



Consignes de course 2012 – Précisions

ARRIVÉE SUR LE SITE	1
Débarcadère et Stationnement	1
Récupération des pochettes de course	1
Récupération des cadeaux souvenirs	2
Horaire de la zone de transition	2
DÉROULEMENT DE LA COURSE	2
Réunion d'avant-course	2
Épreuve de vélo	3
Épreuve de patin	3
Fin de la course	3
Sortie des équipements de la zone de transition	3
ÉLÉMENTS D'APRÈS-COURSE	4
Affichage des résultats et remise des médailles	4
Repas d'après-course	4
Résumé des heures importantes	5
Bonne course et surtout, amusez-vous!	5

Consignes de course 2012 – Précisions

NOTE IMPORTANTE : Le présent document est complémentaire au document «Consignes de course – Informations de base». Il ne contient que des précisions sur les horaires et les conseils de dernière minute relativement aux courses du Pentathlon des neiges. Nous vous invitons à lire et/ou à relire le document «Consignes de course – Informations de base», pour vous préparer adéquatement à la course et vous assurer de bien comprendre les exigences de fonctionnement de la course.

Arrivée sur le site

Débarcadère et Stationnement

Un débarcadère à équipement est mis à votre disposition au coin des rues Cours-du-Général de Montcalm (rue du Loews Hôtel) et Wilfrid-Laurier pour y laisser, si besoin, vos équipements le temps d'aller stationner votre voiture. N'hésitez pas à l'utiliser.

Il n'y a pas de stationnement réservé spécifiquement pour les athlètes et/ou visiteurs du Pentathlon. Toutefois, des stationnements publics sont disponibles à proximité du site, accessible à partir de la rue Wilfrid-Laurier, de part et d'autre du Manège militaire.



Récupération des pochettes de course

La première chose à faire en arrivant sur le site est d'aller récupérer votre pochette de course et votre puce électronique. Ces items vous seront remis le jour de votre course, dans le chapiteau à l'intérieur de l'anneau de glace (accès par la grande passerelle piétonnière). Nous vous rappelons qu'il est nécessaire de remettre la décharge de responsabilité signée par tous les membres de votre tandem ou équipe pour récupérer votre puce électronique. Voici les horaires pour récupérer le matériel :

- 18 février : 11h00 à 13h00
- 19 février : 9h00 à 11h00
- 25 février : 7h00 à 13h00
- 26 février : 7h00 à 12h45

Nous vous conseillons de ne pas traverser vos gros équipements à l'intérieur de l'anneau simplement pour aller récupérer votre matériel (notamment les vélos). Vos vélos et autres équipements plus gros pourront être laissés temporairement sur les clôtures qui longent le pied de la passerelle. Cependant, aucune surveillance de vos équipements n'est offerte à cet endroit.

Une fois que vous aurez récupéré votre pochette de course, vous serez en mesure d'enfiler votre dossard et ainsi, d'accéder à la zone de transition pour aller y déposer votre matériel et vous préparer pour la course.

Récupération des cadeaux souvenirs

Les cadeaux souvenirs remis à tous les participants du Pentathlon des neiges seront disponibles dès le 10 février au magasin Atmosphère de Place Ste-Foy. Cette année, un choix d'article vous sera offert. Premier arrivé, premier servi! Voici les articles qui vous seront offerts :

- Sac Merrell
- Casquette

Horaire de la zone de transition

La zone de transition sera ouverte pour déposer vos équipements aux heures suivantes :

- 18 février : 11h30
- 19 février : 9h30
- 25 février : Solo, tandem et collégial : 7h30 à 8h00
Familles et amis : 11h00 à 11h30
Équipe : 11h30 à 12h30
- 26 février : Solo et tandem : 7h30 à 8h00
Équipe : 11h45 à 12h15

Nous vous invitons à relire les «Consignes de course – Information de base» pour vous rappeler le fonctionnement et les règlements relatifs à la zone de transition.

Déroulement de la course

Réunion d'avant-course

Les réunions d'avant-course auront lieu avant chaque départ, dans la zone de transition. Voici l'horaire de chaque réunion d'avant course :

- 18 février : 12h30
- 19 février : 10h30
- 25 février : Solo, tandem et collégial : 8h00
Familles et amis : 11h20
Équipe : 12h30
- 26 février : Solo et tandem : 8h00
Équipe : 12h15

Épreuve de vélo

Quelques précisions concernant les pneus autorisés pour la course :

- Les pneus à crampons sont obligatoires
- Tous les types de crampons sont autorisés (caoutchouc, métal...)
- Les pneus ne doivent pas comporter de bande de roulement lisse
- Tous les types de vélo (cyclo-cross, montagne, route, hybride) sont autorisés, pourvu qu'il soit muni de pneus autorisés.

