

SÉRIE INTÉRIEURE D'ATHLÉTISME LR 2025

Dates des

- Compétition #1 : Jeudi 3 avril*
- Compétition #2 : Jeudi 10 avril*
- Compétition #3 : Jeudi 24 avril**

*Les compétitions #1 et #2 incluront une division Para.

**Veillez noter que la compétition #3 est ouverte aux athlètes intermédiaires et secondaires. Les compétitions #1 et #2 sont réservées aux athlètes du secondaire uniquement.

Déclarations d'équipes

Chaque compétition a une limite maximale de 400 athlètes. Les entraîneurs doivent déclarer leur **intention de participer (à partir du 13 février)** et fournir une estimation du nombre d'athlètes qu'ils prévoient d'inscrire. Plus d'informations sont disponibles dans la section « Processus d'inscription » de ce document. Veuillez noter que les compétitions affichent souvent complet rapidement.



Aperçu général

Lieu: Dôme sportif Louis-Riel

- **Nombre maximum d'athlètes:** 400 par compétition
- **Frais d'inscription:** 12\$ par athlète, 12\$ par relais (maximum de 600 \$ par école)
- **Divisions:** Para (compétitions #1 et #2 uniquement), Novice, Junior, Senior et Intermédiaire (compétition #3 uniquement)

Processus d'inscription

- 1 Demande de participation:** À partir du 13 février, envoie un courriel pour une requête de participation, en indiquant le nom de ton école et un estimé du nombre d'athlètes.
- 2 Confirmation d'acceptation:** Vous recevrez une réponse rapide confirmant votre acceptation.
- 3 Inscription en ligne:** Complète ton inscription via TRACKIE.COM.
- 4 Validation des inscriptions:** Vérifie les listes d'inscriptions en ligne avant la date limite.
- 5 Jour de compétition:** Apporte ton paiement (en espèces ou par chèque) à la station d'accueil. Les paiements en retard entraîneront un avertissement pour le premier retard et une amende de 25 \$ pour le deuxième.

DATE LIMITE D'INSCRIPTION sur trackie.com:

Rencontre #1	Rencontre #2	Rencontre #3
Le lundi 31 mars 23h59	Le Lundi 7 avril 23h59	Le Mardi 22 avril 19h **

**Les inscriptions seront ouvertes mardi car c'est un jour férié lundi.

Pour toute question, veuillez contacter: MAUDE.CARRIER-LAFORTE@CEPEO.ON.CA



Informations générales

Informations d'inscription

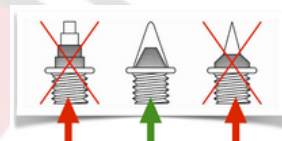
Âge et catégories: Les athlètes compétitionnent dans la catégorie d'âge.

Épreuves sur piste: Maximum de 8 athlètes par genre par division pour chaque course.

Épreuves de pelouse: Maximum de 4 inscriptions par genre par épreuve.

Relais: Maximum de 3 équipes par sexe et division.

Frais d'inscription: Payable à l'arrivée au dôme le jour de la compétition. Les chèques et l'argent comptant sont acceptés. Une facture vous sera transmise après la fermeture des inscriptions sur trackie.



Sécurité et règles

Spikes: Seules les pointes coniques (maximum 6mm) sont autorisées.

Sécurité et responsabilité: Les organisateurs ne sont pas responsables des pertes ou vols. Seuls les participants et les entraîneurs sont autorisés sur la piste.

Nourriture et boisson: Seule l'eau est autorisée à l'intérieur du dôme.

Absences & Annulations: Aviser les organisateurs le plus tôt possible afin de permettre à d'autres écoles de participer.

Programme et événements pour chaque rencontre

9h30 - Arrivée des équipes :

Le dôme s'ouvre pour l'arrivée des équipes, le ramassage des colis et l'échauffement.

Installez votre quartier général d'équipe sur le terrain n°1 (terrain le plus proche de l'entrée).

10h30 - Réunion des entraîneurs à la ligne d'arrivée (même heure pour chaque rencontre).

10h45 - Début de la rencontre (même heure pour chaque rencontre)

3 avril - RENCONTRE #1

Horaire des pistes - Départ à 10h45

Ordre des courses

Relais 4x100m Filles puis Garçons

1500 m Open Filles puis Open Garçons

Haies 80 mH - NG/JrG
100 mH - SrG/NG/JrB
110 mH - SrB

200m**Filles puis Garçons

800 m Para, filles puis garçons

400m Filles puis Garçons

100 m Para, filles puis garçons

Relais medley mixte ouvert (200m-200m-400m-800m)

**200m : Rappel : Départ en CASCADE avec jusqu'à 8 athlètes par série.

Épreuves de pelouse - Départ à 10h30 sauf le saut à la perche qui commence à 9h00

Saut à la perche Filles puis Garçons

Saut en longueur Filles puis Garçons

Lancer du poids Garçons puis Filles

10 avril - RENCONTRE #2

Horaire des courses - Premier départ à 10h45

2000m Steeple Open Filles puis Open Garçons***

Relais 4x100m Filles puis Garçons

300 m/400 m haies filles puis garçons***

100 m Para, filles puis garçons

400 m filles puis garçons

3000m Open Filles puis Garçons

Relais 4x200m Filles puis Garçons

**200m : Rappel : Départ en cascade avec jusqu'à 8 athlètes par série. Sortez vite !

***DISTANCE D'APRÈS LES NORMES D'OFSSA

24 avril – RENCONTRE #3

Horaire des courses Premier départ à 10h45

Relais 4x100m Filles puis Garçons

1500 m Int Filles puis Garçons et Open HS Filles puis Open HS Garçons

Haies ***

80 mH - INTG/INTB/NG/JrG

100 mH - SrG/NG/JrB

110 mH - SrB

200m**Filles puis Garçons

800m Filles puis Garçons

100 m Filles puis Garçons

Relais 4x400m Int Filles puis Garçons et Open HS Filles puis Open HS Garçons

**200m : Rappel : Départ en cascade avec jusqu'à 8 athlètes par série. Sortez vite !

***ÉPREUVES DE HAIES STANDARD OFSSA

Épreuves de pelouse - Début 10h30 sauf le saut à la perche qui débute à 9h00

Saut à la perche Filles puis Garçons

Saut en hauteur Garçons puis Filles

Lancer du poids para garçons puis filles

Saut en longueur filles puis garçons

Triple saut garçons puis filles

Épreuves de pelouse - Début à 10h30

Lancer du poids Garçons puis Filles

Saut en longueur Garçons puis Filles