ASSOCIATION RÉGIONALE DE
COURSE SUR ROUTE
DU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

STATUTS & RÈGLEMENTS GÉNÉRAUX

Adopté le 22 novembre 2010
Révision du 15 octobre 2023

TABLE DES MATIÈRES

Article 1 Mission ... 3
Article 2 Objectifs ... 3
Article 3 Siège social ... 3
Article 4 Commanditaire et logo ... 3
Article 5 Droit de vote ... 4
Article 6 Accréditation des courses ... 5
Article 7 Affiliation ... 5
Article 8 Éligibilité ... 5
Article 9 Mandat du conseil exécutif ... 5
Article 10 Vacance d'un membre ... 5
Article 11 Conseil exécutif ... 5
Article 12 Rôle du conseil exécutif ... 5
Article 13 Rémunération ... 5
Article 14 Conflit d'intérêt ... 6
Article 15 Réunions du conseil exécutif ... 6
Article 16 Avis de convocation du conseil exécutif ... 6
Article 17 Quorum ... 6
Article 18 Procès-verbaux et résolution ... 6
Article 19 Assemblée générale annuelle ... 6
Article 20 Avis de convocation ... 6
Article 21 Procédure ... 6
Article 22 Ordre du jour ... 6
Article 23 Année fiscale ... 7
Article 24 Sanctions ... 7
Article 25 Dossard permanent ... 7
Article 26 Catégories d'âge ... 8
Article 27 Admissibilité au classement ... 8
Article 28 Tarification ... 9
Article 29 Dépliant du circuit régional ... 9
Article 30 Système de classement et formule de pointage ... 10
Article 31 Calendrier ... 11
Article 32 Soirée gala ... 11
Article 33 Formulaire d'inscription ... 11

Annexe 1 Exigences pour l'accréditation d'une course au calendrier ... 12
Annexe 2 Formulaire de procuration ... 15
Annexe 3 Liste des présences à l'assemblée générale annuelle ... 16
Annexe 4 Champions et championnes de 1979 à aujourd'hui ... 17
Annexe 5 Responsables de l'association régionale de 1979 à aujourd'hui ... 18
Annexe 6 Détails supplémentaires relatifs aux articles ... 19
Article 3 – Siège social ... 20
Article 4 – Adresse du siège social ... 20
Article 6 – Accréditation ... 21
Article 24 – Sanction ... 21
Article 28 – Tarification ... 21
Annexe 7 Records ... 22
Annexe 8 Exemples de formulaires d'inscription ... 25
Annexe 9 Formulaire d'inscription annuelle d'une course ... 28

ASSOCIATION RÉGIONALE DE COURSE SUR ROUTE DU SAGUENAY – LAC-SAINT-JEAN

RÈGLEMENTS GÉNÉRAUX & GUIDE OPÉRATIONNEL

Édition – 8 janvier 2013

La présente reconnaît officiellement les statuts et règlements de l'« ***Association Régionale de course sur route du Saguenay – Lac-Saint-Jean*** » dûment adoptés par l'assemblée générale le 22 novembre 2010.

ARTICLE 1 : MISSION

L'« *Association Régionale de course sur route du Saguenay – Lac-Saint-Jean* » a pour principale mission d'assurer la synergie et le dynamisme des organisateurs de course sur route de la région afin d'offrir aux coureurs régionaux des compétitions de qualité et en quantité, tout en favorisant la participation, dans un climat de camaraderie et de respect.

ARTICLE 2 : OBJECTIFS

L'« *Association Régionale de course sur route du Saguenay – Lac-Saint-Jean* » est issue de la volonté de regrouper les organisateurs de courses sur le même calendrier, formant ainsi le « *Circuit Régional de course sur route du Saguenay – Lac-Saint-Jean* ». Dans le cadre de sa mission générale, les objectifs de l'association sont :

- Offrir des courses répondant à des critères de qualité
- Établir et maintenir des règlements pour l'association et les organisateurs
- Publiciser les courses régionales via un dépliant imprimé et un site Internet.
- Encourager les athlètes de la région
- Coopérer avec d'autres organismes provinciaux
- Organiser annuellement une soirée gala
-

ARTICLE 3 : SIÈGE SOCIAL

Le siège social de l'*Association Régionale de course sur route du Saguenay – Lac-Saint-Jean* sera situé à l'adresse du président afin de faciliter et d'améliorer les communications.

- L'adresse postale est définie à l'annexe *6*.

ARTICLE 4 : COMMANDITAIRE ET LOGO

L'« *Association Régionale de course sur route du Saguenay – Lac-Saint-Jean* » désignera son commanditaire officiel lors de l'assemblée générale annuelle par un vote majoritaire des organisateurs.

Le nom de l'association régionale sera toujours composé par l'union de l'**« *ASSOCIATION RÉGIONALE DE COURSE SUR ROUTE* »** suivi du *« NOM DU COMMANDITAIRE OFFICIEL* ». L'association utilisera la représentation graphique du logo commercial du commanditaire, sur acceptation de celui-ci.

Le commanditaire élu bénéficiera également du privilège, s'il le désire, d'utiliser son nom dans toutes les identifications et dans toutes nos communications de l'Association régionale sous les appellations ci-après nommées :

- **Circuit régional de course sur route + « Nom du commanditaire »**
- **Coupe + « Nom du commanditaire »**

Le commanditaire bénéficie des privilèges accordés pendant toute la durée de l'entente. À la fin de l'entente, l'association doit informer le commanditaire, le cas échéant, s'il désire égaler ou surpasser une offre supérieure. Tout nouveau commanditaire doit s'engager pour une durée minimale de cinq (5) ans. Voir *annexe 6* pour informations supplémentaires.

ARTICLE 5 : DROIT DE VOTE

Seuls les membres de l'« *Association Régionale de course sur route du Saguenay – Lac-Saint-Jean* » ont droit de vote à l'assemblée générale annuelle.

L'association reconnaît les membres suivants :

- Un membre du conseil exécutif en fonction (président, secrétaire et directeurs)
- Un organisateur de course accréditée ou son représentant désigné par procuration.

Une organisation de course accréditée a droit à un (1) seul vote lors de l'assemblée générale annuelle, même si elle est représentée par 2 personnes ou plus.

Le vote se prend à main levée, à moins qu'un scrutin secret soit demandé par au moins deux (2) membres.

Le Président a le privilège d'utiliser son droit de vote prépondérant en cas d'égalité des voix.

Le droit de vote aux réunions du conseil exécutif est réservé uniquement aux membres dûment élus.

TABLEAU DE LA RÉPARTITION DES VOTES

MAJORITÉ	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	**22**	**23**	**24**	**25**
50 % + 1	7	8	8	9	9	10	10	11	11	12	12	13	13	14
75 %	9	10	11	11	12	13	14	14	15	16	17	17	17	19

ARTICLE 6 : ACCRÉDITATION DES COURSES

L'« *Association Régionale de course sur route du Saguenay – Lac-Saint-Jean* » décrète que son calendrier annuel des courses couvre la période du 1er janvier au 31 décembre.

Pour demeurer ou devenir une course officielle du circuit régional :
un organisateur, ou son mandataire dûment désigné par procuration, doit obligatoirement être présent à l'assemblée générale annuelle. Toute absence entraînera, à l'exception de circonstances exceptionnelles, l'exclusion de sa course du calendrier des courses officielles du circuit régional. Toutefois, elle pourra continuer de paraître dans le dépliant, mais en tant que course non officielle du circuit régional et moyennant le paiement du tarif prévu pour ce type d'annonce. Un maximum de 23 courses seront accréditées annuellement sur la base des droits d'ancienneté. Le formulaire d'inscription d'une course devra être transmis au moins une semaine avant la tenue de l'assemblée annuelle.

