

SPORT. ÉDUCATION. FIERTÉ.

**IRSEQ**®

OUTAOUAIS

**RÉGLEMENTATION SPÉCIFIQUE  
ATHLÉTISME PRIMAIRE  
CHAMPIONNAT RÉGIONAL  
2026**

Modifié le 15 avril 2026

## Table des matières

### Renseignements techniques

|  |   |
|--|---|
| <b>Article 1</b> - Installations                   | 3 |
| <b>Article 2</b> - Équipement                      | 3 |
| <b>Article 3</b> - Chronométrage                   | 3 |
| <b>Article 4</b> - Catégories d'âge                | 3 |
| <b>Article 5</b> - Surclassement                   | 4 |
| <b>Article 6</b> - Composition de la délégation    | 4 |
| <b>Article 7</b> - Accompagnement de la délégation | 4 |
| <b>Article 8</b> - Chambre d'appel                 | 5 |
| <b>Article 9</b> - Faux départ                     | 5 |
| <b>Article 10</b> - Dossard                        | 5 |
| <b>Article 11</b> - Récompenses                    | 5 |
| <b>Article 12</b> - Classement                     | 6 |
| <b>Article 13</b> - Bris d'égalité                 | 6 |

### Règlements spécifiques aux épreuves

|   |   |
|---|---|
| <b>Article 14</b> - Sprint (60 m, 150 m et 400 m)       | 7 |
| <b>Article 15</b> - Courses (800 m, 1 000 m et 1 200 m) | 7 |
| <b>Article 16</b> - Haies                               | 7 |
| <b>Article 17</b> - Lancer du poids                     | 8 |
| <b>Article 18</b> - Saut en longueur                    | 8 |
| <b>Article 19</b> - Saut en hauteur                     | 8 |
| <b>Article 20</b> - Relais                              | 9 |
| <b>Article 21</b> - Règlements officiels                | 9 |

|   |    |
|---|----|
| <b>ANNEXE 1</b> – TABLEAUX DES ÉPREUVES | 10 |
|---|----|

|   |    |
|---|----|
| <b>ANNEXE 2</b> – PROGRAMME DE LA COMPÉTITION | 11 |
|---|----|

## RENSEIGNEMENTS TECHNIQUES

### ARTICLE 1 - INSTALLATIONS

- 1.1 Piste de 400 m, 8 couloirs en ligne droite et 6 couloirs en courbe;
- 1.2 L'aire de lancer du poids se trouve dans un cercle en béton;
- 1.3 Une aire d'élan pour le saut en longueur en Mondo;
- 1.4 Une aire d'élan pour le saut en hauteur en Mondo

### ARTICLE 2 - ÉQUIPEMENT

- 2.1 Tout le matériel (poids, témoin) sera fourni par le comité organisateur. Ce matériel sera le seul à pouvoir être utilisé. Il n'y aura pas de bloc de départ.
- 2.2 Les souliers d'athlétisme avec crampons de 7 mm maximum sont permis.
- 2.3 Les souliers à crampons de soccer sont interdits.

### ARTICLE 3 - CHRONOMÉTRAGE

- 3.1 Le chronométrage s'effectue de façon électronique.

### ARTICLE 4 - CATÉGORIES D'ÂGE

- 4.1 Le classement de catégories des élèves athlètes s'effectue comme suit :

| Catégorie   | Division  | Date de naissance                                    |
|---|-----------|--|
| <b>Colibri</b>  | <b>P3</b> | Du 1 <sup>er</sup> octobre 2016 au 30 septembre 2017 |
|   | <b>P4</b> | Du 1 <sup>er</sup> octobre 2015 au 30 septembre 2016 |
| <b>Moustique</b>  | <b>P5</b> | Du 1 <sup>er</sup> octobre 2014 au 30 septembre 2015 |
|   | <b>P6</b> | Du 1 <sup>er</sup> octobre 2013 au 30 septembre 2014 |
| Les athlètes doivent respecter l'article 2 de la réglementation administrative du RSEQ Outaouais. |           |  |

Cependant, au niveau régional, les élèves athlètes doubleurs d'une école primaire, qui sont nés le ou avant le 30 septembre 2013, peuvent participer à la compétition avec leur école en tant que P7.

