



DÉFI SPORTIF
ALTERGO

ATHLÉTISME
Défi sportif AlterGo 2026
Rèlements des sports scolaires



TABLE DES MATIÈRES

1. INSCRIPTIONS.....	4
1.1. Plateforme d'inscription	4
1.2. Modalité d'inscription.....	4
1.3. Modalité d'inscription spécifique à l'athlétisme	4
2. ÉPREUVES	4
2.1. Primaire.....	4
2.2. Secondaire.....	5
3. CLASSEMENT & DIVISIONS	5
3.1. Sans handicap moteur	5
3.1.1. Division ouverte	5
3.1.2. Division DIM	5
3.1.3. Division récréative DIS/DIP	6
3.2. Déficience visuelle	6
3.3. Avec handicap moteur debout	6
3.3.1. Division 1.....	6
3.3.2. Division 2.....	7
3.3.3. Division 3 (20 m).....	7
3.4. Avec aide technique à la mobilité.....	7
3.4.1. Division 1.....	7
3.4.2. Division 2.....	8
3.4.3. Division 3.....	8
3.4.4. Division 4.....	8
3.5. Fauteuil roulant	9
3.5.1. Division 1.....	9
3.5.2. Division 2.....	9
3.5.3. Division 3.....	9
3.5.4. Division 4.....	9
3.6. Tricycle	10
3.6.1. Critères d'admission.....	10
3.6.2. Division 1.....	10

3.6.3. Division 2.....	10
3.6.4. Division 3.....	10
3.6.5. Modèles de tricycle admis.....	10
4. RÈGLEMENTS POUR LES COURSES.....	11
4.1. Signal de départ	11
4.2. Assistance.....	11
4.3. Épreuves longues distances 150 m et 400 m.....	12
4.3.1. Au primaire – Épreuve de course 150 m.....	12
4.3.2. Au secondaire – Épreuve de course 400 m.....	12
4.4. Courses avec guide ou corde.....	12
4.4.1. Courses de 20 m avec corde au niveau primaire (limitation visuelle)....	12
4.4.2. Règle pour les guides pour les courses 50 m et les course 20 m avec déficience visuelle.....	12
5. RÈGLEMENT POUR LES ÉPREUVES DE RELAIS	13
5.1. Relais avec handicap moteur debout, avec aide à la mobilité ou en fauteuil roulant.....	13
5.2. Relai féminin sans handicap moteur	13
5.3. Relais masculins ou mixtes sans handicap moteur	13
5.4. Épreuves de relais 4 X 100 m et 4 X 50 m.....	13
6. RÈGLEMENTS POUR LES SAUTS EN LONGUEUR	14
6.1. Caractéristiques	14
6.2. Classification pour les médailles.....	15
7. RÈGLEMENTS POUR LES ÉPREUVES DE LANCERS DU POIDS.....	17
7.1. Caractéristiques	17
7.2. Classification pour les médailles pour les épreuves du lancer du poids	19
8. SLALOM EN FAUTEUIL ROULANT	23
8.1. Caractéristiques	23
8.2. Matériel requis.....	23
8.3. Classification pour les médailles.....	24
8.4. Pénalités	25
8.5. Descriptions des étapes	25
8.5.1 Descriptions des étapes pour le slalom en fauteuil manuel	25

9. Règlements pour le saut vertical.....	28
10. Règlement pour le volet récréatif	31
11. La piste	32

1. INSCRIPTIONS

1.1. Plateforme d'inscription

Les inscriptions doivent se faire via [AVS sport](#). Chaque établissement est responsable de ses inscriptions.

1.2. Modalité d'inscription

Chaque établissement peut inscrire un **maximum de 8 athlètes** par épreuve à la compétition d'athlétisme.

Au total, le nombre maximum d'athlètes par jour est de 750.

1.3. Modalité d'inscription spécifique à l'athlétisme

Il n'y a **aucune limite d'inscription** pour les écoles inscrivant des élèves dans les épreuves d'athlétisme avec handicap moteur.

Le volet récréatif sera limité à 750.

Il est primordial d'inscrire les athlètes dans la bonne catégorie pour assurer le bon déroulement des compétitions.