Tout projet de course doit démontrer le respect des conditions obligatoires telles que définies à l'annexe 1.

Tout ajout ou toute modification d'une course au calendrier est accepté par l'assemblée, si le projet respecte le droit d'ancienneté accordé et s'il y a un délai d'au moins 6 jours précédents ou suivants une compétition déjà accréditée. En cas de litige, l'ancienneté quant au nombre d'éditions prévaudra. Le non-respect du délai de 6 jours est acceptable si un vote majoritaire de 75% entérine la dérogation.

La liste des courses accréditées, mise à jour, est définie à l'annexe *6*.

ARTICLE 7 : AFFILIATION

Une course accréditée inscrite au calendrier ne pourra s'inscrire sur un autre circuit régional de course. L'association régionale se réserve un droit exclusif d'affiliation.

Une organisation peut faire partie d'une association provinciale ou nationale si l'association régionale l'accepte par un vote majoritaire d'au moins 75%.

ARTICLE 8 : ÉLIGIBILITÉ

Toute personne qui occupe un poste au sein du conseil exécutif ou un organisateur de course doit avoir atteint la majorité légale.

ARTICLE 9 : MANDAT DU CONSEIL EXÉCUTIF

La durée du mandat de tout administrateur sur le conseil exécutif est de deux (2) années et tout administrateur est rééligible.

ARTICLE 10 : VACANCE D'UN MEMBRE

Si une vacance est créée parmi les membres du conseil exécutif suite à une démission, son décès ou son omission d'assister à trois (3) assemblées consécutives du conseil exécutif, le conseil exécutif pourra, s'il le désire, ne pas remplacer cette vacance ou bien nommer un remplaçant. L'administrateur nouvellement élu terminera le mandat de son prédécesseur.

ARTICLE 11 : CONSEIL EXÉCUTIF

Le conseil exécutif est composé d'au moins cinq (5) personnes jusqu'à concurrence de neuf (9). Ces personnes seront élues lors de l'assemblée générale annuelle de l'association régionale. Les élus(es) se réuniront pour se désigner entre eux un(e) président(e) et un(e) secrétaire; tous les autres occuperont un poste de directeur ou de directrice selon une fonction spécifique (statisticien, relations publiques, etc.)

ARTICLE 12 : RÔLE DU CONSEIL EXÉCUTIF

Le conseil exécutif a l'obligation de faire appliquer toutes les règles qui régissent l'association régionale et d'établir des modalités de fonctionnement pour la bonne marche du circuit régional.

ARTICLE 13 : RÉMUNÉRATION

Tout administrateur est bénévole. Cependant, il pourra être indemnisé pour certaines dépenses encourues dans l'exercice de ses fonctions (timbres, papier, encre, etc.)

ARTICLE 14 : CONFLIT D'INTÉRÊT

Tout administrateur doit dénoncer son intérêt advenant le cas où il est personnellement ou professionnellement lié aux affaires de l'association régionale et éviter de participer à une décision dans une situation où il est en conflit d'intérêt.

ARTICLE 15 : LES RÉUNIONS DU CONSEIL EXÉCUTIF

Le conseil exécutif doit se réunir au moins deux (2) fois par année.

ARTICLE 16 : AVIS DE CONVOCATION DU CONSEIL EXÉCUTIF

L'avis de convocation est envoyé aux membres par écrit ou par courriel au moins dix (10) jours avant la tenue de la réunion. Toutefois, dans un cas qu'il estime important, le président peut convoquer toute assemblée du conseil exécutif verbalement, par téléphone ou par courriel, sans observer ce délai.

ARTICLE 17 : QUORUM

Le quorum à toute assemblée du conseil exécutif est fixé à trois (3) membres.

Le quorum de l'assemblée générale annuelle est fixé par le nombre de membres présents.

ARTICLE 18 : PROCÈS-VERBAUX ET RÉSOLUTION

Les procès-verbaux des réunions sont regroupés dans un cartable et sont tous signés par le secrétaire et le président du conseil exécutif. Les résolutions adoptées sont, sur demande écrite, accessibles aux membres.

ARTICLE 19 : ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

L'Assemblée générale annuelle est fixée le 3e lundi d'octobre.

ARTICLE 20 : AVIS DE CONVOCATION

Tous les membres de l'association, ainsi que ceux du conseil exécutif, seront convoqués au moins quinze (15) jours avant la tenue de la réunion. L'avis indiquera la date, l'endroit, l'heure et selon le cas, l'objet de l'assemblée générale annuelle. La convocation peut être envoyée par la poste, par courriel ou remise en personne. Toutefois, selon les besoins, le conseil exécutif peut convoquer toute assemblée générale des membres sans observer ce délai.

ARTICLE 21 : PROCÉDURE

À toute assemblée générale des membres, le président détermine la procédure des délibérations, y compris le temps et les moyens relatifs aux ajournements et aux élections.

ARTICLE 22 : ORDRE DU JOUR

L'ordre du jour de toute assemblée générale annuelle devra comprendre, en plus des items ajoutés au varia par les membres, les éléments suivants:

- Mot de bienvenue du président.
- Présentation et adoption de l'ordre du jour.
- Lecture et adoption du procès-verbal de la dernière assemblée.
- Évaluation globale des courses de l'année.
- Présentation des états financiers.
- Présentation des nouveaux projets de course.

- Programmation du nouveau calendrier.
- Tarification
- Approbation pour les passeports
- Organisation de la soirée annuelle – Désignation de la ville hôte
- Élection des administrateurs (s'il y a lieu).

ARTICLE 23 : ANNÉE FISCALE

L'année financière et opérationnelle de l'Association régionale commence le 1er janvier et se termine le 31 décembre.

ARTICLE 24 : SANCTIONS

Lorsqu'une organisation d'une course accréditée présente des lacunes très importantes en ne respectant pas les conditions obligatoires telles que décrites à **l'annexe 1**, le conseil exécutif émettra une première lettre d'avertissement au responsable de la course.

Lors de l'assemblée générale annuelle, le responsable sanctionné devra expliquer les mesures correctives mises en place ou qu'il mettra en place pour corriger les lacunes soulevées dans la lettre d'avertissement. En cas de récidive par le même organisateur, l'assemblée générale annuelle doit décider, par vote majoritaire d'au moins 75 %, la reconduction ou l'élimination de l'accréditation de cette course du calendrier. Voir l'*annexe 6* pour les détails supplémentaires.

En cas de non-réponse, le conseil exécutif doit communiquer avec le responsable de l'organisation en défaut, au moins 10 jours avant l'échéance de l'avertissement afin de valider l'annulation ou la reconduction de la course.

ARTICLE 25 : DOSSARD PERMANENT

Le dossard permanent :

- favorise la visibilité de notre commanditaire.
- facilite l'entrée des données informatiques avant et après une course.
- facilite l'entrée des données informatiques par le statisticien
- aide au financement des activités du circuit (soirée gala, plaques, trophées, etc.)
- économise les épingles, la récupération, etc.

Le dossard émis lors de la première course, au tarif déterminé à l'annexe 6, pourra être réutilisé par le coureur (coureuse) pour toutes les autres courses identifiées au calendrier par les lettres « **DP** ».

Lors de son inscription, un coureur qui déclare avoir égaré ou oublié son dossard permanent devra en racheter un autre au tarif initial. Le principe du dossard permanent est effectif également pour les courses de 1 km, de 1,5 km et de 3 km.

