

PROJET

AVIS DE COURSE CROSS-COUNTRY CLUB NORDIQUE DU MOULIN

3^e édition

Trail Nordique du Moulin



Le 2 novembre 2024

Organisé par : Le Club Nordique du Moulin

Lieu : Les Sentiers du Moulin
99 Chemin du Moulin, Lac-Beauport

Personnes responsables :

Directeur d'épreuve	Robert Durocher
Secrétaire d'épreuve	Marie-Hélène Boucher
Chef de parcours	Philippe Gauthier
Chef du chronométrage	Hugues Bernard
Chef des bénévoles	Carole Roth
Premiers soins	AED

Programme de compétition:

Voir documents annexés

Informations :

Club Nordique du Moulin
Courriel : clubskidumoulin@gmail.com

PROJET

PROJET

Inscription :

L'inscription se fait par le site amélia du Club Nordique du Moulin au lien suivant :

<https://app.amelia.com/store/fr/club-nordique-du-moulin/api/Program/Detail?programId=y0RN3Vk>

La limite pour les inscriptions en ligne est le jeudi 31 octobre 2024 à **12h00**.

L'inscription sur place sera possible la journée de la course et en **argent comptant seulement** de 7h30 à 8h30.

Frais d'inscription :

Les frais pour les inscriptions sont

<u>Distance</u>	<u>Prix Amalia</u>	<u>Sur place</u>
M6	10 \$	15 \$
M8	15 \$	20 \$
M10	15 \$	20 \$
M12	15 \$	20 \$
M14	20 \$	25 \$
M16	20 \$	25 \$
M18	25 \$	30 \$
Ouverte	25 \$	30 \$

Annulation de la course :

Advenant une situation fortuite qui pourrait empêcher la tenue de la compétition, l'annulation de la course sera annoncée par courriel et via les sites internet de

- Sentiers du moulin <https://sentiersdumoulin.com/>
- Club Nordique du Moulin www.nordiquedumoulin.com

Il n'y aura pas de remboursement dans le cas d'une annulation mais un crédit applicable pour la prochaine édition sera émis.

Remise des dossards :

Dans le nouveau chalet des Sentiers du Moulin, samedi le 2 novembre 2024, de 8h00 à 9h00 à l'entrée de l'étage supérieur.

Le compétiteur qui ne remettra pas son dossard à la fin de la course devra déboursier des frais de 30\$ pour le remplacement de celui-ci.

PROJET

PROJET

Parcours et installations :

Le stationnement est disponible sur le site, mais le covoiturage est recommandé.

Des toilettes seront accessibles dans le chalet principal des Sentiers du Moulin.

Le restaurant La Buvette, situé à même le bâtiment principal des Sentiers du Moulin, sera ouvert pour vous offrir repas et boissons.

Les départs se feront tout près du chalet Waterloo. Les athlètes et les entraîneurs (es) sont responsables de bien connaître leurs parcours. Assurez-vous de consulter les cartes produites à cet effet!

Identification du parcours:

Les limites du parcours seront identifiées par des rubans de couleurs voyantes. Des signaleurs seront présents sur les sentiers afin d'indiquer les intersections et pour assurer la sécurité des participants.

Classement:

Les coureurs seront placés sur la ligne de départ sur la base du premier arrivé premier servi.

Chronométrage:

Le chronométrage sera fait à l'aide du système Summit.

Reconnaissance du parcours:

Les coureurs pourront faire un tour de reconnaissance sur le parcours le matin de la course entre 08h00 et 09h00. Ils peuvent être accompagnés par un parent ou un entraîneur.

Accompagnement sur le parcours :

L'accompagnement est possible pour la course de 6 ans et moins (M6) seulement.

Remise des médailles :

Les médailles seront distribuées aux trois premiers de chaque catégorie et par genre pour les catégories d'âges M8 à M16. La remise des médailles sera basée sur les résultats non officiels. Pour les catégories M6, une médaille sera remise à chaque participant.

Horaire et format des courses :

Distance	Premier Départ
500 m	9h30
1.25 km	10h00
3.5 km	10h30
7.0 km	11h00

En fonction du nombre de participants, le nombre de départs pourra être augmenté en séparant les participants par genre et/ou par âge.