2. ÉPREUVES

2.1. Primaire

2.1.1 : Courses : 20 m, 50 m et le 150 m (maximum de 8 athlètes/épreuve)

2.1.2 : Saut en longueur avec élan (maximum de 8 athlètes/épreuve)

2.1.3 : Saut en longueur sans élan (maximum de 8 athlètes/épreuve)

2.1.4 : Saut vertical (maximum de 8 athlètes/épreuve)

2.1.5 : Lancer du poids (maximum de 8 athlètes/épreuve)

2.1.6 : Slalom en fauteuil roulant (pas de limite d'inscription)

2.1.7 : Relais 4x50 m (maximum de 4 équipes/épreuve)

2.2. Secondaire

2.2.1 Courses : 50 m, 100 m et 400 m (maximum de 8 athlètes/épreuve)

2.2.2 : Saut en longueur avec élan (maximum de 8 athlètes/épreuve)

2.2.3 : Saut en longueur sans élan (maximum de 8 athlètes/épreuve)

2.1.4 : Saut vertical (maximum de 8 athlètes/épreuve)

2.2.5 : Lancer du poids (maximum de 8 athlètes/épreuve)

2.2.6 : Slalom en fauteuil roulant (pas de limite d'inscription)

2.2.7 : Relais : 4x50 m, 4x100 m (maximum de 4 équipes/épreuve)

3. CLASSEMENT & DIVISIONS

3.1. Sans handicap moteur

Les athlètes dans les divisions sans handicap moteur ne peuvent être inscrits à 2 épreuves courtes ou plus (20 m, 50 m et 100 m), car il serait possible que les courses se déroulent en même temps. Il est à noter que la course de 20 m est uniquement pour les athlètes du primaire ou avec une déficience visuelle. Nous nous réservons le droit de disqualifier tout athlète étant trop rapide et/ou trop habile pour la course de 20 m.

3.1.1. Division ouverte

Concerne les athlètes sans déficience intellectuelle, peu importe leur limitation fonctionnelle et ceux avec un profil de déficience intellectuelle légère (DIL). Cette catégorie inclut les athlètes ayant une déficience auditive, un trouble du langage, un trouble de santé mentale ou un trouble du spectre de l'autisme.

Aucune assistance (intervenant ou objet) n'est permise sur la piste de course.

3.1.2. Division DIM

Concerne les athlètes ayant un profil ou diagnostic de déficience intellectuelle moyenne ou ayant un TSA avec un fonctionnement de DIM.

Aucune assistance (intervenant ou objet) n'est permise sur la piste de course.

3.1.3. Division récréative DIS/DIP

Concerne les athlètes ayant un profil ou diagnostic de déficience intellectuelle sévère à profonde ou ayant un TSA avec un fonctionnement de DIS/DIP.

Ces athlètes ont la capacité de se déplacer sans aide à la mobilité, mais peuvent nécessiter une aide pour s'orienter de la ligne de départ à la ligne d'arrivée.

Après une limite de temps, un athlète n'ayant pas terminé la course sera accompagné à la ligne d'arrivée et traversera la ligne d'arrivée seul.

Cette division est récréative, aucun résultat ne sera pris en compte. Les athlètes de cette division seront en action le **vendredi 1er mai 2026**. Cette division est mixte.

3.2. Déficience visuelle

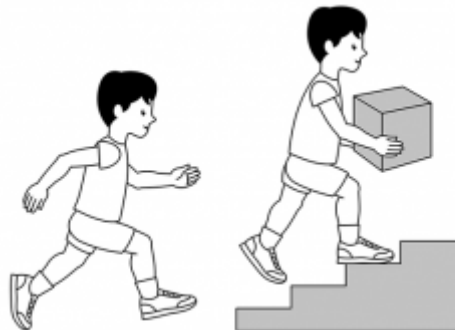
- 20 m avec corde : ces athlètes de niveau **primaire** ne sont pas autonomes pour parcourir une distance de 50 mètres avec un guide.
- 50 m avec ou sans guide : ces athlètes ont la possibilité de courir avec un guide de leur côté droit ou gauche sur une distance de 50 mètres. Un athlète ayant une limitation visuelle peut aussi choisir de courir sans guide.

3.3. Avec handicap moteur debout

3.3.1. Division 1

Concerne les athlètes qui marchent sans difficulté. Ils peuvent circuler dans les escaliers sans assistance physique ni main courante. Ils peuvent faire des activités motrices globales tels que sauter ou courir, mais la vitesse, la coordination et l'équilibre sont affectés.

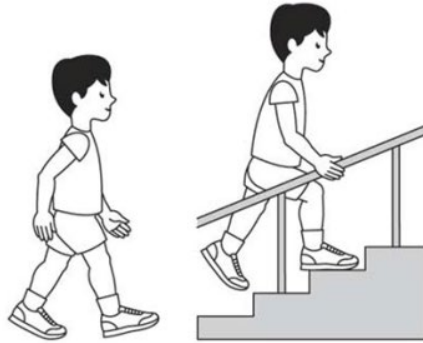
Exemple :



3.3.2. Division 2

Concerne les athlètes qui marchent avec difficulté, mais sans aide technique. Ils doivent utiliser une main courante ou une assistance physique pour circuler dans les escaliers. Les performances motrices sont pauvres et peu développées au niveau de la course et des sauts.

