

## Avis de Course #2 Perce Neige 2025

---

COURSES RÉGIONAL SAGUENAY LAC-  
ST-JEAN / CLUB PERCE-NEIGE  
**AVIS DE COURSE**



**CLUB**  
*Perce Neige*

**INFORMATIONS**  
**GÉNÉRALES**

**Nom de la  
compétition** Course  
régionale #2 "La Béginnoise"  
Circuit  
AMSFQ - Course #3

classique

Style

**Sanction**  
régionale de ski de fond

Association  
Saguenay  
Lac  
St-  
Jean  
Association  
des  
maîtres  
en  
ski  
de  
fond  
Québec

**Club-  
hôte**  
Perce Neige

Club

**Tarif d'accès aux  
pistes** Inclus dans  
l'inscription

**Adresse**

Lemieux 100, rue  
QC Bégin,  
1B0 G0V  
[672-2434](tel:672-2434) [418](tel:418)  
[www.clubperceneige.com](http://www.clubperceneige.com)

**Date** Samedi  
1 février 2024

**Admissibilité** Pour  
tous les niveaux de skieur  
**COMITÉ ORGANISATEUR**

**Directeur  
d'épreuve** Dino Lapointe  
**Secrétaire  
d'épreuve** À  
déterminer  
**Chef des  
pistes** Simon  
Thibault

**Chronométrage**  
déterminer  
**Renseignements**  
Thibault

À

Simon

stibo666@gmail.com  
[418](tel:550-6346)

[550-6346](tel:550-6346)

Ski  
de  
Fond  
Saguenay  
Lac-  
St-  
Jean

**PROGRAMME DE LA  
COMPÉTITION**

| <b>Catégorie<br/>(année de<br/>naissance)</b> | <b>Sexe</b> | <b>Distance<br/>Style<br/>libre</b> | <b>Coût<br/>inscription*</b> |
|---|-------------|-------------------------------------|------------------------------|
| <b>M16 - Juvénile<br/>(2009-2010**)</b>       | F           | 4km                                 | 7\$                          |
|   | M           | 4km                                 |                              |
| <b>M14 - Midget<br/>(2011**-2012**)</b>       | F           | 4km                                 | 7\$                          |
|   | M           | 4km                                 |                              |
| <b>M12 - Mini-<br/>midget<br/>(2013-2014)</b> | F           | 2km                                 | 7\$                          |
|   | M           | 2km                                 |                              |
| <b>M10 (Pee-wee)<br/>(2015-2016)</b>          | F           | 1km                                 | 7\$                          |
|   | M           | 1km                                 |                              |
| <b>M8 (atome)<br/>(2017-2018)</b>             | F           | 1km                                 | 7\$                          |
|   | M           | 1km                                 |                              |
| <b>Jeannot Lapin<br/>(2019 et après)</b>      | F           | 1km                                 | 7\$                          |
|   | M           | 1km                                 |                              |

\*Le coût d'inscription n'inclut pas le coût de la licence SFQ d'un jour obligatoire (+3\$) pour les skieurs qui n'ont pas de licence annuelle SFQ

**Catégorie**      **Distance**  
**Sexe**

| <b>(année de naissance)</b>         |   | <b>Style libre</b> | <b>Coût inscription*</b> |
|-------------------------------------|---|--------------------|--------------------------|
| <b>M18 (2007-2008)</b>              | F | 8 km               | 7\$                      |
|                                     | M | 8 km               |                          |
| <b>M20- M23 (2002-2006)</b>         | F | 16km               | 37\$                     |
|                                     | M | 16km               |                          |
| <b>Senior (1995 à 2001 )</b>        | F | 24km               | 37\$                     |
|                                     | M | 24km               |                          |
| <b>Maîtres 1 (1985 à 1994)</b>      | F | 24km               | 37\$                     |
|                                     | M | 24km               |                          |
| <b>Maîtres 2 (1975-1984)</b>        | F | 24km               | 37\$                     |
|                                     | H | 24km               |                          |
| <b>Maîtres 3 (1965 à 1974)</b>      | F | 24km               | 37\$                     |
|                                     | H | 24km               |                          |
| <b>Maîtres 4 (1955-1964)</b>        | F | 24km               | 37\$                     |
|                                     | H | 24km               |                          |
| <b>Maîtres 5 (1954 et -</b>         | F | 16km               | 37\$                     |
|                                     | H | 16km               |                          |
| <b>Initiation (tous les âges !)</b> | H | 8 km               | 7\$                      |
|                                     | F | 8 km               |                          |