Les organisateurs de course qui n'utiliseront pas le dossard permanent devront en fournir suffisamment en qualité et en quantité en plus de payer les frais d'inscription de 75 $ à l'association. Ils devront également payer une redevance de 1 $ par coureur inscrit des courses admissibles aux adultes habituellement de 5 km ou plus. On recommande fortement aux organisateurs de faire imprimer sur leur dossard, le logo officiel du commanditaire de l'association en vigueur.

L'organisateur d'une course accréditée doit rembourser au trésorier de l'association, dans un délai ne dépassant pas 15 jours, quatre dollars (4 $) par dossard vendu lors de sa compétition.

Remarque : Sur demande, le statisticien peut fournir les données informatiques des participants de l'année en cours.

ARTICLE 26 : CATÉGORIES D'ÂGE

Les catégories des coureurs et des coureuses qui seront utilisées aux fins de calcul sont définies selon le tableau ci-après en tenant compte de l'âge atteint au 31 décembre de l'année en cours:

1- Les courses de 1 km et de 1,5 km (benjamin) sont réservées aux jeunes âgés de 13 ans et moins.

2- Les courses de 3 km (cadet - juvénile) sont réservées aux jeunes âgés de 14 à 17 ans seulement.

3- Toutes les courses de 5 km, 10 km, 15 km, 21,1 km et Marathon peuvent être courues par tous.

GARÇON	ÂGE (ANS)	CATÉGORIE	FILLE	RÉSERVÉ
M	13 ans et -	**Benjamin**	**F**	1 & 1,5 km
M	14 à 17	**Cadet - Juvénile**	**F**	3 km

HOMME	ÂGE (ANS)	CATÉGORIE	FEMME	RÉSERVÉ
A	19 & -	**Juvénile – Junior**	**AA**	5 km 10 km 15 km 21,1 km 42,2 km
B	20 à 29	**Senior I**	**BB**	
C	30 à 39	**Senior II**	**CC**	
D	40 à 49	**Vétéran I**	**DD**	
E	50 à 59	**Vétéran II**	**EE**	
F	60 à 64	**Vétéran III**	**FF**	
G	65 à 69	**Vétéran IV**	**GG**	
H	70 à 74	**Vétéran V**	**HH**	
I	75 à 79	**Vétéran VI**	**II**	
J	80 à 84	**Vétéran VII**	**JJ**	
K	85 à 89	**Vétéran VIII**	**KK**	
L	90 à 94	**Vétéran IX**	**LL**	

ARTICLE 27 : ADMISSIBILITÉ AU CLASSEMENT

Seules les courses accréditées seront utilisées aux fins de calcul des points selon les paramètres de la formule décrite à l'article 30.

Pour figurer au classement de la coupe, un coureur ou une coureuse doit :

- participer à un minimum de cinq (5) courses accréditées du circuit régional;
- les cinq (5) courses doivent avoir été complétées avec succès.

La participation aux autres courses du calendrier permettra à l'athlète de cumuler des billets pour un tirage qui aura lieu à la fin de la saison.

ARTICLE 28 : TARIFICATION

Les frais d'inscription à une course accréditée sont révisés et établis annuellement par vote majoritaire de 75 % lors de l'assemblée générale. Les organisateurs sont tenus de respecter cette politique de tarification. Les frais d'inscription en vigueur sont déterminés à l'annexe *6*.

L'organisation de courses de distances « marathon » et «semi-marathon» et l'organisation de la course du 15 km des Pichous sont exclues de cette politique de tarification.

ARTICLE 29 : DÉPLIANT DU CIRCUIT RÉGIONAL

Les organisateurs des courses ont l'obligation de remettre, au plus tard le 31 octobre, toutes les informations qui sont nécessaires à la production du calendrier. Le conseil exécutif devra produire le calendrier annuel pour le rendre disponible au plus tard le 15 décembre. Les frais d'impression sont défrayés par l'association régionale. Voici les informations qui doivent apparaître dans le dépliant :

1° Les inscriptions qui doivent apparaître dans le dépliant pour chacune des courses:
   - Nom de la compétition et l'édition
   - Date de l'évènement.
   - Si on utilise le dossard permanent (DP)
   - Lieu et adresse de l'inscription.
   - L'heure de départ des courses présentées.
   - Les distances des parcours
   - Le coût de l'inscription.
   - Le nom, l'adresse, le numéro de téléphone et l'adresse courriel du responsable.
   - Toutes autres informations jugées pertinentes à l'évènement.

2° Les commanditaires.
3° Les règlements régissant le pointage.
4° Les informations générales (résultats, retard, etc.).
5° La fiche personnelle de l'athlète.
6° Page titre avec photos du champion et de la championne de l'année précédente.
7° L'adresse du site Internet du circuit.
8° La date et le lieu de la soirée-gala annuelle.

ARTICLE 30 : SYSTÈME DE CLASSEMENT ET FORMULE DE POINTAGE

La formule datant de 1997 a été remplacée à partir de la saison 2017 pour calculer les points qu'un coureur ou une coureuse peut cumuler selon sa performance. Le nombre maximal de points possible est 50. À la fin de l'année, seules les cinq (5) meilleures courses du coureur seront utilisées pour calculer le résultat.

Les formules dites « Mercier modifiées » sont les suivantes :

Course de 5 km	P= 19,15 * D / T - 54,7	**P :** *Points obtenus entre 0 et 50*
Course de 10 km	P= 19,54 * D / T - 51,19	

Course de 15 km	P = 20,07 * D / T - 50,93	**D :** *Distance de la course en mètres*
Semi-marathon	P = 20,47 * D / T - 51,05	**T :** *Temps pris pour franchir la distance en secondes*
Marathon	P = 21,48 D / T - 50,66	*** :** *Symbole de multiplication*

ARTICLE 31 : CALENDRIER

Toutes les courses accréditées doivent être planifiées du 1er février au 31 octobre.

Aucune compétition ne pourra avoir lieu durant les mois de novembre, décembre et janvier à moins d'avoir l'autorisation de l'assemblée générale par vote majoritaire d'au moins 75%.

ARTICLE 32 : SOIRÉE GALA

Lors de l'assemblée générale annuelle, les membres décident de l'endroit, de la date et du club (ou organisateur) receveur. Quoique l'alternance à chaque année soit souhaitable, un club peut demander de recevoir deux (2) années consécutives ou plus.

Le conseil exécutif prendra à sa charge les invitations qui seront remises en personne ou postées dans une enveloppe avec carte-réponse. Le courriel pourra également être utilisé si jugé nécessaire.

Le coût de la soirée est établi par le club (ou organisateur) hôte.

L'association devra désigner, lors de l'assemblée générale annuelle, un comité qui sera responsable du protocole de la soirée gala. Le comité aura la responsabilité de définir le décorum de la soirée, de nommer le(s) animateur(s) ou le(s) animatrice(s) et sera chargé de composer les textes des personnes mises en nomination. Le nombre de personnes qui compose le comité reste à la discrétion dudit comité.

ARTICLE 33 : FORMULAIRE D'INSCRIPTION

Seul le formulaire d'inscription des coureurs, tel qu'il apparaît à l'annexe 8, doit être utilisé par les organisateurs de course. Tout autre formulaire devra obligatoirement être présenté au Conseil exécutif pour approbation avant son utilisation. Le refus ou l'omission de se conformer à ce règlement pourrait éventuellement entraîner l'exclusion des courses officielles du circuit régional.

ARTICLE 34 : RÈGLEMENT DE SÉCURITÉ

Afin d'assurer la sécurité de tous, il est désormais interdit de porter des écouteurs, et cela, pour toutes les épreuves liées à la Coupe Autocar Jeannois. En cas d'accident ou de litige lié au non respect de ce règlement, seul le participant fautif sera tenu responsable de la situation résultante.