Exemple :



3.3.3. Division 3 (20 m)

Concerne les athlètes qui pourraient nécessiter un accompagnateur **pour compléter** l'épreuve de course.

Concerne les athlètes qui marchent avec très grande difficulté.

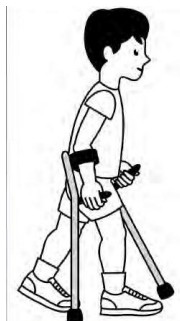
Cette division est mixte.

3.4. Avec aide technique à la mobilité

3.4.1. Division 1

Les athlètes capables de courir avec une canne ou des béquilles pourront participer. Ils réaliseront la course avec leur aide technique respective.

Exemple :



3.4.2. Division 2

Pour les athlètes capables de courir avec une marchette. Ils réaliseront la course avec leur aide technique respective. Les déplacements peuvent être plus longs. Les marchettes possèdent quatre pattes et des points d'appui.

Exemple :



3.4.3. Division 3

Pour les athlètes qui sont capables de courir avec un déambulateur. Ils réaliseront la course avec leur aide technique respective. Les déplacements peuvent être plus longs. Le déambulateur possède quatre pattes, dont au moins deux avec des roues et des points d'appui.

Exemple :



3.4.4. Division 4

Pour les athlètes capables de courir avec un déambulateur muni d'un harnais. Ils réaliseront la course avec leur aide technique respective. Les déplacements peuvent être plus longs. Les déplacements peuvent être plus longs. Le déambulateur possède quatre pattes, dont au moins deux sont équipées de roues, et il est muni de points d'appui. De plus, ils sont supportés à l'aide d'un harnais.

Exemple :



3.5. Fauteuil roulant

3.5.1. Division 1

Concerne les athlètes qui ont une atteinte des membres inférieurs, mais **démontrent une bonne force et coordination de leurs membres supérieurs et du tronc. Propulsion au fauteuil fluide et coordonnée.** Les athlètes de cette catégorie sont capables de réaliser un 50m en moins de 30 secondes.

3.5.2. Division 2

Concerne les athlètes qui présentent une atteinte des membres inférieurs, ainsi qu'une **perturbation de la force et/ou de la coordination au niveau des membres supérieurs et/ou du tronc qui affecte la propulsion au fauteuil.** Les athlètes de cette catégorie sont capables de réaliser un 50 m entre 30 secondes et 1 minute.

3.5.3. Division 3

Concerne les athlètes qui présentent une atteinte des membres inférieurs et un pauvre contrôle du tronc nécessitant des éléments de positionnement sur le fauteuil. La coordination et/ou la force des membres supérieurs sont grandement affectées et rendent la **propulsion au fauteuil difficile.** Les athlètes de cette catégorie sont capables de réaliser un 50 m en plus de 1 minute.

3.5.4. Division 4

Concerne les athlètes qui présentent une atteinte des membres inférieurs et un pauvre contrôle du tronc nécessitant des éléments de positionnement sur le fauteuil. La coordination et/ou la force des membres supérieurs sont grandement affectées et rendent la **propulsion au fauteuil difficile** et prennent plus de 1 minute et 30 secondes sur 50 mètres. Pour le primaire, tous les participants de cette catégorie réaliseront le 20 m. Les élèves du secondaire feront un 50 m. Cette division est mixte.

3.6. Tricycle

3.6.1. Critères d'admission

Un athlète capable de faire du vélo à 2 roues avec ou sans roues d'appoint **n'est pas éligible** à la compétition de tricycle.

3.6.2. Division 1

Concerne les athlètes qui peuvent marcher, mais qui font preuve d'un équilibre précaire. **La propulsion au tricycle est facile.**

3.6.3. Division 2

Concerne les athlètes qui ont besoin d'une aide technique (exemple une marchette ou un fauteuil) en tout temps pour se déplacer. **La propulsion au tricycle est affectée.**

3.6.4. Division 3

Concerne les athlètes qui ont besoin d'une aide technique en tout temps pour se déplacer (marchette, fauteuil roulant). **La propulsion au tricycle est difficile.**

Cette division est mixte.

3.6.5. Modèles de tricycle admis

Le tricycle est un cycle qui compte 3 roues directement attachées au cadre. Un vélo régulier muni de roues d'appoint 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.