- 4.2 Si l'élève athlète P7 se classe dans les 3 meilleurs de son épreuve, il y aura un exæquo pour cette position et une médaille sera remise à chacun.
- 4.3 Les résultats de l'élève athlète P7 comptent dans le pointage de l'école.

## ARTICLE 5 - SURCLASSEMENT

- 5.1 Le surclassement simple est permis dans toutes les catégories. L'athlète doit toutefois se surclasser pour l'ensemble de ses épreuves.

## ARTICLE 6 - COMPOSITION DE LA DÉLÉGATION

- 6.1 Un maximum de 40 athlètes – toutes catégories confondues.
- 6.2 Un total de 3 épreuves par athlète plus 1 relais qui seront prévus vers 17h.  
Les 3 épreuves seront réparties de la façon suivante :
- 2 épreuves de piste et 1 épreuve de pelouse
  - ou**
  - 2 épreuves de pelouse et 1 épreuve de piste.
- 6.3 Pour l'épreuve de 60 mètres, chaque établissement peut inscrire un maximum de 4 athlètes par catégorie par sexe

## ARTICLE 7 - ACCOMPAGNEMENT DE LA DÉLÉGATION

### 7.1 Bénévoles-terrain :

- 7.1.1 Chaque établissement d'enseignement devra fournir un ou des bénévoles, selon l'article 7.1.2. Le bénévole sera assigné à une épreuve pour un ou des quarts de travail. Les coordonnées de ce bénévole doivent être envoyées via le formulaire en ligne prévu à cet effet avant le jeudi de la semaine précédant la compétition. Les bénévoles et les responsables d'école recevront un courriel d'information dans la semaine précédant l'évènement.

#### Bénévoles selon le nombre d'athlètes inscrits :

- 0 à 5 : **pas de bénévole**
  - **6 à 10 athlètes** : 1 bénévole (demi- journée seulement)
  - **11 et plus** : 1 bénévole pour la journée (ou 2 bénévoles pour une demi-journée)
- 7.1.2 Un non-respect de cet article engendra des frais supplémentaires de 30\$/ bénévole manquant.

## 7.2 Entraîneurs / Accompagnateurs :

**7.2.1** Tout établissement qui participera à l'événement devra **fournir un accompagnateur pour toute la journée et devra respecter son ratio imposé par l'école.**

**7.2.2** **Les noms des entraîneurs et accompagnateurs devront être inscrits sur la plateforme S1** avant le jeudi de la semaine précédant la compétition.

**7.2.3** Un non-respect de cet article engendra des frais supplémentaires de 30\$/accompagnateur manquant.

**7.2.4** Seuls les entraîneurs inscrits sur S1 auront une cocarde pour accéder à la piste.

**MAXIMUM 2 entraîneurs/école.**

## ARTICLE 8 - CHAMBRE D'APPEL

**8.1** Des informations détaillées par rapport à la chambre d'appel (enclos) seront envoyées 2 à 3 jours avant la journée de compétition afin de donner les indications les plus précises possibles selon le nombre d'inscription.

**8.2** Pour les courses, l'athlète doit donner son nom à l'aide au juge de départ. Dans l'éventualité où l'athlète n'est pas présent lors de l'appel, il sera exclu de son épreuve.

**8.3** Pour les épreuves de pelouse, l'athlète doit fournir son nom à l'officiel avant le début de l'épreuve. Si l'athlète ne respecte pas cette consigne, il sera exclu de son épreuve.

## ARTICLE 9 - FAUX DÉPART

**9.1** Le premier faux départ d'une course est donné à tous les concurrents. Au 2<sup>e</sup> faux départ, l'athlète fautif est disqualifié.

## ARTICLE 10 - DOSSARD

**10.1** Le port du dossard est obligatoire sous peine de disqualification. Le dossard doit être porté devant en tout temps.

## ARTICLE 11 - RÉCOMPENSES

**11.1** La remise des médailles s'effectuera immédiatement après la compilation de la fin de l'épreuve.

**11.2** Les bannières qui sont remises aux meilleures équipes de chacune des catégories seront acheminées aux établissements scolaires après le championnat.