ARTICLE 35 : CODE D'ÉTHIQUE

- Respectez les bénévoles en geste et en parole et également par écrit.
- Placez votre dossard bien en vue à l'avant et respectez le commanditaire en évitant de le plier.
- Par respect pour les autres, ne courez pas torse nu, portez un vêtement de corps.

Extrait du procès-verbal de l'assemblée générale annuelle du 22 novembre 2010

Proposé par Monsieur Serge Couture
Appuyé par Madame Bernadette Girard

Il est proposé d'accepter les présents statuts et règlements avec les modifications et amendements tels qu'acceptés à l'unanimité par l'assemblée générale.

Résultat du vote à main levée : unanimité.

LISTE DES ANNEXES

Annexe 1 ***Exigences pour l'accréditation d'une course au calendrier***

Annexe 2 ***Formulaire de procuration***

Annexe 3 ***Champions et championnes de 1979 à aujourd'hui***

Annexe 4 ***Responsables de l'association régionale***

Annexe 5 ***Formulaire des présences à l'assemblée générale annuelle***

Annexe 6 ***Détails supplémentaires relatifs aux articles***

Article 3 *Siège social*
Article 4 *Adresse du siège social*
Article 6 *Accréditation*
Article 24 *Sanction*
Article 28 *Tarification*

Annexe 7 ***Records***

Annexe 8 ***Exemples de formulaires d'inscription***

Annexe 9 ***Formulaire d'inscription annuelle d'une course***

ANNEXE 1

EXIGENCES POUR L'ACCRÉDITATION D'UNE COURSE AU CALENDRIER

1° **<u>Sécurité assurée sur tous les trajets</u>**

- La sécurité doit être assurée par un corps policier aux intersections dangereuses.
- Avoir des pointeurs en nombre suffisant.
- Prévoir obligatoirement un pointeur et une indication claire et précise lors d'un changement de direction

2° **<u>Justesse du parcours</u>**

- Tout parcours doit être mesuré et officialisé par un mesureur accrédité.
- Les distances officielles du circuit régional aux fins de calculs sont : 1 km, 1,5 km, 3 km, 5 km, 10 km, 15 km, 21,1 km ou le marathon.
- L'Association régionale se réserve le droit d'accepter toute autre distance.

3° **<u>Aires ouvertes</u> :**

- Afin de bloquer le passage sur un parcours moins long, il faut obligatoirement baliser les aires ouvertes avec une corde ou ruban (faire un couloir) et ce, particulièrement pour les boucles de 2.5 km. L'utilisation de cônes seuls est jugée inacceptable car ils sont inadéquats.

4° **<u>Chronométrage précis</u>**

- Le chronométrage des courses doit se faire uniquement par une organisation reconnue et expérimentée ou par un service professionnel.
- L'improvisation n'a pas sa place.

5° **<u>Résultats remis après la compétition</u>**

- Les résultats doivent être disponibles sur Internet dans les plus brefs délais.
- Il est généralement admis que les résultats soient photocopiés en quantité suffisante et remis après la course. Quoique non obligatoire, nous encourageons ce service aux athlètes.
- Les résultats doivent être affichés après la course, à la vue des participants.

6° **<u>Points d'eau sur les trajets</u>**

- Un point de distribution d'eau potable doit être disponible aux coureurs à au moins tous les 10 kilomètres et obligatoirement à l'arrivée.
- L'organisateur devra ajuster le nombre de points d'eau supplémentaires lors des journées de grande chaleur.
- On accepte qu'il n'y ait pas de points d'eau lors des compétitions hivernales.

7° **Lunch & rafraîchissement**

- Prévoir, après la course, des lunchs de qualité et en quantité suffisante pour tous les participants(tes) et les bénévoles.

EXEMPLES D'UN LUNCH DE QUALITÉ:

- Au moins 2 fruits ou légumes
- Une bonne galette, un muffin ou une barre tendre
- Au moins 300 ml de breuvage rafraîchissant (jus de fruits, boisson gazeuse)
- Du fromage et/ou un yogourt
- Des noix

AUTRES ALIMENTS QUI PEUVENT ÉGALEMENT ÊTRE SERVIS :

- Tourtière du Saguenay – Lac-Saint-Jean
- Salades variées (patate, macaroni, choux)
- Sous-marins garnis
- Sandwichs à la viande ou aux œufs
- Boisson chaude (café, consommé)

8° **Équipements obligatoires pour l'inscription**

- Feuilles d'inscription en quantité pour répondre à la demande
- Crayons pour l'inscription
- Petite caisse pour répondre au besoin de change
- Épingles à ressort pour fixer les dossards
- Prévoir judicieusement une quantité de dossards permanents
- Des tables et des chaises sur le site d'inscription
- Prévoir la disponibilité d'un photocopieur pour les résultats

9° **Avoir payé ses frais d'inscription**

- Le responsable de la course devra avoir acquitté les frais annuels de 75 $ à l'association régionale. Ces frais doivent être payés au plus tard le 1er décembre de chaque année. Des frais supplémentaires de 10 $ seront exigés en cas de retard.
- Le responsable de la course devra acquitter les frais exigibles de 4 $ pour chaque dossard permanent vendu lors de l'inscription. Le paiement auprès de l'association régionale devra se faire dans un délai d'au plus un (1) mois suivant la tenue de la course.
- L'organisateur qui n'utilise pas le dossard permanent (DP) doit payer à l'Association régionale un montant de 75 $.

10° **Remise des documents au statisticien**

- Après la course, les résultats en format numérisé ainsi que les formulaires d'inscription devront être remis au statisticien de l'association régionale.

11° **<u>Heures de départ des courses</u>** :

- L'organisateur d'une course s'engage à respecter les heures de départ qui sont inscrites dans le dépliant officiel.
- Dans le cas où il ne pourrait respecter cet engagement, il se verra dans l'obligation d'en informer les coureurs par le biais des médias, de même qu'aux courses précédant la sienne.
- Le départ ne peut, en aucun cas, être devancé, mais l'organisateur a la responsabilité de retarder un départ si des circonstances majeures l'imposent (accident, conditions climatiques, ordre des autorités policières, etc.)

12° **<u>Remise des médailles</u> :**

- La remise de médailles est obligatoire seulement pour les courses de 1 km, de 1,5 km et de 3 km.
- À défaut de remettre des médailles, l'organisation s'engage à souligner les gagnants et les gagnantes de chacune des catégories, en nommant leur nom et leur résultat. Il en est de même pour les gagnants aux marches chronométrées.

13° **<u>Divers</u> :**

- Les douches ne sont pas obligatoires quoique fortement encouragées.
- Les bornes kilométriques ne sont pas obligatoires, mais elles sont très appréciées des coureurs et des coureuses.

ANNEXE 2
FORMULAIRE DE PROCURATION

Nom de la course	
Responsable	

PROCURATION

Objet : Assemblée générale annuelle

Je, _____, organisateur de course donne par la présente

- au président, _____
- au secrétaire, _____
- au directeur, _____
- ou à _____

le mandat de me représenter à l'assemblée générale annuelle des organisateurs de course sur route du Saguenay Lac-Saint-Jean qui sera tenue ce 3e lundi du mois d'octobre.

Mon mandataire a l'autorité nécessaire pour intervenir sur la nomination des membres du conseil et sur toutes les décisions prises. Il est entendu que cette procuration sera nulle et non avenue si je me présente en personne à l'assemblée.