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



4. RÈGLEMENTS POUR LES COURSES

4.1. Signal de départ

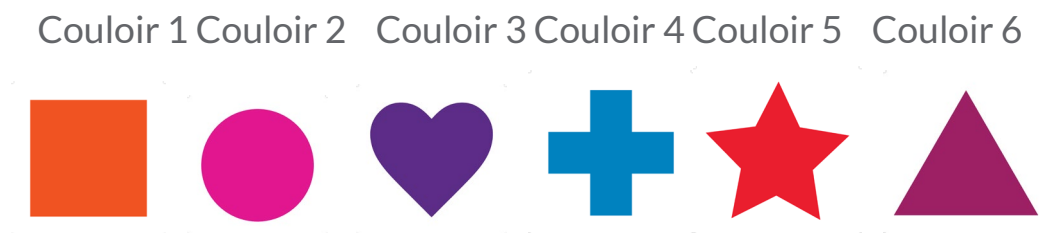
Pour toutes les courses, le signal de départ sera le suivant :

1. À vos marques !
2. Coup de sifflet et/ou signal sonore en abaissant un drapeau rouge.

4.2. Assistance

- Les corridors de course devront être respectés au maximum des capacités de l'athlète dans la mesure qu'il n'y aucune contrainte à la performance des autres athlètes. **Aucune assistance physique n'est permise au départ des courses.** Des références visuelles seront placées au départ et à la fin de chacun des couloirs par l'équipe du Défi sportif AlterGo.
- Les intervenants devront aussi respecter une zone de décélération équivalente à 20 % de la course effectuée par les athlètes.
- À partir du moment où la course est terminée par la plupart des participants d'une vague, le responsable de la compétition pourra permettre qu'un soutien soit apporté pour accompagner un athlète ayant de la difficulté à terminer son parcours dans l'une des divisions sans guide ou assistant.

Il y aura des coroplastes au début et à la fin de chacun des couloirs des courses de 50 mètres pour aider les athlètes à courir en ligne droite.



4.3. Épreuves longues distances 150 m et 400 m

4.3.1. Au primaire — Épreuve de course 150 m

Tous les athlètes partiront sur la même ligne de départ sans avoir de corridor désigné. Après le départ, les athlètes pourront se rabattre sur la première ligne sans nuire à la course d'un autre athlète.

4.3.2. Au secondaire — Épreuve de course 400 m

Tous les athlètes partiront sur la même ligne de départ sans avoir de corridor désigné. Après le départ, les athlètes pourront se rabattre sur la première ligne sans nuire à la course d'un autre athlète.

4.4. Courses avec guide ou corde

4.4.1. Courses de 20 m avec corde au niveau primaire (limitation visuelle)

L'athlète peut tenir la corde tressée avec la main droite ou la main gauche. Un témoin de course est utilisé pour éviter les brûlures aux mains.

La corde d'une longueur de 20 mètres est tenue aux deux extrémités par deux bénévoles.

4.4.2. Règle pour les guides pour les courses 50 m et les course 20 m avec déficience visuelle

- L'athlète doit passer la ligne d'arrivée avant le guide
- Le guide doit être situé derrière ou à côté de l'athlète ; un couloir à la droite ou à la gauche sera réservé à cet effet.
- Lorsque le guide est situé derrière l'athlète, il peut utiliser des indications verbales.
- Lorsque le guide est situé à côté de l'athlète, il doit utiliser une courte corde ou un tissu pour le lier à l'athlète.
- Le guide ne doit **en aucun cas se placer devant l'athlète**.
- Le guide ne doit pas tirer l'athlète sous peine de disqualification.

5. RÈGLEMENT POUR LES ÉPREUVES DE RELAIS

Les équipes de relai doivent être composées de 4 athlètes différents.

Les équipes doivent prévoir un athlète supplémentaire (sans l'inscrire) au cas où un des membres réguliers serait absent. Vous devrez alors contacter le coordonnateur au sport scolaire pour appliquer ce changement.

5.1. Relais avec handicap moteur debout, avec aide à la mobilité ou en fauteuil roulant

La course à relai est une épreuve qui doit être courue par quatre (4) athlètes différents.

Les équipes peuvent être mixtes ou non.

5.2. Relai féminin sans handicap moteur

Les équipes doivent être obligatoirement composées de 4 filles. Aucun garçon ne peut prendre part à ces épreuves.

5.3. Relais masculins ou mixtes sans handicap moteur

Les équipes peuvent être composées de 4 garçons ou être mixtes. Une fille peut être inscrite dans cette catégorie.

- La course à relai est une épreuve qui doit être courue par quatre (4) athlètes différents.
- Une fille peut participer au relai garçons, toutefois aucun garçon ne peut participer à une épreuve de relais filles.

5.4. Épreuves de relais 4 X 100 m et 4 X 50 m

Chaque équipe aura deux couloirs pendant la course et devra les respecter (Coureurs 1 et 3 dans le couloir 1 et coureurs 2 et 4 dans le couloir 2).

Pour les épreuves à relais, **deux intervenants** devront accompagner les athlètes (un intervenant dans chaque couloir). Les intervenants peuvent seulement accompagner les athlètes à la ligne de départ. Les intervenants ne peuvent pas courir avec les athlètes.

