



DOCUMENT TECHNIQUE / TECHNICAL GUIDE

PRÉSENTÉ PAR / PRESENTED BY :



FONCTIONNEMENT DU CHALLENGE QUÉBEC/ONTARIO

Le Challenge Québec/Ontario est une épreuve prenant en considération deux jours de compétitions en descente. Dans chacune des catégories officielles, les positions 1 à 15 obtiendront des points pour leurs provinces respectives et seront additionnés pour obtenir un total par province toute catégorie confondue. Ces points seront cumulés sur les 2 jours de compétition. Le plus grand nombre de victoires servira en situation de bris d'égalité.

Il est donc important de prendre part aux 2 journées de compétition afin d'obtenir le maximum de points et repartir avec le trophée du Challenge Québec/Ontario pour la province gagnante.

La grille de pointage pour le Challenge Québec/Ontario :

<u>Position</u>	<u>Points</u>	<u>Position</u>	<u>Points</u>
1 ^{er}	25	9 ^e	7
2 ^e	20	10 ^e	6
3 ^e	16	11 ^e	5
4 ^e	13	12 ^e	4
5 ^e	11	13 ^e	3
6 ^e	10	14 ^e	2
7 ^e	9	15 ^e	1
8 ^e	8		

HOW THE CHALLENGE WILL WORK

Over 2 days of racing (1 race each day) each rider for their respective province will be awarded points for where they finish in their category (if they finish top 15). We will add all the points up from all the competitors for each province at the end of day 1 (sept 19). Therefore either Ontario or Quebec will be leading or tied in points. Day 2 (sept 20) race will therefore determine which province will have the most points and thereby awarded the Trophy for Ontario/Quebec Challenge Champions (a tie goes to province with most 1st places).

Therefore it is very important for riders to race on both Saturday and Sunday to gain the maximum amount of points for their respective provinces!

The breakdown of Ontario/Quebec Challenge points is as follows for each category:

<u>Place</u>	<u>Points</u>	<u>Place</u>	<u>Points</u>
1 st	25	9 th	7
2 nd	20	10 th	6
3 rd	16	11 th	5
4 th	13	12 th	4
5 th	11	13 th	3
6 th	10	14 th	2
7 th	9	15 th	1
8 th	8		

FONCTIONNEMENT DE LA FINALE DE LA COUPE DU QUÉBEC DHI

La Finale de la Coupe du Québec de descente se déroulera en simultané le samedi 19 septembre. Selon la réglementation en place, la Coupe du Québec est ouverte aux cyclistes hors Québec. Pour la finale, seuls les cyclistes canadiens seront retenus pour le classement cumulatif. À noter que la participation à la finale n'est pas obligatoire pour apparaître au classement cumulatif de la Coupe du Québec, mais que celle-ci comptera pour 120 points soit : 20 points pour la prise du départ et 100 points pour la course.

HOW THE Q-CUP FINALS WILL WORK

The Q-Cup DHI finals is the Saturday race. Respecting the rules applied all year long, the Q-Cup is open to all riders outside of Quebec. For the finals, only Canadian riders will be retaining for the series ranking. 20 more points are allowed taking part to the finals. There will be own awards ceremonies at the end of Saturday.

FONCTIONNEMENT DE LA COUPE ONTARIO ET DU CHAMPIONNAT PROVINCIAL DE L'ONTARIO DHI

La Coupe Ontario de descente se tiendra le dimanche. Cette épreuve comptera également comme Championnat provincial de l'Ontario. Les points seront octroyés aux compétiteurs ayant une licence valide de l'Ontario Cycling Association.

HOW THE O-CUP DHI PROVINCIAL WILL WORK

The O-Cup Provincials are the Sunday race; therefore all racers with OCA licences will be awarded provincial championship medals during their own awards ceremony.