## ARTICLE 12 – CLASSEMENT

**12.1** Il y aura un classement par catégorie et par sexe :

- Colibri (P3 + P4) - Masculin
- Colibri (P3 + P4) - Féminin
- Moustique (P5 + P6) - Masculin
- Moustique (P5 + P6) - Féminin
- Toutes catégories confondues

**12.2** Le classement des équipes sera compilé selon le système suivant :

- 1<sup>re</sup> position = 7 points
- 2<sup>e</sup> position = 5 points
- 3<sup>e</sup> position = 4 points
- 4<sup>e</sup> position = 3 points
- 5<sup>e</sup> position = 2 points
- 6<sup>e</sup> position = 1 point

**12.3** La somme des points obtenus pour chacun des concurrents d'un établissement d'enseignement par épreuve et par catégorie déterminera le rang de ce dernier.

**12.4** La compilation finale des points par établissement d'enseignement s'effectuera à partir des points obtenus par la meilleure équipe (par catégorie/sexe).

## ARTICLE 13 - BRIS D'ÉGALITÉ

**13.1** Les bris d'égalité seront déterminés en vertu des règlements de la Fédération d'athlétisme du Québec.

**13.2** Dans les situations où le bris d'égalité s'avère impossible, le même rang donnera droit au même nombre de points ainsi qu'aux mêmes récompenses.

## **RÈGLEMENTS SPÉCIFIQUES AUX ÉPREUVES**

### **ARTICLE 14 - SPRINT (60 m, 150 m et 400 m)**

- 14.1** Pour l'épreuve de 60 mètres, chaque établissement peut inscrire un maximum de 4 élèves athlètes par catégorie par sexe.
- 14.2** Aucun préliminaire n'est prévu, le classement sera effectué à partir du chronométrage des élèves athlètes.
- 14.3** Les courses de 60 m se tiendront en corridor.
- 14.4** Les courses de 150m et plus se dérouleront comme une épreuve de demi-fond.

### **ARTICLE 15 - COURSES (800 m,1200 m)**

- 15.1** S'il y a moins de 10 élèves athlètes dans une catégorie pour ces épreuves, il y aura un jumelage de catégories de façon systématique (deux catégories peuvent être jumelées, mais le nombre total d'athlètes pour l'épreuve ne doit pas être supérieur à 20).
- 15.2** Si on prévoit dépasser ce nombre, il est impératif que les athlètes proviennent de la même catégorie et qu'ils soient de même sexe.

### **ARTICLE 16 - HAIES**

| <b>Catégorie</b>          | <b>Distance (mètres)</b> | <b>Nombre de haies</b> | <b>Hauteur (pouces)</b> | <b>Début à la 1<sup>re</sup> haie (mètres)</b> | <b>Entre haies (mètres)</b> | <b>Dernière à l'arrivée (mètres)</b> |
|---------------------------|--------------------------|------------------------|-------------------------|--|-----------------------------|--------------------------------------|
| <b>Moustique féminin</b>  | 60                       | 6                      | 24                      | 12   | 7                           | 13                                   |
| <b>Moustique masculin</b> | 60                       | 6                      | 24                      | 12   | 7                           | 13                                   |

### **ARTICLE 17 - LANCER DU POIDS**

- 17.1** La pesantur du poids est conforme aux règles officielles pour chacune des catégories. Par ailleurs, chaque athlète effectuera 2 lancers et il n'y aura pas de finale dans cette épreuve.

## ARTICLE 18 - LANCER DE LA BALLE SANS ÉLAN

18.1 La balle qui est conforme aux règles officielles est la balle de softball. Par ailleurs, chaque athlète effectuera 2 lancers et il n'y aura pas de finale dans cette épreuve.

## ARTICLE 19 - SAUT EN LONGUEUR

18.1 La planche d'appel sera remplacée par une zone d'appel d'un mètre. (P4-P5-P6)  
 \*Saut en longueur sans élan (P3)

18.2 Chaque athlète effectuera deux sauts.

18.3 Cette épreuve ne comporte pas de finale.

18.4 Le standard de mesure s'appliquera pour tous les sauts.  
Standard de mesure (exprimé en mètres)

| Catégorie         | Filles | Garçons |
|-------------------|--------|---------|
| Moustique (P5-P6) | 2      | 2,25    |
| Colibri (P4)      | 1,75   | 2       |

## ARTICLE 19 - SAUT ENHAUTEUR

19.1 L'athlète est éliminé à la suite de 2 essais consécutifs ratés.

19.2 L'athlète qui rate un essai devra ré-essayer son 2<sup>e</sup> essai immédiatement après son premier.

19.3 Hauteur de départ et élévation : à partir d'une hauteur de 0,95 m puis élévation progressive de la barre de 5 cm, jusqu'à ce qu'il reste 3 participants; élévation finale au choix des 3 derniers participants, tout en maintenant une élévation minimum de 2 cm.