Les athlètes 1 et 3 vont courir de la ligne d'arrivée à la ligne de départ tandis que les coureurs 2 et 4 feront le parcours dans le sens inverse afin que le dernier coureur termine la course devant la photofinish (arrivée). Voici un exemple de la course à relai : [Course à relai – YouTube](#).

Nous conseillons fortement aux responsables et/ou entraîneurs des équipes scolaires d'enseigner et de pratiquer les départs avant la compétition. Le déroulement des épreuves pourra être modifié selon les inscriptions, le lieu de la compétition et la disponibilité du matériel.

Pour les **épreuves de relais** : les **témoins ne seront pas utilisés**. Un pied ou les roues avant doivent avoir dépassé la ligne de transmission pour que le coéquipier puisse partir à son tour.

6. RÈGLEMENTS POUR LES SAUTS EN LONGUEUR

6.1. Caractéristiques

Les athlètes ont droit à un essai non officiel et deux sauts officiels pour les sauts en longueur avec ou sans élan. Le meilleur résultat des deux sauts sera retenu.

Si un athlète dépasse la planche d'appel au saut avec élan, la mesure se fera à partir du début du bac à sable. Si l'athlète respecte la planche d'appel, la mesure se fera à partir de celle-ci.

Si un compétiteur chute, le saut sera considéré comme un essai et la partie de son corps la plus près de la planche sera utilisé comme mesure.

6.2. Classification pour les médailles

Mardi 28 avril 2026 – Primaire avec handicap moteur

NIVEAU	HANDICAP	GENRE
Primaire	Avec handicap moteur Division 1 et 2	Masculin
Primaire	Avec handicap moteur Division 1 et 2	Féminin

Mercredi 29 avril 2026 – Primaire sans handicap moteur et avec déficience visuelle

NIVEAU	HANDICAP	GENRE
Primaire	Sans handicap moteur Division 1, 2 et 3	Masculin
Primaire	Sans handicap moteur Division 1, 2 et 3	Féminin
Primaire	Déficience visuelle	Masculin
Primaire	Déficience visuelle	Féminin

Lundi 27 avril 2026 — Secondaire avec handicap moteur

NIVEAU	HANDICAP	GENRE
Secondaire	Handicap moteur debout Division 1 et 2	Masculin
Secondaire	Handicap moteur debout Division 1 et 2	Féminin

Jeudi 30 avril 2026 — Secondaire sans handicap moteur et avec déficience visuelle

NIVEAU	HANDICAP	GENRE
Secondaire	Sans handicap moteur Division ouverte/DIL, DIM et DIS	Masculin
Secondaire	Sans handicap moteur Division ouverte/DIL, DIM et DIS	Féminin
Secondaire	Déficience visuelle	Masculin
Secondaire	Déficience visuelle	Féminin

7. RÈGLEMENTS POUR LES ÉPREUVES DE LANCERS DU POIDS

7.1. Caractéristiques

Les athlètes ont droit à deux essais, le meilleur résultat des deux sera retenu.

Le poids doit être poussé à partir de l'épaule (et non lancé !) avec une seule main.

Au moment où l'athlète lance, le poids doit toucher le cou ou être très près de celui-ci. (Le juge de la compétition se réserve un droit de regard sur ce règlement selon les capacités des athlètes).

L'aire de lancer doit être respectée. Si un membre (pied, main, etc.) de l'athlète touche le sol à l'extérieur de cette zone (mords), le lancer sera annulé et considéré comme un essai.

Pour les athlètes en fauteuil roulant, seules les roues arrière doivent obligatoirement rester à l'intérieur du cercle (les roues avant peuvent être à l'extérieur du cercle).

POIDS	HANDICAP	GENRE
0,5 kg (1,1 lb)	Handicap moteur debout Catégories novice et benjamin	Mixte
0,5 kg (1,1 lb)	Handicap moteur debout Catégories novice et benjamin	Mixte
1 kg (2,2 lb)	Handicap moteur debout Catégories novice et benjamin	Féminin
1 kg (2,2 lb)	Handicap moteur debout Catégories novice et benjamin	Masculin
0,5 kg (1,1 lb)	En fauteuil roulant Catégories novice et benjamin	Mixte

1 kg (2,2 lb)	En fauteuil roulant Catégories novice et benjamin	Mixte
1 kg (2,2 lb)	Déficiência visuelle Catégorie novice	Féminin
2 kg (4,4 lb)	Déficiência visuelle Catégorie novice	Masculin
2 kg (4,4 lb)	Déficiência visuelle Catégorie benjamin	Féminin
3 kg (6,6 lb)	Déficiência visuelle Catégorie benjamin	Masculin

