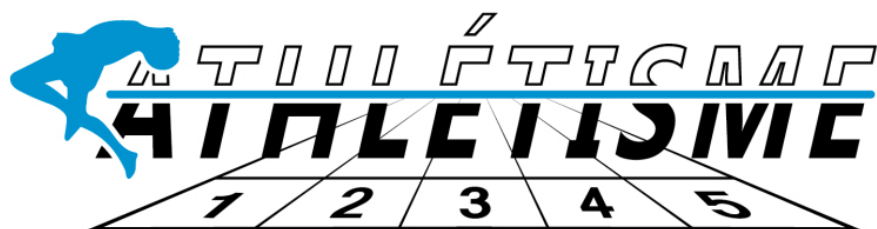


Championnat régional scolaire
d'athlétisme en salle

Mercredi le 25 mars 2026



1. DATE ET HEURE

Mercredi 25 mars 2026: L'arrivée des délégations est prévue à 8h15.

DATE LIMITE POUR LES INSCRIPTIONS : VENDREDI 20 MARS 2026 à 16h00

2. SITE DE COMPÉTITION

Pavillon sportif de l'UQAC, piste intérieure
555 Bd De L'Université E, Chicoutimi, QC G7H 8A3

Le **stationnement sera gratuit** pour la durée du championnat.

3. IDENTIFICATION DES CATÉGORIES

Âge en 2023-2024	Catégorie	Date de naissance
12 – 13 ans	Benjamin	2013-2014
14 – 15 ans	Cadet	2011-2012
16 – 17 – 18 ans	Juvenile	2007*-2008-2009-2010

* Les élèves nés à partir du 1^{er} juillet 2007 sont admissibles.

4. SURCLASSEMENT

Le simple surclassement sera permis en cadet et juvenile. Un athlète surclassé doit réaliser toutes ses épreuves dans la même catégorie.

5. LISTE D'ÉPREUVES

La liste des épreuves par catégorie et par sexe qui se tiendront au cours de la rencontre.

BENJAMINE	CADETTE	JUVÉNILE
50 m	50 m	50 m
50 m haies F&H : 30``	50 m haies F : 30``/ H : 33``	50 m haies F : 30``/ H : 36``
150 m	200 m	200 m
800 m	800 m	800 m
1200 m	1200 m	1500 m
800 m marche	1500 m marche	1500 m marche
Hauteur	Hauteur	Hauteur
Poids F= 2KG/H=3KG	Poids F= 3KG/H=4KG	Poids F= 3KG/H=5KG

6. FRAIS D'INSCRIPTION

Des frais d'inscription de 16\$ seront facturés à tous les athlètes.

7. DÉLÉGATION

Chaque athlète pourra participer à un **maximum** de **trois épreuves**. Les épreuves étant réparties comme suit:

2 épreuves de piste **et** 1 épreuve de pelouse

Ou

1 épreuve de piste **et** 2 épreuves de pelouse

Tout athlète qui tentera de participer à **plus de trois épreuves** sera automatiquement disqualifié et son école perdra les points accumulés par cet athlète. De plus, il sera exclu de la délégation au championnat scolaire provincial si jamais il s'était classé. Un athlète qui participera à **trois épreuves de piste ou à trois épreuves de pelouse** subira le même sort.

8. PERFORMANCE MINIMALE

Pour les épreuves de lancer du poids, les athlètes devront réaliser une **performance minimale** pour que le lancer soit mesuré par les officiels.

Catégorie	Benjamin féminin	Cadet féminin	Juvenile féminin	Benjamin masculin	Cadet masculin	Juvenile masculin
Minimum de mesure au lancer du poids	6m	6m	6m50	6m	7m	7m50

Pour l'épreuve de saut en hauteur, vous trouverez ci-dessous, les **hauteurs de départ** de chaque catégorie/sexe.