\*Le coût d'inscription n'inclut pas le coût de la licence SFQ d'un jour obligatoire (+3\$) pour les skieurs qui n'ont pas de licence annuelle SFQ

## **HORAIRE**

| <b>Samedi 1er Février</b> |                                     |                  |
|---------------------------|-------------------------------------|------------------|
| <b>HEURE</b>              | <b>ACTIVITE</b>                     | <b>LIEU</b>      |
| 8H00                      | Ouverture du site                   | Club Perce Neige |
| 8h30 à 9h30               | Accueil des skieurs et inscriptions | Chalet Principal |

|       |  |                   |
|-------|--|-------------------|
| 10h00 | Départ de la course<br>1-2-4km ( M16 et - )    | Plateau de départ |
| 11h00 | Départ de la course<br>8-16-24 km ( M18 et + ) | Plateau de départ |
| 13h00 | Fin de la course et remise des résultats       | Chalet Principal  |
| 13H30 | Fin de l'évènement                             |                   |
| 16H00 | Fermeture du site                              | Club Perce Neige  |

### **MODALITÉS D'INSCRIPTION**

**Frais** M20 (jeunes) - Sénior, Maître et Initiation d'un jour\*  
**7\$ -** et **moins** +3\$ licence

37\$

\*preuve de licence SFQ ou achat obligatoire d'une licence d'un jour

**Préinscription** **Confirmer**  
**vosre présence par courriel en**  
**indiquant**  
**vosre catégorie et genre**  
**stibo666@gmail.com**

**Inscription** Au  
chalet d'accueil 8h30 à 9h30  
**Argent**  
**comptant, débit ou crédit**

**Parcours** Voir  
détails en annexe

**Dossard** Remis  
lors de l'inscription À redonner  
à l'arrivée

**dossard perdu** **50\$ si**

## **DÉTAILS DE COURSE**

**Fartage** Politique  
sans fluor

**Format** Style  
Classique, Départ de masse

**Médailles** RLS  
Jeux Régionaux U18 et moins

**Résultat** Résultats  
disponibles à la fin des  
épreuves

**Prix**  
**Participation** Tirage  
fin de saison  
via  
l'Association  
Régionale

## **SERVICES AUX SKIEURS**

**Alimentation** Repas  
léger d'après la course  
fournis  
aux participants

**Sanitaire** Toilettes  
disponibles au chalet

**Salle** **de**  
**fartage** Quelques tables  
disponibles

## **RESTRICTION** **CONCERNANT LE FARTAGE**

Cet événement respecte les  
exigences de Nordiq Canada sur

l'interdiction du fluor.

<https://nordiqcanada.ca/fr/entraîneurs-et-techniciens/techniciens/ressources-pour-les-techniciens/>

### **Non Permis**

- Les farts de glisse à teneur élevée, moyenne ou faible en fluor, incluant les poudres, les rondelles, les blocs et les liquides
- Les additifs en poudres et les durcisseurs pour temps froid
- Les poudres adhérentes au fluor
- Farts de retenus fluorés

### **ANNULATION**

Advenant une annulation de la course due aux mauvaises conditions de neige ou à une météo extrême, la décision sera prise 24 heures avant l'évènement et sera publiée sur la page Facebook [Ski de fond Saguenay Lac-St-jean](#) et la page [Club Perce-Neige](#)

### **PARTICULARITÉS**

1. Les parcours seront indiqués ; mais le centre demeure ouvert, donc les autres pistes ne seront pas barrées. C'est la responsabilité de chaque compétiteur d'avoir fait une reconnaissance de parcours. Un skieur ayant sauté un bout du parcours sera disqualifié.
2. Course en style classique, toute utilisation du pas de patineur entraînera une disqualification immédiate.
3. **Le centre de ski sera ouvert aux autres skieurs, respect et civisme lors des dépassements SVP !**

## **PRIX DE PARTICIPATION**

Un tirage aura lieu en fin de saison, la participation à une course donne une chance au tirage, 2 courses donnent 2 chances, etc.

Le tirage se fera lors de la dernière course de la saison à Albanel. Présence obligatoire pour recevoir son prix !