7.2. Classification pour les médailles pour les épreuves du lancer du poids

Mardi 28 avril 2026 — Primaire avec handicap moteur

POIDS	HANDICAP	GENRE
0,5 kg (1,1 lb)	Handicap moteur debout Catégories novice et benjamin	Féminin
0,5 kg (1,1 lb)	Handicap moteur debout Catégories novice et benjamin	Masculin
1 kg (2,2 lb)	Handicap moteur debout Catégories novice et benjamin	Féminin
1 kg (2,2 lb)	Handicap moteur debout Catégories novice et benjamin	Masculin
0,5 kg (1,1 lb)	En fauteuil roulant Catégories novice et benjamin	Mixte
1 kg (2,2 lb)	En fauteuil roulant Catégories novice et benjamin	Mixte

Mercredi 29 avril 2026 – Primaire sans handicap moteur

POIDS	HANDICAP	GENRE
1 kg (2,2 lb)	Sans handicap moteur Catégorie novice	Féminin
1 kg (2,2 lb)	Déficiences visuelle Catégorie novice	Féminin
1 kg (4,4 lb)	Déficiences visuelle Catégorie novice	Masculin
2 kg (4,4 lb)	Déficiences visuelle Catégorie benjamin	Féminin
2 kg (4,4 lb)	Sans handicap moteur Catégorie benjamin	Féminin
2 kg (6,6 lb)	Déficiences visuelle Catégorie benjamin	Masculin
2 kg (6,6 lb)	Sans handicap moteur Catégorie benjamin	Masculin

Lundi 27 avril 2026 — Secondaire avec handicap moteur

POIDS	HANDICAP	GENRE
0.5 kg (1,1 lb)	Handicap moteur debout Catégories cadet, juvénile et adulte	Féminin
0.5 kg (1,1 lb)	Handicap moteur debout Catégories cadet, juvénile et adulte	Masculin
2 kg (4,4 lb)	Handicap moteur debout Catégories cadet, juvénile et adulte	Féminin
2 kg (4,4 lb)	Handicap moteur debout Catégories cadet, juvénile et adulte	Masculin
0.5 kg (1,1 lb)	En fauteuil roulant Catégories cadet, juvénile et adulte	Mixte
2 kg (4,4 lb)	En fauteuil roulant Catégories cadet, juvénile et adulte	Mixte

Jeudi 30 avril 2026 — Secondaire sans handicap moteur

POIDS	HANDICAP	GENRE
2 kg (4,4 lb)	Sans handicap moteur Catégorie cadet	Féminin
3 kg (6,6 lb)	Sans handicap moteur Catégorie cadet	Masculin
3 kg (6,6 lb)	Sans handicap moteur Catégories juvénile et adulte	Féminin
5 kg (11 lb)	Sans handicap moteur Catégories juvénile et adulte	Masculin
2 kg (4,4 lb)	Déficiences visuelle Catégorie cadet	Féminin
3 kg (6,6 lb)	Déficiences visuelle Catégorie cadet	Masculin
3 kg (6,6 lb)	Déficiences visuelle Catégories juvénile et adulte	Féminin
5 kg (11 lb)	Déficiences visuelle Catégories juvénile et adulte	Masculin

8. SLALOM EN FAUTEUIL ROULANT

8.1. Caractéristiques

- Le circuit est composé de 6 étapes différentes.
- Toutes les étapes doivent être complétées.
- Toutes les étapes sont chronométrées.
- Des consignes spécifiques devront être respectées à chacune des 6 étapes. Le non-respect de ces consignes entraînera une pénalité (voir description plus bas).
- Les intervenants ne sont pas autorisés à être sur l'aire de compétition pendant qu'un athlète est sur le parcours.

8.2. Matériel requis

- Cylindres
- Drapeaux – cylindres
- Drapeaux – officiels
- Bloc en mousse
- Tapis
- Rubans à plancher
- Bandes de bois pour le virage

8.3. Classification pour les médailles

NIVEAU	CATÉGORIE	GENRE
Primaire	Contrôle avec la tête	Mixte
Primaire	Fauteuil motorisé à 4 roues	Mixte
Primaire	Fauteuil motorisé à 6 roues	Mixte
Primaire	Fauteuil manuel	Mixte
Secondaire	Contrôle avec la tête	Mixte
Secondaire	Fauteuil motorisé à 4 roues	Mixte
Secondaire	Fauteuil motorisé à 6 roues	Mixte
Secondaire	Fauteuil manuel	Mixte

8.4. Pénalités

ACTION	SANCTION
Contact avec un cylindre, une bande de bois ou une ligne de démarcation	3 secondes seront ajoutées au total enregistré pour l'épreuve (par élément touché) et lorsque l'athlète entre ou sort d'une zone dans le mauvais sens
Le non-respect des consignes spécifiques d'une étape (ex. : oubliez de contourner un cône, omettre de compléter une épreuve à reculons, aide à traverser le tapis, etc.)	5 secondes seront ajoutées au total enregistré pour l'épreuve (par consigne non respectée)
Ne pas compléter une étape	Le juge devra exiger de l'athlète de revenir à l'étape manquée sans arrêter le chronomètre

8.5. Descriptions des étapes

Entre chaque étape du circuit en fauteuil manuel et du circuit en fauteuil motorisé, une distance de 2 mètres sera mesurée.

