra porter un dossard sur le devant de son habit. Ce dossard (ainsi que les épingles permettant de l'attacher) sera donné à chaque participant.e lors de son passage aux tables d'inscription. Il peut être gardé à la fin de la compétition.

**Horaire provisoire :** L'horaire provisoire détaillé de la compétition se trouve à la page suivante. Attention, cet horaire pourrait être différent le jour de la compétition en fonction du nombre d'inscrits.

*NOTE : comme l'horaire est décalé par catégories, il n'est pas nécessaire pour l'athlète participant d'être présent au Stade extérieur du Collège-des-Compagnons en dehors de ses heures de compétition.*

Pour plus de renseignements, contacter Christophe Caritey au 418-905-7489 ou par courriel à [info@clubathletismequebec.org](mailto:info@clubathletismequebec.org) ou Patrick Déry au 418-805-7175.

## HORAIRE PROVISOIRE

**8h15:** Récupération des dossards

**8h30:** Échauffement dirigé

**9h00:** 150 m Cocc / Col (F-H)

Longueur Benj (F-H)

Javelot Min (F-H)

**9h15:** 600 m Cocc / Col (F-H)

**9h45:** 150 m Min (F-H)

Disque Cocc / Col (F-H)

Javelot Benj (F-H)

**10h00:** 600 m Min (F-H)

**10h30:** 150 m Benj (F-H)

Disque Min (F-H)

Longueur Cocc/Col (F-H)

**10h45:** 600 m Benj (F-H)

**11h15:** Disque Benj (F-H)

Longueur Min (F-H)

Javelot Cocc / Col (F-H)

**12h00:** Remises des médailles

**12h30:** Fin de la compétition