



**JEUX DU
QUÉBEC**
DE L'INITIATION VERS
L'EXCELLENCE SPORTIVE

VÉLO DE MONTAGNE

NORMES D'OPÉRATION
ÉTÉ 2025

DERNIÈRE MISE À JOUR LE 11 AVRIL 2024

JEUX RÉGIONNAUX

ÉTÉ 2024 ET 2025

CATÉGORIES ADMISSIBLES

CATÉGORIES	ÂGE		SEXE	ÉPREUVE
	2024	2025		
U13	2010-2011	2011-2012	M / F	Cross-country olympique (XCO)
			M / F	Relais par équipe (XCR)
			M / F	Cross-country éliminatoire (XCE)
			M / F	Cross-country circuit court (XCC)
U15	2008-2009	2009-2010	M / F	Cross-country olympique (XCO)
			M / F	Relais par équipe (XCR)
			M / F	Cross-country éliminatoire (XCE)
			M / F	Cross-country circuit court (XCC)
U17	2006-2007	2007-2008	M / F	Cross-country olympique (XCO)
			M / F	Relais par équipe (XCR)
			M / F	Cross-country éliminatoire (XCE)
			M / F	Cross-country circuit court (XCC)

AFFILIATION

Tous les participants doivent être licenciés à la Fédération québécoise des sports cyclistes.

FINALE DES JEUX DU QUÉBEC

ÉTÉ 2025
TROIS-RIVIÈRES

CATÉGORIES	ÂGES	SEXES	ÉPREUVES
U15	01/01/2009 au 31/12/2010	M / F	Cross-country olympique (XCO)
		M / F	Cross-country éliminatoire (XCE)
		M / F	Cross-country circuit court (XCC)
U17	01/01/2007 au 31/12/2008	M / F	Cross-country olympique (XCO)
		M / F	Cross-country éliminatoire (XCE)
		M / F	Cross-country circuit court (XCC)
U15 et U17	01/01/2007 au 31/12/2010	M / F	Relais par équipe (XCR)

COMPOSITION DE L'ÉQUIPE REPRÉSENTANT LA RÉGION

Athlètes : 1 athlète minimum

10 athlètes maximum

* 5 U17 (3 garçons + 2 filles)

* 5 U15 (3 garçons + 2 filles)

Entraîneurs : 1 à 2 maximum - (2 entraîneurs = 2 à 10 athlètes)

Accompagnateurs et/ou gérant : 1 si 2 entraîneurs

2 si 1 entraîneur (dont un conducteur)

Il doit y avoir au moins un homme parmi le personnel d'encadrement s'il y a des garçons au sein de l'équipe, et de la même façon au moins une femme s'il y a des filles.

Lors de la finale régionale, une délégation n'ayant pas trois garçons dans une catégorie pourra compenser avec une fille dans la même catégorie (ex. : 1 ou 2 U15 G, et 3 U15 F, advenant qu'il y ait juste 1 ou 2 garçons présent lors de la finale régionale). Tous les athlètes compteront au classement de la région.

Lorsqu'une région choisit de faire la sélection de ses athlètes sur plus d'une finale régionale, un athlète n'est pas tenu de participer à tous les événements pour se qualifier à la Finale provinciale.

SPÉCIFICATIONS POUR LES ENTRAÎNEURS

Tous les entraîneurs doivent être détenteurs d'une licence entraîneur de la FQSC. Le cheminement minimal requis est celui d'introduction à la compétition formé (ICT).

Tous les accompagnateurs doivent être détenteurs d'une licence de la FQSC.

Chaque région doit être encadrée par un entraîneur. Exceptionnellement pour les régions qui ne comptent pas d'entraîneur formé en vélo de montagne, elles pourront intégrer un entraîneur répondant aux exigences des spécifications pour les entraîneurs de la route ou du BMX.

AFFILIATION ET MODALITÉS

Tous les participants doivent être affiliés (détenir une licence compétitive annuelle de la FQSC)

Coût : Avant le 15 juillet de la même année – plein montant

Après le 15 juillet de la même année * - 50% du tarif

* rabais applicable seulement dans le cadre de la Finale des Jeux du Québec

MODE DE SÉLECTION RÉGIONALE

Compétition identifiée sélection au calendrier de vélo de montagne de la Fédération québécoise des sports cyclistes (FQSC). La sélection devra être conforme au processus de sélection des Jeux du Québec diffusée sur le site de la FQSC. (<http://www.fqsc.net/general/jeux-du-quebec>)

ADMISSIBILITÉ

Avoir participé à la sélection régionale. Les athlètes participant à la Finale provinciale doivent absolument détenir la licence compétitive annuelle.