Signé à _____ (ville)

Ce _____ (date) à _____ (heure)

Nom de l'organisateur:

_____

Témoin :

_____

ANNEXE 3

LISTE DES PRÉSENCES À L'ASSEMBLÉE ANNUELLE

CONSEIL EXÉCUTIF		NOM DES ADMINISTRATEURS	√
1	Présidente	Isabelle Tremblay	
2	Secrétaire	Mario Boily	
3	Trésorier (statistiques)	André Rancourt	
4	Directeur (dépliant, site Internet, statistiques)	Pierre Bergeron	
5	Directeur	Jacques Tremblay	
6	Directrice	Marlène Payette	

ORGANISATEURS		RESPONSABLE ou inscrire son remplaçant	√
1	LA COURSE DE ST-BRUNO	Luc Simard	
2	LA STATION	Marlène Payette	
3	LES 15 KM DES PICHOUS	Mario Boily	
4	LES COURAILLEUX	Robert Tremblay (procuration)	
5	LA SAINT-NAZAIRE PROCO	Jacques Tremblay	
6	LA JAKOURS	Julie Guay (Procuration)	
7	LA DUPONT AUTO D'ALMA	Isabelle Tremblay	
8	LA PETITE RANDONNÉE INTERPHYSIO	Jean-Marc Normandin	
9	LA COURSE DE LA RELÈVE	Pierre-Luc Ménard	
10	LA JAKOURS ATHLÉTISME ULTRAVIOLET SPORTS	Christian Perron	
11	LE DÉFI À PIED LEVÉ	Maxime Bolduc	
12	LA GÉDÉON	Dane Berry	
13	LE TOUR DU LAC LABRECQUE	Isabelle Tremblay (procuration)	
14	LA COURSE DE LA TRAVERSÉE	Jérémie Bonneau	
15	LA PETITE PATTE JEANNOISE	Josette Turcotte (procuration)	
16	LA COURSE ENDURANCE DU FJORD	Mélissa Baril-Desrochers (procuration)	
17	LA MÉTRO ALMA	Rémi Jean	
18	LE MARATHON DU FJORD	France Bégin	
19	LA COURSE DES TIGRES PROCO	Élise Audet-Lalancette	
	LA UITSHAUI	Alex Paul	

DATE : _____

ANNEXE 4
CHAMPIONS ET CHAMPIONNES

Patrick Montoruo	Coupe Sagamie 1979	Anne Savary
Patrick Montuoro	Coupe Sagamie 1980	Hélène Bouchard
Yvan Truchon	Coupe Sagamie 1981	Hélène Bouchard
Guy Racine	Coupe Sagamie 1982	Hélène Bouchard
Patrick Montuoro	Coupe Sagamie 1983	Johanne Tremblay
Patrick Montuoro	Coupe Sagamie 1984	Johanne Tremblay
Yvan Truchon	Coupe Sagamie 1985	Annie Painchaud
Patrick Montuoro	Coupe Sagamie 1986	France Lavoie
Christian Lespérance	Coupe Sagamie 1987	Nicole Bergeron
Patrick Montuoro	Coupe Sagamie 1988	France Lavoie
Yvan Truchon	Coupe Sagamie 1989	France Lavoie
Serge Émond	Coupe Sagamie 1990	France Lavoie
Serge Émond	Coupe Sagamie 1991	France Lavoie
Serge Émond	Coupe Sagamie 1992	Sylvie Dumais
Harold Lavoie	Coupe Eau-Mésy 1993	Sylvie Dumais
Dannick Côté	Coupe Eau-Mésy 1994	Sylvie Dumais
Harold Lavoie	Coupe Eau-Mésy 1995	Karine Lefebvre
Harold Lavoie	Coupe Eau-Mésy 1996	Karine Lefebvre
Harold Lavoie	Coupe Eau-Mésy 1997	Karine Lefebvre
Harold Lavoie	Coupe Eau-Mésy 1998	Karine Lefebvre
Harold Lavoie	Coupe Eau-Mésy 1999	Karine Lefebvre
Harold Lavoie	Coupe Eau-Mésy 2000	Véronique Goulet
Harold Lavoie	Coupe Eau-Nutrinor 2001	Lyne Girard
Jean-Philippe Bonneau	Coupe Eau-Nutrinor 2002	Lyne Girard
Dannick Côté	Coupe Autocar Jeannois 2003	Marie-Caroline Côté
Jean Chabot	Coupe Autocar Jeannois 2004	Marie-Caroline Côté
Alexandre Boulé	Coupe Autocar Jeannois 2005	Lynda Desmeules
Alexandre Boulé	Coupe Autocar Jeannois 2006	Lynda Desmeules
Alexandre Boulé	Coupe Autocar Jeannois 2007	Valérie Bélanger
Alexandre Boulé	Coupe Autocar Jeannois 2008	Lynda Desmeules
Alexandre Boulé	Coupe Autocar Jeannois 2009	Lynda Desmeules
Hugo Simard	Coupe Autocar Jeannois 2010	Lynda Desmeules
Luc Thériault	Coupe Autocar Jeannois 2011	Suzanne Munger
Hugo Simard	Coupe Autocar Jeannois 2012	Nadia Bolduc
Claude Gilbert	Coupe Autocar Jeannois 2013	Nadia Bolduc
Jean-Philippe Dion	Coupe Autocar Jeannois 2014	Nadia Bolduc
Jean-Philippe Dion	Coupe Autocar Jeannois 2015	Marie-Claude Brassard
Alexandre Boulé	Coupe Autocar Jeannois 2016	Marie-Claude Brassard
Frédéric Bouchard	Coupe Autocar Jeannois 2017	Marie-Claude Brassard
Frédéric Bouchard	Coupe Autocar Jeannois 2018	Nadia Bolduc
Claude Gilbert	Coupe Autocar Jeannois 2019	Laurence M. Bouchard
Sylvain Lavoie	Coupe Autocar Jeannois 2022	Laurence M. Bouchard

Jean-Sébastien Sénéchal	Coupe Autocar Jeannois 2023	Nadia Bolduc

Récipiendaires du
TROPHÉE P.-H. BERGERON

2017	Paul-Henri Bergeron
2018	Pierre Gauthier
2019	Raymond Bluteau
2022	René Couture
2023	Claude Reny

ANNEXE 5

RESPONSABLES DU CIRCUIT RÉGIONAL

Présidents de 1979 à aujourd'hui

Paul-Henri Bergeron - Fondateur	**Coupe Sagamie 1979 à 1992**
Paul-Henri Bergeron	**Coupe Eau-Mésy 1993 à 1996**
Claude Reny	**Coupe Eau-Mésy 1997 à 2000**
Claude Reny	**Coupe Eau-Nutrinor 2001**
Gino Roberge	**Coupe Eau-Nutrinor 2002**
Gino Roberge	**Coupe Autocar Jeannois 2003 à 2009**
Claude Reny	**Coupe Autocar Jeannois 2010**
Mario Boily	**Coupe Autocar Jeannois 2011 à 2014**
Guillaume Charest	**Coupe Autocar Jeannois 2015**
Bernadette Girard	**Coupe Autocar Jeannois 2016 à 2021**
Isabelle Tremblay	**Coupe Autocar Jeannois 2022 à 2023**
Mario Boily	**Coupe Autocar Jeannois 2024**

ANNEXE 6
DÉTAILS SUPPLÉMENTAIRES RELATIFS AUX ARTICLES

ARTICLE 3 : SIÈGE SOCIAL

L'adresse du siège social est celle de la présidente actuelle :

Mario Boily
105-1923, rue des Hiboux
Chicoutimi, Québec
G7H 7S3

ARTICLE 4 : COMMANDITAIRE

Depuis 2003, « *Le Groupe Autocar Jeannois Inc.* » est notre commanditaire officiel. À titre gracieux, il remet annuellement à l'« *Association Régionale de course sur route du Saguenay – Lac-Saint-Jean* » une somme de deux mille cinq cents dollars (2 500 $).

