

Réglementation spécifique

**Cross-country
2026-2027**



**Modifications révisées
Août 2026**

RSEQ
OUTAOUAIS

TABLE DES MATIÈRES

ARTICLE 1.	CATÉGORIES D'ÂGE	3
ARTICLE 2.	GÉNÉRALITÉS – P3 ET P4 (COLIBRI)	4
ARTICLE 3.	GÉNÉRALITÉS – P5 ET P6 (MOUSTIQUE), BENJAMIN, CADET ET JUVÉNILE	4
ARTICLE 4.	VOLET COMPÉTITIF – CLASSEMENT	4
ARTICLE 6.	IDENTIFICATION	5
ARTICLE 8.	RÉGLEMENTATION SPÉCIFIQUE QUANT À LA COMPÉTITION	5
ARTICLE 9.	RÉCOMPENSES	6
ARTICLE 10.	CHAMPIONNAT PROVINCIAL	7
ARTICLE 11.	RÈGLEMENTS	7

DOCUMENT COMPLÉMENTAIRE IMPORTANT À LIRE : RÉGLEMENTATION ADMINISTRATIVE 2025-2026

ARTICLE 1. CATÉGORIES D'ÂGE

1.1 Les catégories d'âge sont celles décrétées par le RSEQ provincial pour l'année en cours.

Catégories	
P3 - Colibri	1 ^{er} octobre 2017 au 30 sept. 2018
P4 - Colibri	1 ^{er} octobre 2016 au 30 sept. 2017
P5 - Moustique	1 ^{er} octobre 2015 au 30 sept. 2016
P6 - Moustique	1 ^{er} octobre 2014 au 30 sept. 2015
Benjamin	1 ^{er} octobre 2012 au 30 sept. 2014
Cadet	1 ^{er} octobre 2010 au 30 sept. 2012
Juvenile	1 ^{er} juillet 2008 au 30 sept. 2010

1.2 Cependant, au niveau régional, les étudiants-athlètes au secondaire qui sont **nés entre le 1^{er} juillet 2007 et le 30 juin 2008** seront admis à titre de J7 si les conditions suivantes sont respectées :

- Être en voie d'obtenir un D.E.S.
- Fréquenter l'établissement scolaire au secteur jeunesse de son équipe pour l'année entière.

1.3 Un étudiant doubleur de 6^e année d'âge benjamin sera admis à titre de P7 et pourra participer au championnat régional avec son école primaire dans la catégorie P6.

1.4 Si un athlète J7 ou 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.

1.5 Les résultats de l'athlète J7 ou P7 comptent dans le pointage de l'école, mais l'élève n'a pas l'accès au championnat provincial.

1.6 L'athlète J7 ou P7 devra être ajouté sur S1 par le coordonnateur du RSEQ.

1.7 Les athlètes doivent respecter l'article 2 de la réglementation administrative du RSEQ Outaouais.

ARTICLE 2. GÉNÉRALITÉS – P3 ET P4 (COLIBRI)

- 2.1 L'athlète ne peut être sélectionné pour participer au championnat provincial.
- 2.2 Le nombre de participants est illimité.

ARTICLE 3. GÉNÉRALITÉS – P5 ET P6 (MOUSTIQUE), BENJAMIN, CADET ET JUVÉNILE

- 3.1 L'athlète peut être sélectionné pour participer au championnat provincial.
- 3.2 Le nombre de participants est illimité.

ARTICLE 4. VOLET COMPÉTITIF – CLASSEMENT

- 4.1 Pour toutes les catégories, le rang d'arrivée des cinq (5) premiers coureurs de chaque établissement sera comptabilisé pour le classement par équipe.
- 4.2 Un minimum de trois (3) coureurs sera nécessaire pour participer au classement par équipe.
- 4.3 Si un établissement d'enseignement n'a pas cinq (5) athlètes au fil d'arrivée, le pointage équivalent au nombre d'athlètes terminant la course, plus un sera accordé, pour chaque place libre dans l'équipe.
- 4.4 Le plus petit nombre de points cumulés déterminera le premier rang au classement des établissements d'enseignement.
- 4.5 Lorsque deux établissements d'enseignement ou plus termineront à égalité au classement général, c'est le rang du dernier coureur qui départagera le classement.
- 4.6 Le classement pour le primaire se fera par catégorie par sexe :
 - Colibri (P3 + P4) – Masculin
 - Colibri (P3 + P4) – Féminin
 - Moustique (P5 + P6) – Masculin
 - Moustique (P5 + P6) – Féminin