De plus, les athlètes qui participent à la Finale des Jeux du Québec doivent être identifiés Espoir en vélo de montagne par la FQSC, ce qui implique qu'ils doivent obligatoirement remplir l'un des deux critères suivants :

- Participer à au moins une épreuve de la Coupe du Québec de vélo de montagne dans l'année en cours ou l'année précédente et terminer à plus de 75% du temps du vainqueur;
- Ou réaliser un podium dans une course régionale (terminant dans la 1^{ère} moitié du classement en fonction du nombre de participant).

Exemple : lors d'une course régionale à 5 coureurs (de la même catégorie d'âge), seul le 1^{er} et 2^e rempliraient le critère de qualification.

LIEU D'APPARTENANCE DE L'ATHLÈTE

La région d'appartenance correspond à l'adresse du domicile de l'athlète.

FORMULE DE COMPÉTITION À LA FINALE

Cross-country short-track (XCC)

Le XCC en vélo de montagne, est entrée dans le calendrier international des Coupes du monde depuis 2019. Le parcours peut comprendre des sections asphaltées jusqu'à concurrence de 30% de la distance totale d'1 km maximum avec un 4 mètres minimum en tout temps sur le parcours (6 à 8 mètres serait l'idéal), pas de singletrack autorisé. Aucune difficulté technique sur le parcours, ce qui est recherché ici est une course assez rapide à rouler, pas de virage serré et rien de sélectif, on recherche à avoir une course en peloton.

Cross-country olympique (XCO)

Le cross-country est une épreuve individuelle d'endurance avec un départ en groupe, sur un parcours d'environ 3.3 km aménagé sur des chemins, sentiers et pistes de profils variés comprenant montées et descentes et différents types de surface de roulement.

Relais par équipe (XCR)

Les équipes officielles seront composées de 1 U15 & 1 U17 G, 1 U15 & 1 U17 F. Chaque athlète effectuera entre deux et trois boucles du circuit (à déterminer selon un parcours optimal de 5 à 6 minutes), de façon alternée avec son coéquipier. Les participants de la catégorie U15 devront prendre le départ en premier (le parcours du XCO pourra être utilisé pour cette course, selon les parcours proposés).

Dans le cas des régions qui ne peuvent pas engager une équipe officielle (ex : aucun U17 F), elles pourront effectuer des équipes mixtes (regroupement de régions) OPTIONNELLES et participeront comme délégation hors-concours suivant les mêmes règles.

Cross-country éliminatoire (XCE)

Le XCE 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. Le parcours peut comprendre des sections asphaltées jusqu'à concurrence de 50% de la distance totale qui doit varier entre 400 m et 600 m selon le niveau de difficulté, pour les catégories visée (le parcours du XCC pourra être utilisé pour cette course, selon les parcours proposés).

SURCLASSEMENT

Aucun surclassement

SUBSTITUTION

Permise en autant que l'athlète ait participé à la compétition de sélection régionale

EXCLUSION

Aucune

SYSTÈME DE CLASSEMENT DES RÉGIONS

Ce système sert à départager les régions de la première position à la dernière position.
Somme des points de tous les athlètes par région.

En cas d'égalité :

- Le nombre de 1^{ère} place (sur l'ensemble des épreuves) servira à départager les régions puis de 2^e place...
- Si l'égalité persiste, le classement du XCO départagera les régions.





MÉDAILLES ET POINTAGE

MÉDAILLES

Le nombre prévu de médailles distribué lors de la Finale provinciale sera de:

Médailles d'or : 16

Médailles d'argent : 16

Médailles de bronze : 16

Aucune médaille ne sera remise aux entraîneurs.

DISCIPLINE	CATÉGORIE	OR	ARGENT	BRONZE	
XCC	U15 F	1	1	1	
XCC	U15 H	1	1	1	
XCC	U17 F	1	1	1	
XCC	U17 H	1	1	1	
XCE	U15 F	1	1	1	
XCE	U15 H	1	1	1	
XCE	U17 F	1	1	1	
XCE	U17 H	1	1	1	
XCO	U15 F	1	1	1	
XCO	U15 H	1	1	1	
XCO	U17 F	1	1	1	
XCO	U17 H	1	1	1	
XCR	U15-U17 F	2	2	2	
XCR	U15-U17 H	2	2	2	
TOTAL :		16	16	16	48

SYSTÈME DE POINTAGE

Épreuves individuelles

XCC, XCO XCE

Position	Points
1	10
2	9
3	8
4	7
5	6
6	5
7	4
8	3
9	2
10 et +	1

Épreuves par équipe

XCR - Relais par équipe

Position	Points
1	10
2	8
3	6
4	4
5	2
6 et +	1



514 252-3114 | jeuxduquebec@sportsquebec.com
sportsquebec.com | jeuxduquebec.com