De plus, il remet des bourses spéciales aux athlètes qui établissent un nouveau record à chacune des courses du circuit à partir de la 6e édition d'un même parcours :

- 15 $ pour le 1,5 km,
- 25 $ pour le 3 km,
- 50 $ pour le 5 km, et
- 100 $ pour toutes les autres de 10 km et plus.

Tableau des années de la première édition des parcours selon la distance pour chacune des courses officielles du circuit régional 2022:

No Course	Nom Course	1 à 1,5 km	3 km	5 km	10 km	15 km	21,1 km	42,2 km	Admissibles aux records
1	La René Couture de Saint-Bruno	2016	1993	1993	1993				X
2	Le 15 km des Pichous					2008			X
3	Les Courailleux	2016	2013	2013	2013				X
4	La Saint-Nazaire Proco	2016	2003	2003	2003				X
5	La Dupont Auto d'Alma	2016	2016	2016		2016			X
6	La Petite Randonnée interphysio	2011	2011	2011					X
7	La Jakours	2016	2013	2013	2013				X
8	La Course de la Relève	2011	2011	2011					X
9	La Jakours Athéltisme UltraViolet Sports	2022	2022	2022	2022				
10	Le Défi À Pied Levé	2016	2016	2016	2020				
11	La Uitshaui	2015	2009	2009	2009				X
12	La Gédéon	2016	2017	2017	2017				
13	Le Tour du Lac Labrecque	2016	2000	2000		2000			X
14	La Course de la Traversée	2016	2014	2014	2014				X
15	La Petite Patte Jeannoise	2016	2000	2000	2000				X
16	La Course Endurance du Fjord	2016	2015	2015	2015				X
17	La Métro Alma	2016	2016	2016			2016		X
18	Le Marathon du Fjord			2014			2014	2014	X
19	Le Course des Tigres Proco	2019	2019	2019	2019				

ARTICLE 6: ACCRÉDICATION DES COURSES

L'association régionale accrédite officiellement les courses sur route présentées ci-contre selon l'ordre chronologique prévu au calendrier 2024.

• 1	LA RENÉ COUTURE DE SAINT-BRUNO	(33)
• 2	LA STATION	(9)
• 3	LES 15 KM DES PICHOUS	(56)
• 4	LES COURAILLEUX	(11)
• 5	LA SAINT-NAZAIRE PROCO	(19)
• 6	LA DUPONT AUTO D'ALMA	(39)
• 7	LA JAKOURS	(31)
• 8	LA COURSE DE LA RELÈVE	(20)
• 9	LA PETITE RANDONNÉE INTERPHYSIO	(33)
• 10	LE DÉFI À PIED LEVÉ	(7)
• 11	LA UITSHAUI	(25)
• 12	LA GÉDÉON	(42)
• 13	LE TOUR DU LAC LABRECQUE	(42)
• 14	LA COURSE DE LA TRAVERSÉE	(23)
• 15	LA PETITE PATTE JEANNOISE	(39)
• 16	LA COURSE ENDURANCE DU FJORD	(13)
• 17	LA MÉTRO ALMA	(44)
• 18	LA JAKOURS ATHLÉTISME ULTRAVIOLET SPORTS	(3)
• 19	LE MARATHON DU FJORD	(23)
• 20	LA COURSE DES TIGRES PROCO	(7)

- *Le nombre entre parenthèses représente, en 2024, le nombre d'éditions présentées de cette compétition et servira de base pour le calcul du droit d'ancienneté.*

ARTICLE 24 : SANCTIONS

Sont considérées « lacunes très importantes » et non négociables :

- Un parcours dont la sécurité est mal assurée (danger pour les coureurs).
- Un parcours qui ne respecte pas les distances officielles.
- Frais d'inscription non payés à l'Association régionale.

ARTICLE 28 : TARIFICATION

Au 1er janvier 2024, la tarification pour l'inscription à toutes les courses du circuit régional (sauf pour *Le 15 Km des Pichous et le marathon*) est établie comme suit :

Distance	Admissibilité	Coût course (Internet)	Coût course (sur place)
1 km	Né en 2010 ou après	5 $	10 $
3 km	Né en 2006 ou après	5 $	10 $
5 km ou +	Né en 2006 à 2010	25 $	35 $
1 km ou +	Né en 2005 ou avant	25 $	35 $

Un dossard obtenu à l'une ou l'autre des courses D.P., excepté pour la dernière, pourra servir aux courses subséquentes dûment identifiées pour son acquisition. Le prix du dossard permanent de 5 $, payable sur place pour tous, est à ajouter au prix d'inscription.

Les coureurs non admissibles aux courses de 1 à 3 km paieront le prix le plus élevé affiché.

Un jeune qui s'inscrira à une course d'adultes (distance de 5 km ou plus) paiera son inscription le même prix qu'un adulte.

Le coût du dossard non permanent est inclus dans le prix de la course.

La tarification des courses de 21,1 et 42,2 km est laissée à la discrétion des organisateurs.

ANNEXE 7
RECORDS

COURSES ACTIVES

LA RENÉ COUTURE DE SAINT-BRUNO

1 km	St-Pierre Étienne	2016	3:59
	Lavoie Alyson	2020	3:54
1,5 km	Levesque Olivier	2011	5:54
	Villeneuve Sandra	1998	6:30
3 km	Poirier Félix	2020	10:33
	Maltais Léanne	2020	10:40
5 km	Émond Serge	1992	16:54
	Lefebvre Karine	1996	19:12
10 km	Deschênes Félix	2017	34:24
	Lefebvre Karine	2005	38:03

LE 15 KM DES PICHOUS

15 km	Fafard Thomas	2023	44:13
	Pomerleau Caroline	2023	49:55

LES COURAILLEUX

1 km	Pronovost Joey	2018	3:56
	Carette Anaelle	2017	3:51
1,5 km	Desmeules Alexis	2014	6:00
	Côté Anaïs	2013	6:43
3 km	Plourde Marc-Antoine	2014	11:52
	Bouchard Julie-Anne	2019	12:17
5 km	Boulé Alexandre	2012	16:57
	Bolduc Nadia	2013	18:57
10 km	Lavoie Sylvain	2022	35:26
	M. Bouchard Laurence	2022	38:13

LA SAINT-NAZAIRE PROCO

1 km	Lavertu William	2019	3:43
	Carette Anaelle	2017	3:46
1,5 km	Normandin Pierre-Yves	2011	5:22
	Dufour Stéphanie	2009	6:09
3 km	Tremblay Maxim	2006	11:23
	Bouchard Julie-Anne	2019	12:11
5 km	Dufour Joé	2013	17:03
	Simard Amélie	2022	18:39
10 km	Boulé Alexandre	2013	35:06
	M. Bouchard Laurence	2022	37:49

LA DUPONT AUTO D'ALMA

1 km	Tremblay Félix	2017	3:19
	Carette Anaelle	2017	3:08
1,5 km	Deschênes Cimon	2009	5:01
	Dufour Stéphanie	2010	5:49
3 km	Bussières Alex	2009	9:03
	Côté Anaïs	2017	10:46
5 km	Matte Greg	1992	15:52
	M. Bouchard Laurence	2019	17:55
15 km	Truchon Yvan	1981	48:51
	Gingras Lynda	2016	58:14

