

FÉDÉRATION D'HALTÉROPHILIE DU QUÉBEC

4545, avenue Pierre-de-Coubertin, Montréal QC H1V 0B2

Téléphone : (514) 252-3046 Courriel : admin@fedhaltero.qc.ca Site : www.fedhaltero.qc.ca

45^e CHAMPIONNAT SCOLAIRE PROVINCIAL INVITATION

MÉMO AUX ENTRAÎNEURS - I

(Disponible sur le site web de la fédération – 7 octobre 2019- *Mis à jour le 19 février 2020*)

En préparation pour cette compétition provinciale, voici les informations habituelles et spécifiques.

Compétition sanctionnée conjointement par le Réseau du Sport Étudiant du Québec (RSEQ) et la Fédération d'haltérophilie du Québec (FHQ).

Afin de respecter les politiques du RSEQ et selon les ententes de mai 2018 entre le RSEQ et la FHQ, dorénavant les inscriptions se feront par le [réseau RSEQ](#), tout comme la facturation et le paiement (voir diagramme p. 50).

Le RSEQ a créé un [mini-site web](#) comme tous les autres sports ayant un championnat provincial sanctionnée conjointement. Ce mini-site présente les informations spécifiques pour ce championnat. Nous vous recommandons d'aller le visiter.

C'EST LE RESPONSABLE DU SPORT ÉTUDIANT DE L'ÉCOLE QUI COMPLÈTERA LE PROCESSUS D'INSCRIPTION PAR LA PLATEFORME D'INSCRIPTION S1 DU RSEQ.

RAPPEL : L'étudiant-athlète / club devra être prêt à payer ses frais d'inscription pour cette compétition à l'école.

- 1) Une école peut inscrire un maximum de douze (12) athlètes au total (hommes et/ou femmes) et, deux (2) substituts. Les substituts ne participent pas à la compétition.
- 2) Sans restriction du nombre d'athlètes par catégorie.
- 3) Classements séparés hommes et femmes.
- 4) Compétition par catégorie, avec classement d'équipes.

DATE	Samedi, le 18 avril 2020
LIEU	École secondaire du chêne-bleu 225 Boulevard Pincourt, Pincourt, QC J7V 9T2
COORDONNATEUR	M. Pierpol Bouffard

PARTICIPANTS / LICENCE *affiliation à la FHQ obligatoire	1) Tous les athlètes sont inscrits à temps plein obligatoirement dans une école secondaire du Québec tel que défini par le RSEQ. Pour plus de précisions, voir les Règlements Secteur scolaire 2019-2020 du RSEQ Article 5.4 page 13-14 disponibles sur le site du RSEQ - section Championnats provinciaux . 2) L'athlète devra avoir participé à une compétition préliminaire sanctionnée (PCP) depuis le 1 ^{er} août 2019. 3) Licence <u>DÉVELOPPEMENT</u>
TENUE VESTIMENTAIRE DES CONCURRENTS	- Il est recommandé que les athlètes portent le maillot de compétition ou un short (modèle cuissard) et gilet (avec manches, modèle t-shirt). - Nous vous demandons de vous assurer du respect des règles que nous avons pour le gilet (à l'effigie de la compétition, de votre club, de couleur unie, etc...). - Pas d'athlète avec des pantalons troués, trop long, trop court ou des gilets manches trop longues ou modèle « camisole sans manche » ou encore avec des signes non-sportifs qui n'ont pas leur place.
DÉBUT DE LA PÉRIODE DES INSCRIPTIONS	24 février 2020, 9h00
FERMETURE DES INSCRIPTIONS	Lundi, le 6 avril 2020 16h00
FRAIS D'INSCRIPTION	Tel que fixé par RSEQ : 35.20 \$ par athlète. Paiement des frais directement à l'école.
INSCRIPTION	L'entraîneur ou l'athlète-étudiant prendra contact avec le Responsable du Sport Étudiant de l'école afin que celui complète l'inscription selon les directives du RSEQ. L'inscription se fera par la plateforme S1 du RSEQ. NOUVEAUTÉ : Lors de l'inscription, la DATE DE NAISSANCE du participant devra être entrée dans la plateforme S1.
HÉBERGEMENT SUGGÉRÉ	Holiday Inn Express & Suites Vaudreuil – Dorion 33 boul. de la Cité-des-Jeunes East, Vaudreuil-Dorion, QC J7V 0N3 Téléphone : (450) 455-5522 stationnements inclus
FINANCEMENT	<u>Aucune aide financière ne sera accordée au déplacement ou à l'hébergement aux athlètes participants. Ils assumeront 100 % des coûts.</u> La FHQ assurera les frais pour les officiels assignés et l'organisation de la compétition avec le Comité Organisateur.
PESÉE	Il est recommandé que le participant soit pesé avec son maillot de compétition, ceci compte tenu de son âge. Plusieurs en seront à leur première compétition provinciale. Les athlètes plus expérimentés connaissent