PROJET

PROJET

Documents annexés :

A- Programme des compétitions par catégories

B- Carte des pistes

C- Profil des parcours

D- Segments Strava

PROJET

2 novembre 2024
3e édition
Trail Nordique du Moulin



A- PROGRAMME DES COMPÉTITIONS

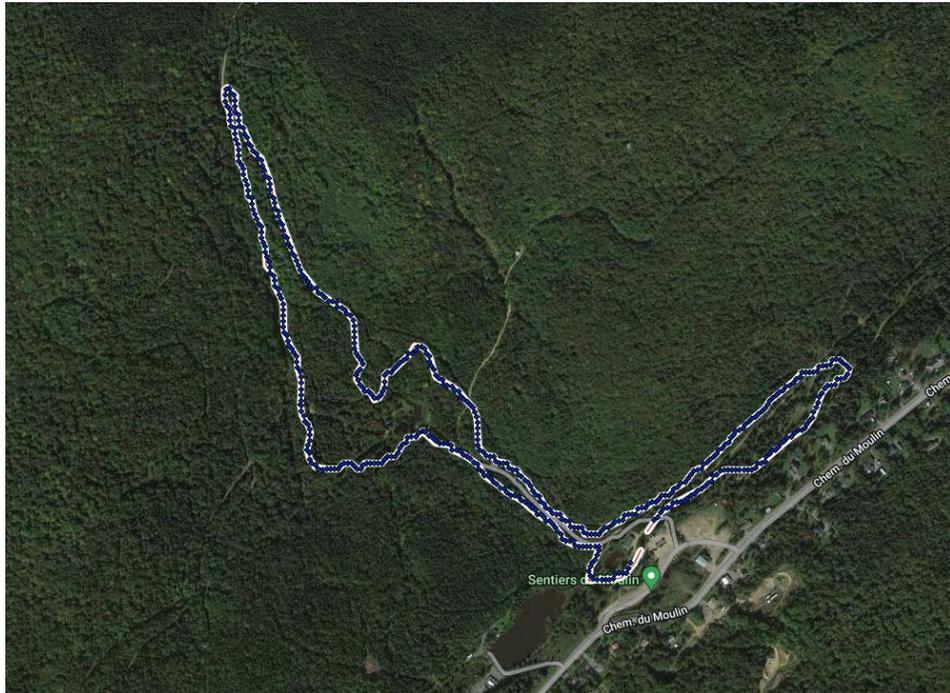
Distance	Catégories	Année naissance	Parcours	
			1 ^{er} Tour	2 ^e Tour
500 m	M6	2019 et +	500 m	-
1.25 km	M8	2017-2018	1.25 km	
	M10	2015-2016	1.25 km	
	M12	2013-2014	1.25 km	
3.5 km	M14	2011-2012	3.5 km	
	M16	2009-2010	3.5 km	
7.0 km (2 x 3.5 km)	M18	2007-2008	3.5 km	3.5 km
	Ouverte	2006 et moins	3.5 km	3.5 km