8.5.1 Descriptions des étapes pour le slalom en fauteuil manuel

Départ

Le départ se fait dans une position statique. Les roues du fauteuil roulant doivent être entièrement derrière la ligne de départ.

Étape 1 : le slalom

L'athlète doit se déplacer en faisant un slalom entre les 4 cylindres. Les cylindres sont espacés de 1,50 mètre en longueur et en largeur.

Étape 2 : le carré

L'athlète doit entrer de face dans le carré, faire un 360° (tour complet sur lui-même) à l'intérieur des limites du carré et en ressortir de face. Le carré doit être ligné avec du ruban à plancher et les quatre coins délimités par des cylindres. L'aire du carré est de 1,20 mètre carré.

Étape 3 : le 8

L'athlète doit contourner les 2 cylindres placés à 3 mètres de distance en formant un huit.

Étape 4 : le W

L'athlète doit effectuer un parcours qui dessine la lettre W. Des cônes seront placés sur le plancher afin de guider les athlètes dans le parcours. En arrivant devant le parcours, l'athlète doit reculer du premier cône au deuxième. Ensuite, il doit avancer pour se rendre au troisième, puis reculer vers le quatrième et avancer pour compléter le parcours. Il est possible de se référer aux schémas pour mieux comprendre et avoir les bonnes dimensions.

Étape 5 : les deux virages à reculons

L'athlète doit d'abord entrer à reculons dans un corridor étroit de 1 mètre et une longueur de deux mètres et effectuer un virage à 90 degrés vers la gauche. Il doit ensuite continuer sur 3 mètres avant d'effectuer un virage à 90 degrés vers la droite dans un corridor étroit de 1 mètre et une longueur de deux mètres.

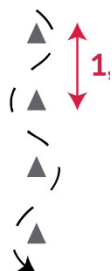
Étape 6 : sprint final

L'athlète doit contourner le cylindre (180 degrés) pour faire face au sprint final de 10 mètres et foncer dans un mur de blocs de mousse pour marquer la fin de son parcours. Le mur est de 1,50 mètre de hauteur par 1,50 mètre de largeur.

8.5.2 Schéma du circuit slalom manuel

Depart _____

①
Slalom



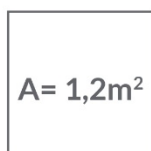
Légende

▲ Cônes

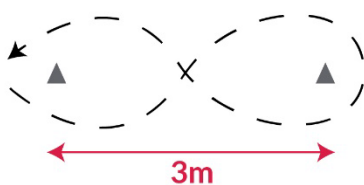
□ Blocs de mousse

➤ Trajectoire

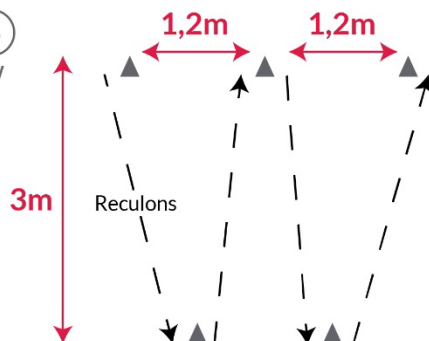
②
Carré



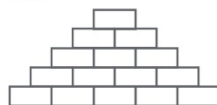
③
Le 8



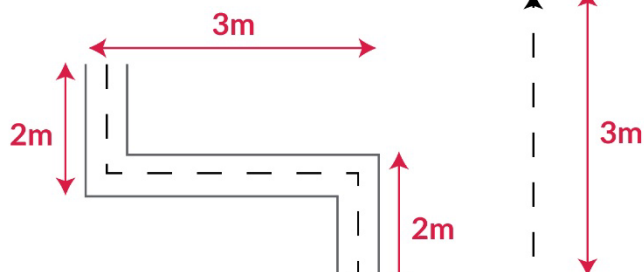
④
W



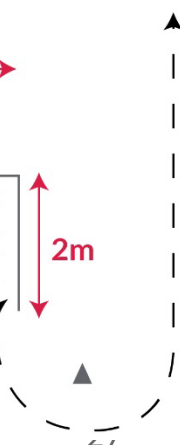
⑦
Mur



⑤
Virage



⑥
Sprint final



9. Règlements pour le saut vertical

9.1 Caractéristiques

Les athlètes formeront une file pour réaliser leur essai. Cette épreuve n'a pas d'ordre de passage prédéfini. Les athlètes peuvent se présenter lorsqu'ils ont du temps libre.