HORAIRE DES COMPÉTITIONS / RACE AND PRACTICE DAY SCHEDULES

Inscriptions/Registration Vendredi 18 septembre / Friday September 18th

12h00 - 18h00 Bureau des inscriptions ouvert DHI / Late registration DHI

Samedi 19 septembre / Saturday September 19th

AUCUNE INSCRIPTION POUR LE DHI #1 LE SAMEDI / NO REGISTRATIONS FOR DHI #1 ON SATURDAY

08h00 - 17h00 Bureau des inscriptions ouvert DHI #2 / Late registration #2 DHI

Dimanche 20 septembre / Sunday September 20th

AUCUNE INSCRIPTION POUR LE DHI #2 LE DIMANCHE / NO REGISTRATIONS FOR DHI #2 ON SUNDAY

Horaire/Schedule

Vendredi 18 septembre / Friday September 18th

12h00 - 13h00 Orientation à pieds des coureurs DHI / On-foot DHI course inspection

13h00 - 18h00 Parcours de DHI ouvert-entraînement / DHI training

18h00 - 19h00 Parcours de DHI ouvert-entraînement Junior Expert et Senior Élite seulement / DHI training Élite and Junior Expert only

Samedi 19 septembre / Saturday September 19th

08h00 - 11h00 Cueillette des plaques DHI / DHI plates pick-up

09h00 - 11h30 Entraînement de DHI obligatoire / Mandatory DHI training

11h30 - 12h30 Entraînement de DHI obligatoire Junior Expert & Senior Élite / Mandatory DHI training Élite and Junior Expert only

13h00 - 16h00 Départs / Coupe du Québec DHI #1 (Voir la liste de départ sur le site) / Quebec Cup Downhill #1 starts (See start list on site)

18h00 Remise des médailles / Awards ceremonies

Dimanche 20 septembre / Sunday September 20th

08h00 - 11h00 Cueillette des plaques DHI / DHI plates pick-up

09h00 - 11h30 Entraînement de DHI obligatoire / Mandatory DHI training

11h30 - 12h30 Entraînement de DHI obligatoire Junior Expert & Senior Élite / Mandatory DHI training Élite and Junior Expert only

13h00 - 16h00 Départs / Coupe Ontario DHI #2 (Voir la liste de départ sur le site) / Ontario Cup Downhill #2 starts (See start list on site)

18h00 Remise des médailles / Awards ceremonies

RÈGLEMENTS APPLICABLES

Tous les règlements applicables dans le cadre de la Coupe du Québec, de la Coupe Ontario, de la FQSC et de l'UCI seront en vigueur lors de cet événement incluant ces règlements sur la protection.

LORS DES ENTRAÎNEMENTS DE DESCENTE, LE PARTICIPANT DOIT UTILISER :

Protection

- 7.1 Un maillot à manches longues ou de l'équipement protecteur rigide (coudes ou protecteur pour les bras);
- 7.2 Des cuissards longs ou de l'équipement protecteur rigide (jambières);
- 7.3 Des gants couvrant les doigts;
- 7.4 Un casque de protection intégrale homologué selon les normes : **CAN/CSA-D113.2-FM89 ou ASTM F1952-00.**

Lunettes

8. Les lunettes d'un participant doivent être incassables, préférablement du type « lunettes de ski ».

LORS DES COMPÉTITIONS (PROVINCIALES ET NATIONALES) DE DESCENTE, LE COMPÉTITEUR DOIT UTILISER :

Protection

- 18.1 Un maillot à manches longues ou de l'équipement protecteur rigide (coudes ou protecteur pour les bras)
- 18.2 Des cuissards longs ou de l'équipement protecteur rigide (jambières)
- 18.3 Des gants couvrant les doigts;
- 18.4 Un casque de protection intégrale homologué selon les normes : **CAN/CSA-D113.2-FM89 ou ASTM F1952-00.**

LORS DES ÉVÉNEMENTS DE DESCENTE POUR LA CATÉGORIE U15, LE COMPÉTITEUR DOIT UTILISER :

- 19.1 Un maillot à manches longues et de l'équipement protecteur rigide (coudes ou protecteur pour les bras)
- 19.2 Des cuissards longs et de l'équipement protecteur rigide (jambières)
- 19.3 Un plastron protecteur protégeant, la poitrine, les clavicules et le dos
- 19.4 Des gants couvrant les doigts;
- 19.5 Un casque de protection intégrale homologué selon les normes : **CAN/CSA-D113.2-FM89 ou ASTM F1952-00.**

RULES AND REGULATIONS

All existing Ontario Cup, UCI and FQSC rules apply including the following protection rules.