LA PETITE RANDONNÉE INTERPHYSIO

1,5 km	Tremblay Vincent	2015	4:43
	Bélanger Juliette	2017	5:10
3 km	Boily Dave	2008	10:35
	Chouinard Catherine	2016	12:07
5 km	Lavigne Alexandre	2016	15:49
	Bolduc Nadia	2013	17:49

LA JAKOURS

1 km	Gagné Jérôme	2017	3:09
	Munger Anne-Frédérique	2017	3:32
1,5 km	Normandin Pierre-Yves	2011	5:12
	Tremblay Sheila	2010	5:38
3 km	Tremblay Vincent	2015	10:22
	Bélanger Juliette	2019	11:08
5 km	Boulé Alexandre	2005	15:52
	Simard Amélie	2021	18:32
10 km	Bouchard Frédéric	2018	34:17
	Bolduc Nadia	2013	37:49

LA COURSE DE LA RELÈVE

1,5 km	Bouchard Frédéric	2003	5:13
	Villeneuve Émilie	2005	5:51
3 km	Bussières Alex	2009	9:30
	Duchesneau Saskia	2022	11:32
5 km	Bouchard Julien	2006	15:53
	M. Bouchard Laurence	2022	17:57

LA JAKOURS ATHLÉTISME ULTRAVIOLET SPORTS

1 km	Dion-Marquis Hubert	2022	4:08
	Dion-Marquis Jeanne	2022	4:52
3 km	Pelletier Jasmin	2022	11:44
	Lavoie Justine	2022	14:20
5 km	Simard Martin	2022	17:45
	Gendron Marie-Claude	2022	23:23
10 km	Lavoie Sylvain	2022	34:43
	Bolduc Nadia	2022	38:50

LE DÉFI À PIED LEVÉ

1 km	Pronovost Joey	2018	3:27
	Maltais Émyka	2023	3:34
1,5 km	Desmeules Alexis	2014	4:06
	Guay Alicia	2014	4:07
3 km	Savard Félix	2017	11:12
	Savard Ann-Katryna	2017	12:06
5 km	Savard Luc	2016	16:15
	M. Bouchard Laurence	2018	17:45
10 km	Côté Philippe	2016	34:58
	Bolduc Nadia	2017	38:58
21,1 km	Thériault Luc	2019	1:15:07
	Bolduc Nadia	2018	1:25:46

LA UITSHAUI (LE DÉFI CHARLEY ROBERTSON)

1 km	Deschênes Cimon	2009	3:21
	Guay Alicia	2014	3:49
3 km	Deschênes Cimon	2011	9:02
	M. Bouchard Laurence	2007	11:43
5 km	Gilbert Claude	2013	16:37
	M. Bouchard Laurence	2019	18:12
10 km	Boulé Alexandre	2007	33:38
	Bolduc Nadia	2013	37:37

LA GÉDÉON

1 km	St-Onge Xavier	2017	3:18
	Duchesneau Saskia	2017	3:24
1,5 km	Hince Nicolas	2003	4:53
	Villeneuve Émilie	2003	5:01
3 km	Brassard Charles	2005	10:35
	Bélanger Valérie	2005	10:37
5 km	Bouchard Julien	2007	15:35
	Bolduc Nadia	2013	17:59
10 km	Langlois Doris	1988	31:56
	M. Bouchard Laurence	2022	37:15

LE TOUR DU LAC LABRECQUE

1 km	St-Pierre Étienne	2016	3:30
	Duchesneau Saskia	2017	3:31
1,5 km	Deschênes Cimon	2009	5:03
	Tremblay Sheila	2011	5:25
3 km	Brassard Charles	2003	10:43
	M. Bouchard Laurence	2007	11:23
5 km	Dion Jean-Philippe	2015	15:45
	Lacourse Jessy	2015	17:18
10 km	Lavoie Sylvain	2022	35:01
	Bolduc Nadia	2022	39:19
15 km	Jobin Éric	1990	50:40
	Lefebvre Karine	2010	56:30

LA COURSE DE LA TRAVERSÉE

1 km	Savard William	2016	3:31
	Duchesneau Saskia	2017	3:31
1,5 km	Simard Michaël	2014	5:23
	St-Gelais Florence	2014	6:14
3 km	Lamontagne Gabriel	2017	10:19
	Bernier Justine	2016	12:24
5 km	Boulé Alexandre	2015	15:50
	Gingras Lynda	2015	18:05
10 km	Handrigan Grant	2016	32:27
	Lefebvre Karine	2019	36:45

LA PETITE PATTE JEANNOISE

1 km	St-Pierre Étienne	2016	3:28
	Bouchard Jorane	2017	3:37
1,5 km	Deschênes Cimon	2009	5:00
	Tremblay Sheila	2011	5:26
3 km	Brassard Charles	2005	10:02
	M. Bouchard Laurence	2007	11:18
5 km	Doré Marc-Antoine	2018	15:31
	M. Bouchard Laurence	2022	17:42
10 km	Blouin Daniel	2005	31:05
	Jutel Anne-Marie	1990	36:53

LA COURSE ENDURANCE DU FJORD

1 km	Auger Mathieu	2016	3:37
	Bouchard Jorane	2017	3:34
1,5 km	St-Pierre Étienne	2015	5:33
	Carette Léanne	2015	5:51
3 km	Paul-Cleary Jessy-James	2016	11:20
	Bernier Justine	2016	12:13
5 km	Savard Félix	2022	17:12
	M. Bouchard Laurence	2019	18:32
10 km	Thériault Luc	2019	34:40
	Bolduc Nadia	2020	38:29

LA MÉTRO D'ALMA

1 km	St-Pierre Étienne	2015	3:27
	Harvey Raphaëlle	2015	3:31
1,5 km	Deschênes Cimon	2009	4:56
	Tremblay Sheila	2011	5:39
3 km	Bouchard Frédéric	2005	10:11
	Côté Anaïs	2016	11:34
5 km	Bussières Alex	2011	15:29
	Mailloux Lyne	2000	17:40
½ M	Rabbitskin Wally	1993	1:11:18
	Brassard Marie-Claude	2018	1:23 54

LE MARATHON DU FJORD

5 km	Huapaya Proulx Charles-Olivier	2018	16:39
	Dallaire Bianka	2016	19:43
½ M	Bouchard Frédéric	2016	1:13:35
	Gingras Lynda	2014	1:22:39
M	Tremblay-Pedneault Hugo	2017	2:39:38
	Brassard Marie-Claude	2016	3:02:39

LA COURSE DE TIGRES PROCO

1,2 km	Dion-Marquis Hubert	2023	5:00
	Dion-Marquis Jeanne	2023	5:40
3 km	Simard Justin	2023	13:20
	Maltais Émyka	2023	14:00
5 km	Bouchard Léandre	2021	17:12
	Simard Isabelle	2022	22:29
10 km	Bouchard Léandre	2023	35:31
	Laliberté Vicky	2023	45:32

COURSES INACTIVES

LA STATION (dernière édition 2020)

1 km	Auger Mathieu	2016	3:57
	Bouchard Jorane	2017	4:05
1,5 km	Desmeules Alexis	2014	4:06
	Guay Alicia	2014	4:07
3 km	St-Pierre Étienne	2017	12:45
	Duchesneau Saskia	2019	13:25
5 km	Gilbert Claude	2019	16:55
	Harvey Raphaëlle	2019	21:57
10 km	Bouchard Frédéric	2018	35:32
	Bolduc Nadia	2018	38:39

LE CROSS DES COULEURS MUSTANGS (dernière édition 2019)

6 km	Deblois Joël	2018	17:02
	Boily Caroline	2009	21:22

LA DU MILLE (dernière édition 2019)