ARTICLE 5. DISTANCES PAR CATÉGORIE

Catégorie	Masculin	Féminin
Colibri (P3 et P4)	1600 m	1600 m
Moustique (P5 et P6)	2000 m	2000 m
Benjamin	3000 m	3000 m
Cadet	4000 m	4000 m
Juvenile	5000 m	5000 m

ARTICLE 6. IDENTIFICATION

- 6.1 L'athlète devra porter son dossard en avant de façon visible par les officiels durant la course.
- 6.2 L'athlète devra se présenter à la ligne de départ avec son dossard.

ARTICLE 7. L'APPEL DES CONCURRENTS

- 7.1 L'appel se fera cinq (5) minutes avant la course. Advenant un retard de l'athlète, ce dernier sera disqualifié automatiquement.

ARTICLE 8. RÉGLEMENTATION SPÉCIFIQUE QUANT À LA COMPÉTITION

- 8.1 Seuls les officiels et les coureurs "en course" pourront fréquenter les pistes.
- Aucune autre personne (entraîneurs, compétiteurs non actifs, spectateurs)** ne devra se trouver sur le parcours entre le signal du premier départ et la fin de la dernière course.
- 8.2 Lorsqu'un coureur déroge du parcours prévu, celui-ci sera automatiquement disqualifié.
- 8.3 Si une personne soutenait, de quelques façons que ce soit, un coureur durant la course, ce coureur serait automatiquement disqualifié.
- 8.4 Lorsqu'il y a plus de 300 athlètes dans une même catégorie, nous ferons alors 2 vagues de départ. À l'inverse, s'il y a un très petit nombre de participants dans une même catégorie, nous pouvons faire courir les filles et les garçons ensemble si la distance à parcourir est la

même.

ARTICLE 9. RÉCOMPENSES

9.1 Les trois (3) premiers coureurs de chacune des catégories recevront respectivement une médaille d'or, une médaille d'argent et une médaille de bronze :

- P3 (colibri) – Masculin
- P3 (colibri) – Féminin
- P4 (colibri) – Masculin
- P4 (colibri) – Féminin
- P5 (Moustique) – Masculin
- P5 (Moustique) Féminin
- P6 (Moustique) – Masculin
- P6 (Moustique) – Féminin
- Benjamin – Masculin
- Benjamin – Féminin
- Cadet - Masculin
- Cadet - Féminin
- Juvénile – Masculin
- Juvénile – Féminin
- Entraîneurs (primaire et secondaire)

9.2 Chaque catégorie aura une bannière :

- Colibri (P3 + P4) – Masculin
- Colibri (P3 + P4) – Féminin
- Moustique (P5 + P6) – Masculin
- Moustique (P5 + P6) – Féminin
- Benjamin – Masculin
- Benjamin – Féminin
- Cadet - Masculin
- Cadet - Féminin
- Juvénile – Masculin
- Juvénile - Féminin

ARTICLE 10. CHAMPIONNAT PROVINCIAL

10.1 Référez-vous à l'article 27 CHAMPIONNATS PROVINCIAUX SCOLAIRES de la réglementation administrative du RSEQ Outaouais pour connaître les modalités.

10.2 Le RSEQ Outaouais déléguera cinquante-deux (52) athlètes répartis par catégorie :

Catégorie	Féminin	Masculin
Moustique	5	5
Benjamin	7	7
Cadet	7	7
Juvenile	7	7

ARTICLE 11. RÈGLEMENTS

11.1 Les règlements officiels de cross-country sont ceux de la Fédération d'athlétisme du Québec.

11.2 Les règlements spécifiques ont préséance sur les règlements officiels.

11.3 Les règlements administratifs du RSEQ Outaouais se doivent d'être respectés.