DURING TRAINING, ALL RACERS MUST WEAR :

Protection

- 7.1 A long-sleeved shirt OR protective equipment (elbows or arm protectors);
- 7.2 Pants or protective equipment (knee and shin pads);
- 7.3 Full-fingered gloves;
- 7.4 An homologated full-face helmet (canadian standards following) :
CAN/CSA-D113.2-FM89 or ASTM F1952-00.

Goggles

8. Worn goggles must be unbreakable, preferably of the ski goggle kind;

DURING DOWNHILL COMPETITIONS (PROVINCIAL AND NATIONAL) RACERS MUST USE:

Protection

- 18.1 A long-sleeved shirt OR protective equipment (elbows or arm protectors);
- 18.2 Pants or protective equipment (knee and shin pads);
- 18.3 Full-fingered gloves;
- 18.4 An homologated full-face helmet (canadian standards following) :
CAN/CSA-D113.2-FM89 or ASTM F1952-00.

DURING DOWNHILL COMPETITIONS FOR THE U15 CATEGORY, RACERS MUST USE:

- 19.1 A long-sleeved shirt OR protective equipment (elbows or arm protectors);
- 19.2 Pants or protective equipment (knee and shin pads);
- 19.3 Body protection that protects the chest, collarbone and back;
- 19.4 Full-fingered gloves;
- 19.5 An homologated full-face helmet (canadian standards following) :
CAN/CSA-D113.2-FM89 or ASTM F1952-00.

INFORMATIONS SUR CAMP FORTUNE

Le stationnement du Camp Fortune offre des emplacements de camping sauvage. Le Parc de la Gatineau offre également à travers son réseau des terrains de camping. Il est également possible de réserver dans un hôtel ou un motel à proximité en rejoignant les contacts suivants.

Carte et comment se rendre à Camp Fortune

<http://www.campfortune.com/en/velo/find.php>

Hôtels

<http://www.moteladam.com>

<http://www.expedia.com/Gatineau-Ottawa-Hotels.0-n6057855-0.Travel-Guide-Filter-Hotels>

Camping du Parc de la Gatineau

http://www.gatineauparkcamping.ca/index_fr.html

CAMP FORTUNE LOCATION, DIRECTIONS, ACCOMODATIONS AND CAMPING

Free camping is provided in the parking lot across from the ski lodge on a first come first serve basis. Local camping in the Gatineau Park is possible, local motels are listed below.

Map and Directions to Camp Fortune:

<http://www.campfortune.com/en/velo/find.php>

Hotels:

Great rates are available here:

<http://www.moteladam.com/>

<http://www.expedia.com/Gatineau-Ottawa-Hotels.0-n6057855-0.Travel-Guide-Filter-Hotels>

Gatineau Park camping:

http://www.gatineauparkcamping.ca/index_en.html

CE QUE VOUS DEVEZ APPORTER AVEC VOUS LORS DE CETTE COURSE

- Casque (selon les spécifications ci-dessus) et un vélo en bon état de marche;
- Quelques pièces de rechanges et les outils nécessaires à la réparation;
- OCA, FQSC ou autre licence UCI (la licence d'évènement sera en vente sur place pour tout la fin de semaine);
- Argent comptant ou chèque, aucune carte de crédit ne sera acceptée sur place;
- Copie de votre reçu de préinscription;
- Nourriture, eau et écran solaire;
- Si vous êtes âgés de moins de 18 ans, vous devez avoir fait signé par un parent ou un tuteur la déclaration d'exonération de responsabilité si vous vous inscrivez sur place.