Lorsqu'un athlète s'approche pour réaliser son essai, il doit se placer devant le mesureur d'impulsion verticale et lever le bras. Un bénévole ajustera le mesureur d'impulsion à la taille de l'athlète. L'athlète aura ensuite 2 essais sans élan pour sauter le plus haut possible. Aucun élan ne sera autorisé.

Chaque athlète devra essayer de sauter le plus haut possible et de toucher les barres de plastique en hauteur (une photo vous sera fournie pour mieux comprendre l'objectif de l'épreuve). L'officiel prendra en compte les deux essais de l'athlète et le meilleur sera conservé pour le classement.

9.2 Classification pour les médailles

Mardi 28 avril 2026 – Primaire avec handicap moteur

NIVEAU	HANDICAP	GENRE
Primaire	Avec handicap moteur Divisions 1 et 2	Masculin
Primaire	Avec handicap moteur Divisions 1 et 2	Féminin

Mercredi 29 avril 2026 — Primaire sans handicap moteur et avec déficience visuelle

NIVEAU	HANDICAP	GENRE
Primaire	Sans handicap moteur Divisions 1, 2 et 3	Masculin
Primaire	Sans handicap moteur Divisions 1, 2 et 3	Féminin
Primaire	Déficience visuelle	Masculin
Primaire	Déficience visuelle	Féminin

Lundi 27 avril 2026 — Secondaire avec handicap moteur

NIVEAU	HANDICAP	GENRE
Secondaire	Handicap moteur debout Divisions 1 et 2	Masculin
Secondaire	Handicap moteur debout Divisions 1 et 2	Féminin

Jeudi 30 avril 2026 — Secondaire sans handicap moteur et avec déficience visuelle

NIVEAU	HANDICAP	GENRE
Secondaire	Sans handicap moteur Divisions ouvertes/DIL, DIM et DIS	Masculin
Secondaire	Sans handicap moteur Divisions ouvertes/DIL, DIM et DIS	Féminin
Secondaire	Déficience visuelle	Masculin
Secondaire	Déficience visuelle	Féminin

10. Règlement pour le volet récréatif

Le volet récréatif (1^{er} mai) permet de découvrir les sports d'athlétisme et de participer sans contrainte d'horaire. **Un athlète ne peut pas être inscrit à la fois dans le volet compétitif et dans le volet récréatif.**

- Aucune médaille ne sera gagnée durant ce volet.
- Aucun horaire ne sera fait.
- Aucun résultat ne sera compilé pour établir un classement.
- Les épreuves se tiendront sur la piste extérieure du Complexe sportif Claude-Robillard.
- Les limites d'inscription s'appliquent de la même façon que pour le volet compétitif.
 - Les frais d'inscription sont les mêmes qu'au compétitif.
- Les athlètes n'ont pas besoin d'être inscrits dans une épreuve précise. Les athlètes n'auront qu'à arriver sur un plateau, faire la file et réaliser leur épreuve, sauf pour les courses, pour lesquelles il y a des horaires de départ.
- S'il y a une pluie abondante, le volet récréatif sera annulé.
- Il n'y a pas de classification pour les épreuves. Tous les athlètes peuvent courir les uns avec les autres.

Lors de votre arrivée sur le site, des zones d'attente seront identifiées. Vous devrez faire la queue jusqu'à ce que ce soit votre tour de passer. Des bénévoles vous indiqueront les démarches à suivre sur place.

Voici une liste des épreuves qui seront disponibles dans cette catégorie avec leur horaire :

1. 10 h 30 – 10 h 55 : course 20 m primaires.
2. 10 h 55 – 11 h 20 : course 20 m secondaires.
3. 11 h 20 – 11 h 45 : course 50 m secondaires.
4. 11 h 45 – 12 h 10 : course 50 m primaires.
5. 12 h 10 – 12 h 35 : course 150 m primaires.
6. 12 h 35 – 13 h : course 150 m secondaires.
7. 13 h – 14 h 30 : vague de rappel 50 m.

Aucun horaire ne sera émis pour ces épreuves :

- Lancer du poids ;
- Saut sans élan ;
- Saut avec élan ;
- Saut vertical.

11. La piste

Les épreuves d'athlétisme se dérouleront :

Tous les niveaux primaires et le secondaire avec handicap moteur : à l'Omnisport du Complexe sportif Claude-Robillard.

Secondaire sans handicap moteur avec déficience visuelle : sur la piste d'athlétisme **extérieur** du Complexe sportif Claude-Robillard.



Dernière mise à jour : le 17 décembre 2025

Xavier Turpin
Coordonnateur aux sports scolaires
514 933-2739, ext. 215
xavier@altergo.ca

defisportif.com