| Catégorie             | P4F   | P4M  | P5F  | P5M  | P6F  | P6M  |
|-----------------------|-------|------|------|------|------|------|
| Hauteur de départ     | 95 cm | 1m   | 1m   | 1m05 | 1m05 | 1m10 |
| Élévation progressive | 5 cm  | 5 cm | 5 cm | 5 cm | 5 cm | 5 cm |

## ARTICLE 20 - RELAIS

- 20.1 Les relais auront lieu vers 16h seulement si l'horaire le permet. La décision sera prise par le comité organisateur au courant de la journée.
- 20.2 Lors de l'inscription des équipes sur la plateforme S1, l'entraîneur doit signifier son intention de participer aux relais pour chacune des catégories et sections. (voir l'onglet « Relais » lors de la sélection d'épreuves par athlète).
- 20.3 L'entraîneur doit aussi remplir le « Formulaire d'identification des coureurs de relais » disponible sur notre site Internet et l'envoyer au RSEQ par courriel avant la date limite d'inscription.
- 20.4 Des modifications pourront être apportées sur place en cas de blessures ou d'absence.
- 20.5 Un maximum de 1 équipe par établissement scolaire dans chaque catégorie/sexe sera admise.
- 20.6 Les résultats des relais ne sont pas comptabilisés dans les classements.

## ARTICLE 21 - RÈGLEMENTS OFFICIELS

- 21.1 Le championnat régional scolaire d'athlétisme est soumis aux règlements de la Fédération d'athlétisme du Québec. (<http://www.iaaf.org/about-iaaf/documents/rules-regulations>).
- 21.2 Les règlements officiels du RSEQ ont préséance sur la réglementation de la Fédération québécoise d'athlétisme.
- 21.3 Les règlements administratifs du RSEQ Outaouais doivent être respectés.

## ARTICLE 22 - RÈGLEMENTS PERFORMANCES

- 22.1 Les vagues en courses seront faites selon les performances fournies par l'entraîneur sur S1. Si aucune performance ne peut être donné l'élève athlète se retrouve dans les groupes sans temps.
- 22.2 Pour les pelouses, le même règlement s'applique.

## ANNEXE 1 - TABLEAUX DES ÉPREUVES

| ÉPREUVES         | Colibri P3    | Colibri P4 | Moustique féminin P5 & P6 | Moustique masculin P5 & P6 |
|------------------|---------------|------------|---------------------------|----------------------------|
| 60 m             | X             | X          | X                         | X                          |
| 150 m            | X             | X          | X                         | X                          |
| 400 m            | X             | X          | X                         | X                          |
| 800 m            |               | X          | X                         | X                          |
| 1200 m           |               |            | X                         | X                          |
| 60 m (haies)     |               |            | 24                        | 24                         |
| Hauteur          |               | X          | X                         | X                          |
| Longueur         | X (sans élan) | X (zone)   | X (zone)                  | X (zone)                   |
| Poids            |               |            | 2 kg                      | 2 kg                       |
| Balle (softball) | X (sans élan) | X          | X                         | X                          |
| 4 x 60 m         | X             | X          | X                         | X                          |

## ANNEXE 2 - PROGRAMME DE LA COMPÉTITION

### Journée de la compétition:

|               |   |
|---------------|---|
| 6 h 15        | Arrivée du comité organisateur                                      |
| 7 h 00        | Réunion du comité organisateur                                      |
| 7h45 à 8h15   | Arrivée des athlètes, entraîneurs et bénévoles                      |
| 8 h00 à 8 h20 | Accréditation des écoles (Tente RSEQ)                               |
| 8 h00         | Réunion des officiels   |
| 8 h25         | Réunion entraîneurs   |
| 8 h 40        | Les athlètes des premières épreuves se rendent à la ligne de départ |
| 8 h 50        | Début des compétitions  |
| 11 h 15       | Réunion entraîneurs   |
| En avant-midi | Début des remises de médailles (Tente RSEQ)                         |
| 16 h 30       | Fin des compétitions et départ des athlètes                         |

Un document d'information avec les derniers détails sera envoyé 2 à 3 jours avant la journée de compétition.