	le règlement.
NOUVEAU RÈGLE DU RSEQ	ATTENTION : TOUS LES ATHLÈTES ET ACCOMPAGNATEURS DOIVENT OBLIGATOIREMENT S'IDENTIFIER POUR PRENDRE PART AU CHAMPIONNAT.
ACCREDITATION (VOIR MICRO SITE) http://www.rseq.ca/sports/halterophilie/minisites-championnats/2019-2020-(mini-site)/cpsi/information-generale/accréditation/	TOUS LES PARTICIPANTS DOIVENT PRÉSENTER UNE PREUVE D'IDENTITÉ RECONNUE AVEC PHOTO (CARTE D'ASSURANCE MALADIE, CARTE ÉTUDIANTE DE L'ANNÉE EN COURS, PERMIS DE CONDUIRE, PASSEPORT, LISTE GPI, ETC.). PAS DE PREUVE D'IDENTITÉ = PAS DE CHAMPIONNAT A votre arrivée au site de compétition, vous devrez passer au kiosque d'accréditation pour valider votre présence.

RÈGLEMENTS

Selon les règlements du RSEQ en vigueur, le participant doit être né entre le 1^{er} juillet 2001 et le 30 septembre 2007 pour être admissible.

CATÉGORIES							
HOMMES (8 catégories)							
49 kg	55 kg	61 kg	67 kg	73 kg	81 kg	89 kg	+89 kg
SEUIL D'ÉLIGIBILITÉ							
62 kg	72 kg	80 kg	89 kg	95 kg	103 kg	110 kg	115 kg

FEMMES (8 catégories)							
45 kg	49 kg	55 kg	59 kg	64 kg	71 kg	76 kg	+76 kg
SEUIL D'ÉLIGIBILITÉ							
55 kg	61 kg	67 kg	72 kg	79 kg	87 kg	90 kg	95 kg

NOTE : la charge minimale sera de 20 kg (la barre de 15 kg & 2 disques de 2,5 kg).

PRÉCISION : Un athlète pesé dans un groupe multi-catégories (ex : 55-61-67 kg), qui ne ferait pas le poids de la catégorie où il est inscrit (ex : 67 kg) mais qui est éligible pour la catégorie supérieure (ex : 73 kg) doit être pesé à nouveau dans le groupe multi-catégories suivant (ex : 73-81 kg).

CHAMPIONNAT SCOLAIRE PROVINCIAL INVITATION

Inscription, facturation et paiement

Étapes d'inscription



Étapes de facturation Paiement



RÉCOMPENSES		
MÉDAILLES	TROPHÉES	CLASSEMENT DES ÉQUIPES DES ÉCOLES
Garçons : Les trois meilleurs au Total olympique par catégorie	L'athlète masculin ayant obtenu le meilleur total Sinclair se verra remettre un trophée.	On additionne les points des 6 garçons désignés par l'école.
Filles : Les trois meilleures au Total olympique par catégorie	L'athlète féminine ayant obtenu le meilleur total Sinclair se verra remettre un trophée.	On additionne les points des 5 filles désignées par l'école.
		Pour les classements masculins et féminins, des points sont accordés au total des deux mouvements 1 ^{er} 28 points ; 2 ^e 25 points ; 3 ^e 23 points ; 4 ^e 22 points ; 5 ^e 21 points ;

		Etc. (diminution d'un point par position)
		Les équipes masculines et féminines ayant amassé le plus grand nombre de points reçoivent une récompense présentée par le Réseau du Sport Étudiant du Québec (RSEQ).