1 km	Pronovost Joey	2018	3:30
	Bouchard Jorane	2017	3:37
1,5 km	St-Pierre Étienne	2015	5:31
	Guay Alicia	2014	6:14
3 km	Simard Michaël	2015	9:06
	Bernier Justine	2015	10:38
5 km	M. Bouchard Grégoire	2015	16:24
	Gingras Lynda	2015	18:18
10 km	Bouchard Frédéric	2017	34:18
	M. Bouchard Laurence	2018	38:53

LA COURSE DU CARRÉ (dernière édition 2019)

500 m	Pelletier Xavier	2016	1:57
	Carette Alicia	2016	1:57
1 km	St-Pierre Étienne	2016	3:22
	Carette Anaelle	2016	3:42
3 km	Lamontagne Gabriel	2016	10:57
	Carette Léanne	2016	12:36
5 km	Deschênes Félix	2016	16:32
	Bélanger Juliette	2018	18:51
10 km	Simard Hugo	2018	34:52
	Bolduc Nadia	2018	38:39

LE 10 DE CŒUR (dernière édition dans le circuit régional 2018)

1 km	St-Pierre Étienne	2016	3:30
	Guay Félicia	2018	3:38
1,5 km	St-Pierre Étienne	2015	5:20
	St-Gelais Florence	2015	5:28
3 km	Bussières Alex	2009	9:03
	Bouchard Julie-Anne	2018	11:51
5 km	Gill David	2006	15:45
	Brassard Marie-Claude	2015	18:40
10 km	Boulé Alexandre	2015	32:59
	Gingras Lynda	2017	37:32

LA COURSE DE LA COLLINE (première et dernière édition 2017)

1 km	St-Pierre Étienne	2017	3:21
	Bouchard Jorane	2017	3:41
3 km	Savard Félix	2017	11:27
	Desrochers Sarah-Maude	2017	13:43
5 km	Desrochers Jean-Simon	2017	18:31
	Lavoie Sylvie	2017	21:41
10 km	Bouchard Frédéric	2017	35:13
	Bolduc Nadia	2017	39:39

LA VINCENT LÉTOURNEAU (dernière édition 2016)

1 km	St-Pierre Étienne	2015	3:34
	Carette Léanne	2015	3:46
2,5 km	Lamontagne Gabriel	2016	8:46
	Bernier Justine	2016	9:53
3 km	Auger Mathieu	2015	9:35
	Mousseau Camille	2015	10:56
5 km	Savard-Gagnon David	2013	16:25
	Brassard Marie-Claude	2013	19:02
10 km	Gilbert Sébastien	2016	39:00
	M. Bouchard Laurence	2016	44:17
15 km	Tremblay André	2012	52:48
	Desmeules Lynda	2012	59:33

LE MARATHON DU SAGUENAY (dernière édition 2015)

5 km	Gilbert Claude	2015	16:48
	Gingras Lynda	2014	19:51
½ M	Desgagné Jonathan	2014	1:16:45
	Gingras Lynda	2015	1:24:54
M	Tremblay Gilles	2015	3:05:12
	Martin Karine	2014	3:41:21

ANNEXE 8
EXEMPLES DE FORMULAIRES D'INSCRIPTION

Les formulaires d'inscription doivent comporter les emplacements pour les éléments suivants :

- Numéro de la course
- Nom de la course
- Jour et date de la course
- Numéro de membre permanent
- Numéro de dossard
- Numéro de puce
- Sélection de l'épreuve (allures et distances)
- Date de naissance
- Âge
- Sexe
- Nom
- Prénom
- Club
- Adresse
- Ville
- Code Postal
- Téléphone
- Courriel
- Dégagement de responsabilité légale
- Signature du participant
- Signature du tuteur si mineur

L'association régionale peut fournir les formulaires pour toutes les organisations afin de standardiser les informations relatives aux différents participants du circuit régional.

(# de course DP) Nom de la course

Jour et date dela course

CHRONO-SAGUENAY

Frais de 25 $ si la puce électronique n'est pas remise après la course

↘ ↘	Dist. 1	Dist. 2	Dist. 3	Dist. 4
ALLURE 1				
ALLURE 2				
ALLURE 3				

Dossard

Puce

Date de naissance

ANNÉE	MOIS	JOUR

Âge

Sexe M F

Coût course: _____$

Rabais DP: _____$

Paiement: _____$

Nom

Prénom

Adresse

Ville

Code postal

Téléphone

Club

Courriel

Je, soussigné, considère avoir la capacité et la santé physique nécessaire et dégage les organisateurs, bénévoles et commanditaires de l'événement de toutes responsabilités et renonce à toute réclamation pour moi-même, mes héritiers et ayants-droit.

Signature

Signature du tuteur si mineur

(12 DP) La Uitshaui (Le défi Charley Robertson)

Mercredi 25 juin 2014

CHRONO-SAGUENAY

Frais de 25 $ si la puce électronique n'est pas remise après la course

↘ ↘	1 km	3 km	5 km	10 km
COURSE				
MARCHE				
CANICROSS				

Dossard

Puce

Date de naissance

ANNÉE	MOIS	JOUR

Âge

Sexe M F

Coût course: _____$

Rabais DP: _____$

Paiement: _____$

Nom

Prénom

Adresse

Ville

Code postal

Téléphone

Club

Courriel

Je, soussigné, considère avoir la capacité et la santé physique nécessaire et dégage les organisateurs, bénévoles et commanditaires de l'événement de toutes responsabilités et renonce à toute réclamation pour moi-même, mes héritiers et ayants-droit.

Signature

Signature du tuteur si mineur

ANNEXE 9

Formulaire d'inscription annuelle d'une course

INSCRIPTION DE COURSE
COUPE AUTOCAR JEANNOIS

(Coût d'inscription au dépliant : 75 $ par organisation)

COURSE OFFICIELLE DU CIRCUIT	SEULES LES COURSES OFFICIELLES DU CIRCUIT APPARAÎTRONT DANS LE DÉPLIANT		
UTILISATION DU DOSSARD PERMANENT (DP)	OUI	NON	
NOM DE LA COURSE			
Numéro d'Édition			
Jour et date			

DISTANCE	**1 km**	**1,5 km**	**3 km**	**5 km**	**10 km**	**15 km**	**½ M**	**M**
Heure départ COURSE								
Heure départ MARCHE								
Heure départ CANICROSS								

COÛT (si différent et accepté)	**1 km**	**1,5 km**	**3 km**	**5 km**	**10 km**	**15 km**	**½ M**	**M**
COURSE								
MARCHE								
CANICROSS								

INSCRIPTION SUR PLACE	OUI	NON	
Endroit et adresse			
Heure pour s'inscrire sur place	DÉBUT :	FIN :	
CLUB ORGANISATEUR			
Site Internet de l'organisation			
Responsable de la course (Nom)			
Adresse du responsable			
Ville du responsable			
Code postal du responsable			
Téléphone (résidence)			
Téléphone (cellulaire)			
Télécopieur (FAX)			
Courriel			
Autres informations à inscrire au dépliant			

Retournez le formulaire dûment complété à : pier_bergeron@videotron.ca

Remerciements

Je tiens à remercier toutes les personnes qui m'ont aidé à la réalisation de ces règlements et statuts.

- Paul-Henri Bergeron (archives) et René Couture (connaissance pratique)
- Marlène Payette pour son travail de secrétariat
- Les organisateurs et organisatrices présents à l'assemblée spéciale du 22 novembre 2010.

Merci également au comité de correction :

- Pierre Bergeron
- André Rancourt
- Pierre Gauthier
- Vivianne Lavigne

Mario Boily