

**. Mini-marathon (édition sur piste)
Défi sportif AlterGo 2025
Règlements des sports scolaires**



Table des matières

1. INSCRIPTIONS	3
1.1 Plateforme d'inscription.....	3
1.2 Modalité d'inscription.....	3
2. ÉPREUVES	3
2.1 Les courses récréatives 400m et 800m.....	3
2.2 Les courses.....	4
2.2.1 Vélo adapté.....	5
2.2.2. Tricycle.....	5
2.3 Les courses 1km et 3km.....	6
2.3.1 : Le 1 km.....	6
2.3.2 : Le 3 km.....	6
3. Règlements	6
4. Départs	6
5. Arrivées	6
6. Accompagnateur	7
7. Classement	7
8. Cas de disqualification	7
9. Code vestimentaire	8
10. Sécurité	8
11. Lieu	8

1. INSCRIPTIONS

1.1 Plateforme d'inscription

Les inscriptions doivent se faire via [la plateforme d'inscription](#). Chaque école est responsable de ses inscriptions.

1.2 Modalité d'inscription

Exceptionnellement pour l'édition 2025 du Défi sportif, nous devons limiter les inscriptions au mini-marathon. Pour les courses du 1km et 3km, il limite de 30 élèves par école est mise en place. Si vous désirez inscrire plus d'élève, veuillez écrire un courriel à catherine@altergo.ca pour en faire la demande. La demande sera traitée en fonction des inscriptions. Aucune limite est mise en place pour les courses avec handicap physique.

- **Les épreuves de mini-marathon ne comptent ni comme épreuve individuelle, ni comme épreuve collective.**

2. ÉPREUVES

2.1 Les courses récréatives 400m et 800m

Au départ, les athlètes peuvent être accompagnés.

Les athlètes participant à cette course ont le choix de marcher, de courir et/ou de se déplacer à l'aide de leur fauteuil, marchette, ou autre.

Un minimum d'effort physique est exigé de la part de tous les athlètes selon leur capacité individuelle, ainsi que de la part des intervenants qui y participent.

Il n'y aura pas de temps officiel pour cette course, **ni de remise de médailles**. Un chronomètre affichant le temps total de l'épreuve sera installé à l'arrivée.

2.2 Les courses

DISTANCE	STYLE	DIVISION	TEMPS MAXIMUM*
400m	Course	Toutes limitations <u>sans</u> accompagnateur (Primaire et déficience motrice uniquement)	15 minutes
800m	Course	Avec ou sans handicap physique debout <u>avec</u> accompagnateur (limite de 4 par école)	20 minutes
800 m	Course	Déficience visuelle	20 minutes
800m	Course	Avec aide technique à la mobilité (Ex : marchette, béquille) <u>sans</u> accompagnateur	20 minutes
800m	Course	Avec handicap physique <u>sans</u> accompagnateur	20 minutes
800m	Fauteuil roulant manuel, vélo adapté, tricycle	Avec handicap physique <u>sans</u> accompagnateur	20 minutes
1 km	Course	Sans déficience motrice <u>sans</u> accompagnateur (limite de 30 par école)	20 minutes
3 km	Course	Toutes limitations <u>sans</u> accompagnateur (limite de 30 par école)	30 minutes

Parcours : La course se déroulera sur une piste d'athlétisme standard de 400 mètres. Le parcours total est de 800 mètres, soit deux tours.

2.2.1 Vélo adapté

Pour cette épreuve, les athlètes peuvent utiliser un tricycle de compétition ou bien un vélo avec de grandes roues stabilisatrices à l'arrière (voir photo).

Les petites roues stabilisatrices de style commercial ne sont pas acceptées.

Le port du casque est obligatoire.



2.2.2. Tricycle

Le tricycle est un cycle qui compte 3 roues directement attachées au cadre. Un vélo régulier muni de roues d'appont n'est pas considéré comme un tricycle.

Tricycles admis :

Les tricycles adaptés à une seule vitesse peuvent être utilisés pour cette catégorie. Les tricycles qui ont plusieurs vitesses doivent obligatoirement être réglés à la vitesse la plus basse.