OFFRE D'ÉVALUATION PRATIQUE D'ENTRAINEURS :

Nous offrons la possibilité de faire cette évaluation pratique lors de cette compétition provinciale.

Conditions :

- 1) Il faut avoir suivi le stage technique d'entraîneur Introduction à la compétition (comp-intro);
- 2) Avoir entraîné depuis le stage technique;
- 3) Être membre affilié à la fédération dans la saison actuelle;
- 4) Lors de l'inscription des athlètes, poser sa candidature (par e-mail) en indiquant l'athlète que vous allez encadrer lors de la compétition.

- Suite à la confirmation de sa candidature, le candidat recevra un formulaire à compléter afin de démontrer la préparation requise pour une compétition.
- L'entraîneur devra remettre ce formulaire à l'évaluateur.
- L'évaluateur peut évaluer au maximum 5 candidats par compétition.
- Il faut un minimum de 4 candidats pour que l'évaluation soit organisée.

Suite aux inscriptions des stagiaires et lorsque l'horaire de la compétition sera finalisé, les stagiaires seront informés que leur candidature est retenue pour l'évaluation.

Cela permettra à l'évaluateur de préparer son horaire de la journée.

- Tarif : 50 \$. Paiement par chèque à remettre sur place (fait à l'ordre de la Fédération d'haltérophilie du Québec).

RÉUNION TECHNIQUE

Procédures pour la réunion technique (modifiées depuis avril 2005).
Puisqu'il y a un classement d'équipes, il y a une réunion technique.

- 1) Lieu de la réunion : le gymnase B (groupe Filles)
- 2) A 08h00 au secrétariat de compétition, on remettra à l'entraîneur-chef de l'équipe la liste de départ (un exemplaire par entraîneur inscrit).
- 3) 08h45 : début de la réunion technique.
- 4) On vérifiera les noms des entraîneurs présents et le club qu'il représente.

5) On nommera le nom du club par ordre alphabétique de l'acronyme :

Exemple : A-P : le club Arthur-Pigeon

S'il y a un entraîneur de ce club présent et qu'il a des changements tels :

- athlète absent (retrait) ;
- athlète qui descend de catégorie (ex. : inscrit 67 kg et descend 61 kg) ;
- athlète qui monte de catégorie (ex. : inscrit 61 kg et monte 67 kg) ;

ce sera alors le temps de nous indiquer ces changements.

L'entraîneur donnera SEULEMENT les changements en indiquant la catégorie, le nom et le changement fait.

Les changements sont donnés une fois.

De cette façon, nous ne nommerons pas tous les noms des athlètes inscrits mais les entraîneurs nous indiquerons seulement les changements.

Cela demande de la part des entraîneurs d'avoir indiqué clairement les catégories des athlètes qui descendent de catégorie.

Selon le fonctionnement usuel lors des compétitions provinciales, à la pesée, l'entraîneur peut toujours indiquer à l'officiel que l'athlète monte de catégorie.

L'athlète sera ajouté à la catégorie supérieure.

6) Dans le cas où il n'y aurait pas d'entraîneur présent à la réunion technique (horaire de déplacement ou autre motif), les informations indiquées sur le formulaire d'inscription seront utilisées.

Cette façon de fonctionner permet que la réunion technique soit faite en moins de 10 minutes et nous permet de débiter à l'heure.

HORAIRE PRÉLIMINAIRE (À VENIR)			
PESÉE	COMP.	CATÉGORIES	Nbr Athl

ENTRAÎNEURS INSCRITS (À VENIR)				
	CLUB	NOMS	AFF.	EMAIL

Le mémo est envoyé par courriel uniquement et disponible sur le site de la Fédération. Sauf les responsables de club ayant payé les frais pour l'envoi postal.

Météo média : <https://www.meteomedia.com/ca/meteo/quebec/pincourt>