WHAT DO I NEED TO BRING TO EACH AND EVERY RACE OR PRACTICE DAY?

- helmet (full face helmet for DHI and 4X, open face is allowed for Super D) and a safe bike in good working order;
- any and all spare parts and tools necessary;

- OCA, FQSC or other UCI licence (event licences are available for sale at the events);
- Cash or cheques, no credit cards are accepted on event days;
- copy of your preregistration receipt;
- plenty of food and water, plus sunscreen;
- if you are under 18 you need a parent or guardian to sign your race waivers, download them at www.ontariocycling.org and have the appropriate person sign them.

COÛTS D'INSCRIPTION ET D'ACCÈS À LA REMONTÉE MÉCANIQUE

Coupe du Québec (Samedi)

Accès à la remontée mécanique pour tout le week-end : 15 \$

Prix en préinscription :

CATÉGORIE	DHI
Cadet	25 \$
Junior Expert Féminin	35 \$
Junior Expert	35 \$
Junior Sport Masculin	30 \$
Senior Sport	30 \$
Senior Expert	35 \$
Senior Élite	40 \$
Maître Sport (30-39 & 40-49)	30 \$
Maître Expert (30-39 & 40-49)	35 \$
Maître Expert 30 & + Féminin	35 \$
Maître Expert (50-59) Masculin	35 \$
Hard Tail	25 \$

Des frais de 8 \$ s'appliquent sur une inscription sur place.

Coupe Ontario (Dimanche)

39 \$ pour toutes les catégories en préinscriptions. Des frais de 10 \$ s'appliquent sur une inscription sur place.

RACE AND PRACTICE FEES

Q-Cup (Saturday)

Chairlift access: 15 \$

Preregistration price:

CATEGORY	DHI
Cadet	25 \$
Junior Expert	35 \$
Junior Sport Men	30 \$
Senior Sport	30 \$
Senior Expert	35 \$
Senior Élite	40 \$
Master Sport (30-39 & 40-49)	30 \$
Master Expert (30-39 & 40-49)	35 \$
Master Expert 30 & + Women	35 \$
Master Expert (50-59) Men	35 \$
Hard Tail	25 \$

Late fees of 8 \$ are applied on a registration on race site.

O-Cup (Sunday)

\$39 pre-reg NO EVENT DAY REGISTRATION (you can pay \$49 on Saturday and register for Sunday's race)

SÉCURITÉ ET RISQUES LIÉS À L'ÉVÈNEMENT

Tous les coureurs doivent réviser la déclaration d'exonération de responsabilité de Sirbikealot Racing au lien suivant : <http://www.sirbikealotracing.com/index.php?categoryid=12>

SAFETY AND EVENT RISK

All racers are asked to review the Sirbikealot Racing Risk Management and Rider Responsibility document found at the link below:

<http://www.sirbikealotracing.com/index.php?categoryid=12>

COMMISSAIRES, PREMIERS SOINS ET PATROUILLEURS SUR LE PARCOURS

Les commissaires seront au départ et à l'arrivée du parcours.

Les premiers soins seront disposés à des endroits stratégiques sur le parcours afin d'évacuer toute personne ayant subi des blessures suite à une chute.

Les patrouilleurs sur le parcours seront identifiés par des vestes orange et jaune, auront en leur possession des drapeaux et des sifflets. Ils s'assureront de transmettre l'information sur la situation dans le parcours.

COMMISSAIRES, FIRST AID AND COURSE MARSHALL'S

Commissaires will be at the start and finish of the courses, they will also be on course.

First Aid will be located in specified areas. Maps will be posted at registration.

Course Marshalls will be identified by orange and yellow vests, with red and yellow flags and whistles. They will help control the courses flow and help section training.

All of the above officials have the authority to report any and all riders who are not following OCA, UCI or FQSC rules. Please obey there orders at all times.