**sports  
experts**

**DOLBEAU**

**ROBERVAL**

**Sport  
Experts  
Dolbeau et Roberval**

**DEMERS**  
BICYCLES & SKIS DE FOND

**Demers  
Québec**

**sports  
experts**

**ST-FÉLICIEN**

**Sport  
Experts  
St-Félicien**

  
**UltraViolet**

**Ultraviolet  
Sports  
Jonquière et Alma**

**MERCI AUX BOUTIQUES !!**



## ANNEXE - PARCOURS

### **BOUCLE 1 km**

Piste no.1, identifiée avec des  
**FLECHES JAUNES**

M10- M8 - Jeannot  
Lapin H/F                      1 tour  
(1km)

M12 H/F  
   2 tours (2km)

### **BOUCLE 4 km**

Piste no.4, identifiée avec des  
**FLECHES VERTES**

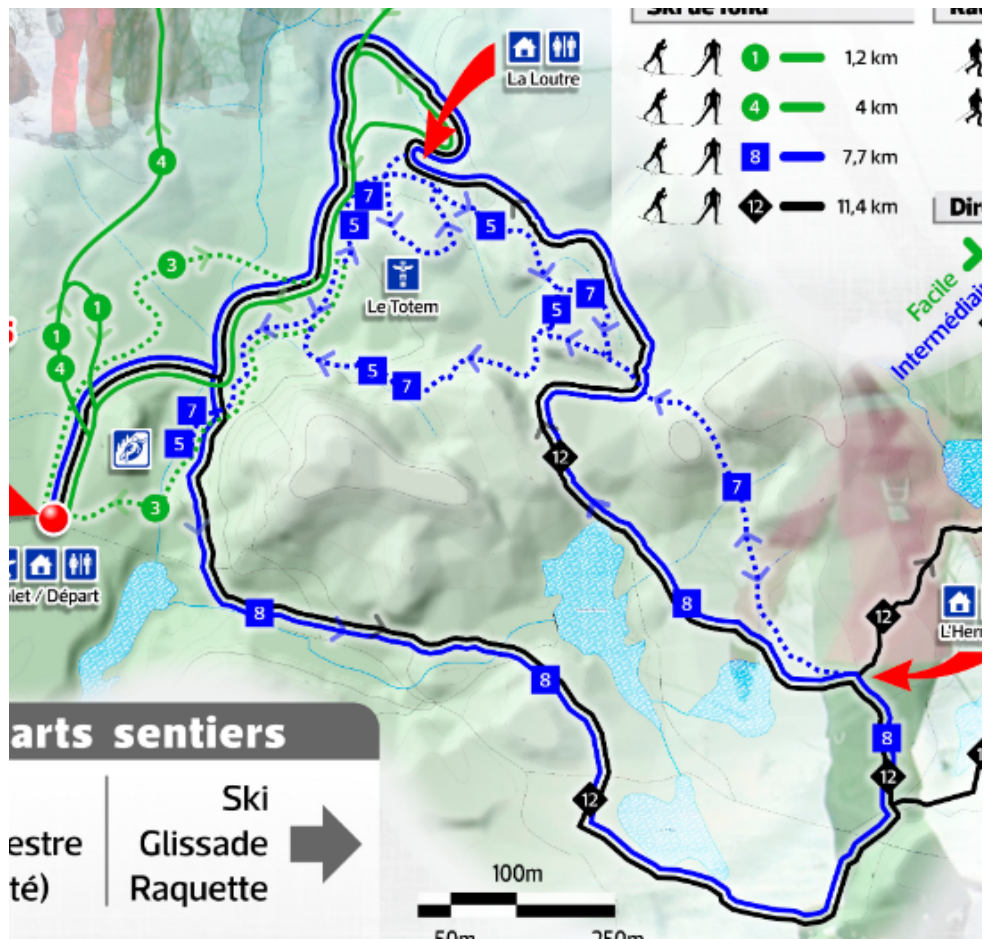
M14 et M16 H/F                      1 tour  
(4km)



**BOUCLE 8km**

Piste no.8, identifiée avec des  
**FLÈCHES ROUGES**

|                           |         |
|---------------------------|---------|
| M18 H/F<br>(8km)          | 1 tour  |
| M20-M23 H/F<br>(16km)     | 2 tours |
| Senior à M4 H/F<br>(24km) | 3 tours |
| M5 H/F<br>(16km)          | 2 tours |
| Initiation H/F<br>(8km)   | 1 tour  |



Course régionale no.2 - 1 février 2024

