

DÉLÉGATION DE LAC ST-LOUIS



Jeux du Québec 2022

Date: 22 au 26 juillet 2022

Endroit: Stade Claude-Ferragne, Ville de Laval

Renseignements: Ingrid Sandy (ingridsandy@hotmail.com)

Afin d'être admissible à participer à la Finale des Jeux du Québec, l'athlète doit :

- Être né en 2005, 2006, 2007, ou 2008;
- Avoir participé à au moins un événement régional de qualification de sa région;
- Être identifié « Espoir Régional » par la FQA (l'affiliation à la FQA est obligatoire).
- Remplir le [formulaire de candidature JDQ](#) pour l'équipe LSL
- Avoir complété le formulaire de déclaration : <https://forms.gle/ArG1zi9E5q8fr8Ma6>

DATES IMPORTANTES

DATE	DESCRIPTION
du 1 ^{er} janvier 2020 au 3 juillet 2022	Période de réalisation des standards d'inscription (voir tableau en annexe)
4 juin, 2022	Événement régional de qualification Parc Riverside, LaSalle
à confirmer	Réunion du comité de sélection régional
5 juillet 2022	Fermeture des inscriptions à la Finale des Jeux du Québec
à confirmer	Soirée pré-départ
22 juillet 2022	Arrivée des délégations à la Finale des Jeux du Québec
23 au 26 juillet 2022	Dates de compétition
26 juillet 2022	Retour des délégations

DÉLÉGATION DE LAC ST-LOUIS



COMPOSITION DE L'ÉQUIPE REPRÉSENTANT LA RÉGION

- Chaque athlète peut être inscrit à un maximum de 3 épreuves individuelles et deux relais ou aux épreuves combinées (heptathlon, décathlon) et deux relais.
- Les délégations peuvent inscrire 2 athlètes par épreuve individuelle de même qu'aux épreuves combinées et 1 équipe par épreuve de relais.
- Le standard d'inscription (tableau de la dernière page) sera exigé aux athlètes qui seront inscrits à plus d'une épreuve individuelle, les athlètes étant autorisés à s'inscrire à une épreuve individuelle (une seule) où ils n'auront pas atteint de standard: inscription à une seule épreuve individuelle: pas de standard d'inscription exigé;
- Inscription à deux épreuves individuelles: standard d'inscription exigé dans l'une des deux épreuves.
- inscription à trois épreuves individuelles: standard d'inscription exigé dans deux des trois épreuves.
- épreuves combinées ne sont touchés par cette sélection.

PROCESSUS DE SÉLECTION

- Nous allons choisir les 30 meilleurs athlètes qui vont être capable de scorer le maximum de points possible pour former l'équipe. Le but premier est d'accumuler le plus de points dans le classement par équipe.
- Chaque athlète doit obligatoirement participer à 3 épreuves individuelles (ou épreuves combinées).
- Nous allons faire des tours de sélections selon les standards. Les standards doivent être réussis durant les compétitions avec temps électroniques. Les athlètes des épreuves combinées ne sont touchés par cette sélection.

Voici le mode de fonctionnement:

1^{er} tour: 3 standards A (dans 3 épreuves)

2^e tour: 2 standards A + 1 standard B (dans 3 épreuves)

DÉLÉGATION DE LAC ST-LOUIS



3^e tour: 1 standard A + 2 standards B (dans 3 épreuves)

4^e tour: 3 standards B (dans 3 épreuves)

5^e tour: 2 standards B + performance approchant le standard B (dans 3 épreuves)

6^e tour: 1 standards B + 2 performances approchant le standard B (dans 3 épreuves)

7^e tour: 3 performances approchant le standard B (dans 3 épreuves)

Standard Proposé

Normes utilisées pour l'identification des athlètes de l'équipe du Lac St-Louis pour les Jeux du Québec

Juvenile Féminin	"A"	"B" (SÉ)
60m	8.28	8.68
100m	13.27	13.86
200m	27.52	28.85
400m	1:02.23	1:05.12
800m	2:30.03	2:36.83
1500m	5:08.21	5:24.90
3000m	11:16.27	11:58.80
60m haies	10.15	11.03
100m haies	16.76	18.23
3000m marche	17:48.09	19:38.41
Hauteur	1.48m	1.37m
Perche	2.30m	2.00m
Longueur	4.77m	4.35m
Triple saut	9.82m	8.96m
Poids 3kg	10.24m	8.71m
Disque 1kg	25.58m	20.58m
Javelot 500g	28.54m	23.57m

Juvenile Masculin	"A"	"B" (SÉ)
60m	7.38	7.59
100m	11.70	12.13
200m	23.69	24.75
400m	52.95	55.43
800m	2:03.99	2:12.61
1500m	4:18.68	4:33.37
3000m	9:33.90	9:58.15
60m haies	9.07	9.87
110m haies	16.25	17.59
3000m marche	16:51.16	17:59.29
Hauteur	1.74m	1.64m
Perche	3.05m	2.60m
Longueur	5.81m	5.37m
Triple saut	11.79m	11.01m
Poids 5kg	11.87m	10.59m
Disque 1.5kg	32.51m	27.91m
Javelot 700g	40.56m	34.33m

DÉLÉGATION DE LAC ST-LOUIS



Standards d'inscription (et équivalences)

Juvenile (U18)	Femme	Juvenile (U18)	Masculin
100m	13.4/13.69	100m	11.7/12.01
60m	8.55	60m	7.50
200m	28.0/28.31	200m	24.3/24.58
400m	1:04.9/1:05.12	400m	55.2/55.43
300m	45.8/45.95	300m	39.4/39.59
800m	2:33.15	800m	2:09.74
600m	1:50.41	600m	1:32.61
1000m	3:20.02	1000m	2:49.04
1500m	5:23.35	1500m	4:30.84
1200m	4:08.87	1200m	3:28.60
3000m	11:55.47	3000m	9:55.94
2000m	7:33.18	2000m	6:18.80
100m haies	17.7/18.00	110m haies	17.1/17.39
80m haies	14.4/14.68	100m haies	16.0/16.29
60m haies	10.93	60m haies	9.87
400m haies	1:16.3/1:16.48	400m haies	1:06.0/1:06.21
200m haies	32.1/32.38	200m haies	28.7/28.98
2000m steeple	8:22.94	2000m steeple	7:01.68
1500m steeple	5:41.68	1500m steeple	4:44.09
3000m marche	19:34.95	3000m marche	17:59.29
1500m marche	8:42.59	1500m marche	8:03.25
Hauteur	1.40m	Hauteur	1.65m
Perche	2.00m	Perche	2.65m
Longueur	4.37m	Longueur	5.38m
Triple saut	9.10m	Triple saut	11.02m
Poids 3kg	8.71m	Poids 5kg	10.59m
-	-	Poids 4kg	11.84m