Épreuve de patin

Quelques précisions concernant l'étape patin :

- Il n'y a pas de ravitaillement pendant l'étape patin. Prévoyez une gourde si vous pensez avoir besoin de ravitaillement pendant cette étape.
- Vous devez avoir vos lames aux pieds AVANT d'entrer dans le tunnel d'accès à la patinoire. La règle s'applique aussi à ceux qui utilisent les lames nordiques. Vous devez mettre vos lames à vos pieds dans la zone d'embarquement à la sortie de la zone de transition.
- Les protège lames doivent demeurer dans la zone de transition. Si vous souhaitez les laisser sur vos lames jusqu'à votre embarquement sur la patinoire, prévoyez les garder avec vous pendant la course. Le bord de la patinoire n'est pas un endroit autorisé pour y laisser vos protège lames.

Fin de la course

Une fois franchi le fil d'arrivée, il est de votre responsabilité de remettre vos puce électronique aux bénévoles du Pentathlon des neiges. Dans l'espace d'arrivée, des bénévoles seront sur place pour récupérer votre puce. Si vous ne complétez pas la course et ne franchissez pas le fil d'arrivée, il est de votre responsabilité d'aller rapporter votre puce électronique au personnel d'accueil à l'intérieur du chapiteau. Des frais de 250\$ (soit le coût des puces) seront facturés à toute personne ou équipe dont la puce ne sera pas récupérée à la fin de la course.

Sortie des équipements de la zone de transition

À la fin de votre course, vous devez aller récupérer vos équipements dans la zone de transition. Assurez vous d'avoir toujours votre dossard sur vous pour retourner dans la zone de transition pour y récupérer votre matériel. La zone est contrôlée tant que toutes les courses de la journée ne sont pas terminées et que tous les équipements ne sont pas sortis. Il s'agit d'une protection pour vous et votre matériel. Pas de dossard, pas d'accès!

Dans plusieurs cas, votre barrière attitrée sera réutilisée après vous par une autre équipe. Il serait courtois pour tout le monde de ne pas y laisser vos équipements. Également, la zone de transition ne fait pas office de vestiaire à équipement. Les équipements qui demeureront dans la zone de transition après la fin de la course seront automatiquement sortis de la zone et laissés sans surveillance près de la roulotte des participants. Vous avez la responsabilité de rapporter vos équipements à votre voiture après la course et de voir à leur surveillance.

Pour les participants des courses des 25 et 26 février, un salle est mise à votre disposition au sous-sol de l'hôtel pour y laissez votre matériel pendant le repas d'après-course. Aucun équipement ou sac ne pourra être monté dans la salle de bal pendant le repas, faute d'espace. À noter que cette salle n'est pas surveillée et que vos équipements y sont laissés à vos risques.

Éléments d'après-course

Affichage des résultats et remise des médailles

L'affichage des résultats et les remises de médailles se feront le plus rapidement possible après la course. Pour les courses du 18 et 19 février, l'affichage des résultats et la remise des médailles se feront à l'intérieur du chapiteau. Pour les courses des 25 et 26 février, le tout aura lieu dans la salle de bal du Loews Hôtel Le Concorde.

APPROXIMATIVEMENT, les remises de médailles devraient avoir lieu aux heures suivantes :

- 18 février : 16h15
- 19 février : 14h15
- 25 février : Courte distance, solo, tandem et collégial : 11h15
 - Familles et amis : 13h15
 - Courte distance, équipe : 15h45
- 26 février : Longue distance, solo et tandem: 11h45
 - Longue distance, équipe : 15h45

Rappel : Vous devez être présent lors de la cérémonie protocolaire pour vous mériter une médaille ou une bourse. Advenant une absence de votre part, vous perdrez alors ce privilège.

Repas d'après-course

Pour les gens inscrits aux courses des 25 et 26 février, un repas d'après-course vous est servi dans la salle de bal du Loews Hôtel Le Concorde. Des coupons repas additionnels seront vendus à la porte de la salle de bal, par le personnel du Loews, au coût de 17\$ taxes et services inclus.

Voici l'horaire de services des repas :

- 25 février : Solo, tandem, collégial, familles et amis : 11h00 à 14h30
 - Équipes : 16h00 à 18h00
- 26 février : Solo et tandem : 11h30 à 14h00
 - Équipe : 15h30 à 18h30

Résumé des heures importantes

	Pochette de course	Entrée zone de transition	Réunion d'avant-course	Remise des médailles	Repas Loews
18 février	11h00	11h30	12h30	16h15	X
19 février	9h00	9h30	10h30	14h15	X
25 février Solo, tandem et collégial	7h00 à 8h30	7h30 à 8h00	8h00	11h15	11h00 à 14h30
25 février Familles et amis	7h00 à 11h30	11h00 à 11h30	11h20	13h15	11h00 à 14h30
25 février Équipe	7h00 à 13h00	11h30 à 12h30	12h30	15h45	16h00 à 18h00
26 février Solo et tandem	7h00 à 8h30	7h30 à 8h00	8h00	11h45	11h30 à 14h00
26 février Équipe	7h00 à 12h45	11h45 à 12h15	12h15	15h45	15h30 à 18h30

Bonne course et surtout, amusez-vous!