PROJET

PROJET

B- CARTE DES SENTIERS

Parcours pour les 3.5 km et 7 km



Parcours du 1.25 km

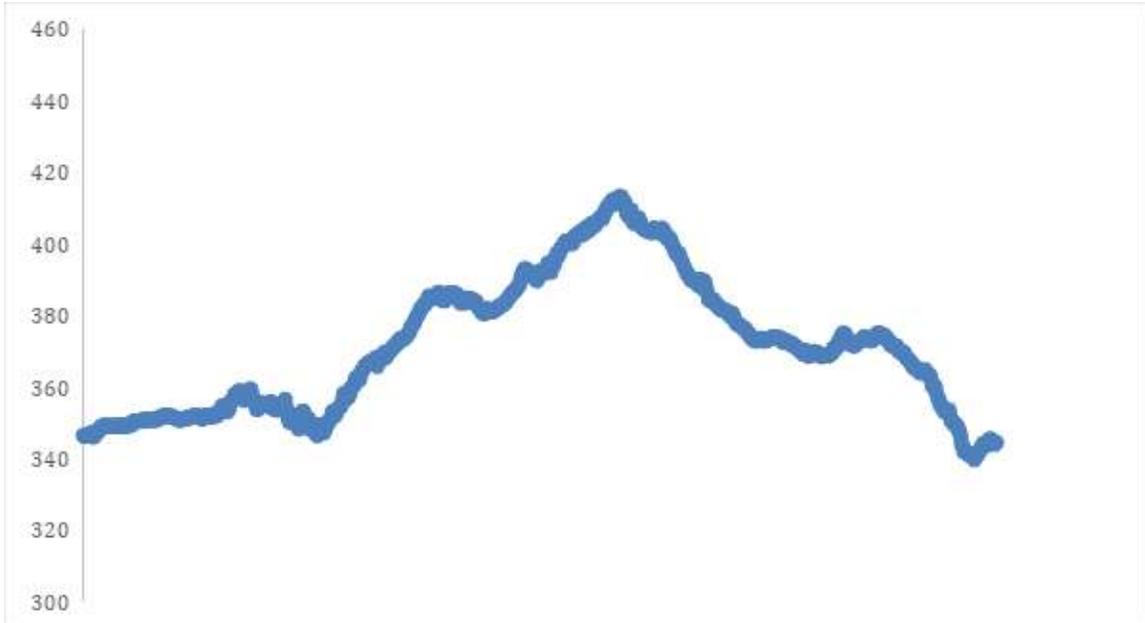


PROJET

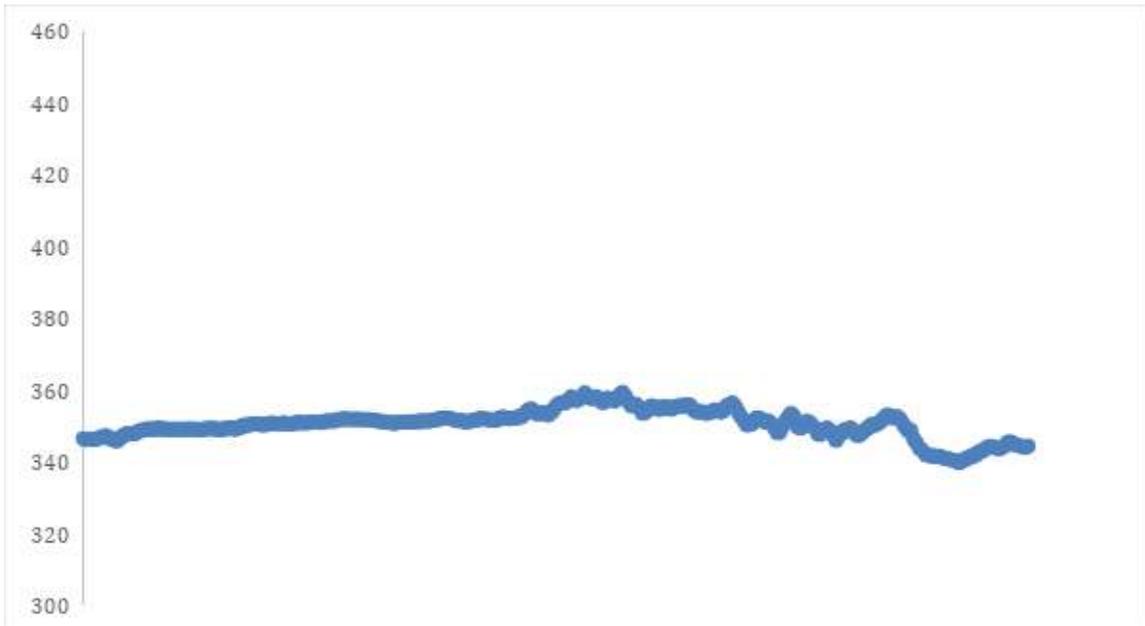
PROJET

C. Profil du parcours

Profil pour les 3.5 km et 7 km



Profil pour le 1.25 km



PROJET



Parcours complets

3.5km Sentiers Nordiques du Moulin

<https://www.strava.com/segments/33220862>

7 km Sentiers Nordiques du Moulin

<https://www.strava.com/segments/33220831>

Segments courts

1ere section - Sentiers nordiques du Moulin

<https://www.strava.com/segments/33220911>

Montée complète - Sentiers nordiques du Moulin

<https://www.strava.com/segments/33220874>

Descente - Sentiers nordiques du Moulin

<https://www.strava.com/segments/33220888>

PROJET