Catégories	Benjamin Féminin	Cadet Féminin	Juvenile Féminin	Benjamin masculin	Cadet masculin	Juvenile masculin
Hauteur de départ	1m05	1m15	1m25	1m15	1m25	1m35

9. CLASSEMENT

Des points seront attribués aux 8 premiers finissants de chaque épreuve. Ils seront distribués comme suit:

- 1^e position: 9 points
- 2^e position: 7 points
- 3^e position: 6 points
- 4^e position: 5 points
- 5^e position: 4 points
- 6^e position: 3 points
- 7^e position : 2 points
- 8^e position : 1 point

La somme des points obtenus par les 8 meilleurs athlètes d'une même délégation dans les trois catégories / sexe déterminera le classement combiné.

10. BRIS D'ÉGALITÉ

Les bris d'égalité seront déterminés par les règlements d'Athlétisme Québec.
En cas d'impossibilité de bris d'égalité, le même rang donnera droit au même nombre de points et aux mêmes récompenses.

11. ÉQUIPEMENT PERMIS

Les souliers avec crampons (maximum de 5 millimètres) seront permis pour toutes les épreuves. Le port du dossard est obligatoire pour participer.

12. TYPES D'ENGINS

Les règles officielles concernant la hauteur des haies et la pesanteur des poids pour chacune des catégories au programme suivent les normes en vigueur d'Athlétisme Québec.

13. CHAMBRE D'APPEL/DÉLAIS

Il n'y aura pas de chambre d'appel.

Dans les épreuves de course, un athlète doit se présenter à la ligne de départ de l'épreuve, muni de son dossard, 10 minutes avant le début de l'épreuve pour procéder aux présences et à la vérification des vagues. (Équivalent à 3 séries sur l'horaire).

Dans les épreuves de sauts et de lancers, un athlète doit se présenter, muni de son dossard, où se déroule son épreuve vingt (20) minutes avant le début de l'épreuve pour confirmer sa participation. Ce temps correspond à la période d'échauffement spécifique.

Un athlète inscrit à deux épreuves se déroulant simultanément **doit d'abord se présenter à l'épreuve de piste** sans oublier d'**avertir le juge de l'épreuve de pelouse**. Si l'épreuve

de pelouse est débutée au retour de l'athlète, il joindra la compétition sans possibilité de revenir en arrière.

Si un athlète ne se présente pas ou s'il se présente moins de 10 minutes avant son épreuve, l'athlète pourrait se voir refuser sa participation.

14. RÈGLEMENTS OFFICIELS EMPLOYÉS

Les règlements en vigueur sont ceux d'[Athlétisme Québec](#), sauf pour les modifications incluses dans la présente réglementation spécifique et la réglementation générale du RSEQ-SLSJ.

15. ALIMENTATION ET VESTIAIRE

Les athlètes doivent apporter leur lunch. Le vestiaire de la mezzanine sera accessible aux athlètes. **Le vestiaire principal (sous-sol) est réservé exclusivement aux adultes fréquentant le pavillon sportif.**

16. RÉCOMPENSES

Une bannière du RSEQ sera remise à l'école qui aura cumulé le plus haut total de points au classement combiné.

Des médailles (or, argent et bronze) seront remises aux trois meilleurs athlètes de chaque catégorie / sexe et ce pour chacune des épreuves.

17. ENCADREMENT

Les délégations doivent être encadrées par un responsable. Il est obligatoire d'avoir un responsable pour chaque groupe de **15 athlètes**. Si des athlètes présentent des troubles de comportement, ceux-ci seront référés à leurs responsables et **seront expulsés** de la rencontre. L'entraîneur / responsable doit être inscrit sur S1.

18. HORAIRE DE LA RENCONTRE

8 H 15	Arrivée des délégations
8 H 25	Réunion obligatoire des responsables d'épreuves et des officiels
9 H 00	Début des compétitions
16 H 00	Fin estimée des compétitions

N.B. : L'horaire officiel des épreuves vous sera remis ultérieurement.

L'horaire est sujet à modification le jour même de la compétition en fonction des inscriptions.

19. INSCRIPTION

Date limite d'inscription : **VENDREDI 20 mars 2026 à 16h00**

Lien pour inscrire vos écoles sur le site S1 :

<http://s1.rseq.ca/>

RESPONSABLE RSEQ

Saguenay—Lac-St-Jean

Mme Anne-Marie Fortin

Adjointe à la coordination

581-234-5793

amfortin@saglac.rseq.ca