Exemple : Rifton (US), Chartrand (QC), Trivel (QC) : modèle T15, T250, T350, modèle Maya, Inca, Zoulou, Aztéca



2.3 Les courses 1km et 3km

Limite de 30 athlètes par école pour toutes les courses de 1km et 3km.

2.3.1 : Le 1 km

Parcours : La course se déroulera sur une piste d'athlétisme standard de 400 mètres. Le parcours total est de 1 000 mètres, soit deux tours et un quart.

Règles de Course :

Tout dépassement doit se faire de manière sécurisée, en évitant tout contact avec les autres athlètes.

Le non-respect de la trajectoire ou de la distance sera sanctionné.

2.3.2 : Le 3 km

Parcours : La course se déroulera sur une piste d'athlétisme standard de 400 mètres.

3. Règlements

- Le respect des autres participants et des officiels est de mise.
- Un geste (pousser, retenir, etc.) ayant pour objectif de nuire à la performance d'un autre participant entraînera un avertissement. Une deuxième infraction entraînera la disqualification de l'athlète.
- Tout dépassement doit se faire de manière sécurisée, en évitant tout contact avec les autres athlètes.
- Tout athlète devra respecter les règles de placement et de sécurité des autres concurrents.
- Les athlètes doivent impérativement suivre la trajectoire de la piste.

4. Départs

Le signal de départ se fera en 2 temps :

1. Un décompte de 5, 4, 3, 2, 1
2. Un mouvement du drapeau rouge vers le bas

5. Arrivées

Les temps de course sont calculés à partir du moment où l'athlète passe sur le tapis de départ jusqu'à son retour sur celui d'arrivée.

Si un athlète n'arrive pas à terminer sa course, il devra s'immobiliser, et il devra suivre les indications des officiels afin de sortir de la piste. **Une mention « participation » sera inscrite dans les résultats.**

6. Accompagnateur

Chaque accompagnateur devra posséder un dossard d'accompagnateur officiel fourni par le défi pour pouvoir être sur la surface de mini-marathon.

Seuls les coureurs ayant une déficience visuelle auront le droit d'avoir un guide avec un dossard fourni par le défi sur le parcours lors d'une course sans accompagnateur. La déficience visuelle sera signalée lors de l'inscription.

7. Classement

Les résultats seront calculés sur la base du temps final, mesuré au millième de seconde près. Le classement sera établi en fonction des performances respectives des athlètes dans chaque épreuve.

Des médailles seront attribuées aux trois premiers de chaque épreuve : or pour le 1er, argent pour le 2e, et bronze pour le 3e.

8. Cas de disqualification

Les athlètes doivent **respecter le signal de départ**. En cas de faux départs, il n'y aura aucune reprise de départ. Un faux départ entraînera une disqualification automatique.

Tout comportement antisportif, y compris les contacts physiques délibérés, entraînera une disqualification immédiate.

Les athlètes doivent **être à l'heure** dans leur file d'attente respective. Un retard entraînera automatiquement la disqualification de l'athlète et il n'y aura aucune reprise de départ.

Les athlètes doivent **respecter leur catégorie**. Si l'athlète est inscrit dans une Division "sans accompagnateur" et que l'aide d'un accompagnateur est requis, alors l'athlète sera disqualifié et aura une mention « participation » comme résultat.

Ceci n'est pas applicable pour les athlètes dans la catégorie déficience visuelle.

9. Code vestimentaire

La tenue sportive est obligatoire pour chaque participant et fortement recommandé pour les intervenants. **Le port du jean, sacoche, sac à dos, etc. est interdit chez les athlètes et les accompagnateurs** sur les surfaces de compétitions.

10. Sécurité

Présence médicale : Un personnel médical sera présent sur le site pour assurer la sécurité des athlètes en cas d'urgence.

Conditions Climatiques : La compétition pourra être reportée ou annulée en cas de conditions météorologiques extrêmes (pluie, orage, etc.).

11. Lieu

Le mini-marathon se déroulera au complexe sportif Claude-Robillard sur la piste extérieur.



Dernière mise à jour : le 15 janvier 2025

Catherine Destin
Coordonnatrice aux sports scolaires
514 933-2739, ext. 215
catherine@altergo.ca

defisportif.com

