

Cross-Country 2026

IMPORTANT

- A) Les autobus doivent se rendre au débarcadère devant l'école LJP. Les élèves marcheront jusqu'au site de compétition en faisant le tour de l'école. L'autobus sera ensuite orienté vers son lieu de stationnement. **Vous devez échanger votre numéro de téléphone avec votre chauffeur le matin car votre autobus ne sera pas au même endroit lors du départ.**
- B) Pour respecter la capacité d'occupation (norme en sécurité incendie) la salle communautaire sera réservée à l'accréditation, à la remise des enveloppes et comme vestiaire.
- C) Aucune école ne pourra installer son "quartier général" ou point de rassemblement dans la salle communautaire. Nous vous encourageons à avoir votre propre matériel, chapiteau, etc.
- D) La rencontre des entraîneurs aura lieu à la ligne de départ.
- E) L'accès aux sentiers de course est interdit avant, pendant et après les courses. Il n'y aura pas de reconnaissance du parcours.
- F) En cas de pluie ou d'orage, le championnat aura lieu. S'il y a des éclairs, les courses seront suspendues temporairement et seront reprises dès la fin de l'orage. Pour tout cas de force majeure, une décision sera prise sur place par le RSEQ et le comité organisateur.

51e CHAMPIONNAT SCOLAIRE RÉGIONAL DE CROSS-COUNTRY
ÉCOLE SECONDAIRE LOUIS-JOSEPH-
PAPINEAU
LUNDI 5 OCTOBRE 2026

1. Tous les athlètes des catégories moustiques, benjamines, cadettes et juvéniles pourront être sélectionnés pour représenter l'Outaouais lors du Championnat Scolaire Provincial.
2. Vous trouverez 3 cartes d'identifications dans vos enveloppes pour vos entraîneurs et accompagnateurs inscrits par école, leurs donnant accès à la ligne de départ avant chaque course.
3. Information pour accreditation:

Endroit:

- À la tente du RSEQ sur le site près du parcours

Heures:

- Écoles primaires (colibri et moustique) de 8h00 à 8h45.
- Écoles secondaires (benjamin, cadet et juvénile) de 11h30 à 12h30.

Pour des raisons de sécurité et de fonctionnement, aucune école secondaire ne sera acceptée sur le site avant 11h00).

4. Résultats: Les résultats non-officiels seront disponibles en direct sur le site du RSEQ Outaouais.

5. Médailles : Dans toutes les catégories, la remise des médailles se fera après l'épreuve.

Un diplôme du primaire en format PDF est disponible sur notre site.

6. Bannières

Les bannières seront distribuées dans les semaines suivant l'événement.

7. Réglementation : Celle-ci se retrouve sur le site du RSEQ.
[Reglements-specifiques-PS-Cross-Country-2026.pdf](#)

8. Premiers soins : Un service de premiers soins sera offert.

Il est fortement recommandé aux élèves d'avoir leur carte d'assurance-maladie.

9. Comité de protêt

Il sera composé de : Catherine Hunter (RSEQ Outaouais), Frédéric Ménard et MS-1 Timing.

10. Le parcours

La description du parcours se retrouvera sur le site du rseqoutaouais.ca

11. Cantine santé

Une cantine sera sur place.

12. **Horaire préliminaire** (sujet à changement selon le nombre d'inscriptions):

Heure (approx.)	Distance	Vague	Catégories
7h45 à 8h45			Accréditation pour le primaire (P3, P4, P5 et P6)
8h35			Réunion des entraîneurs (près du départ)
9h00	1600 m	1	Primaire 3 ^e année féminin (Colibri)
	1600 m	1	Primaire 3 ^e année masculin (Colibri)
	1600 m	1	Primaire 4 ^e année féminin (Colibri)
	1600 m	2	Primaire 4 ^e année féminin (Colibri)
	1600 m	1	Primaire 4 ^e année masculin (Colibri)
	1600 m	2	Primaire 4 ^e année masculin (Colibri)
	2000 m	1	Primaire 5 ^e année féminin (Moustique)
	2000 m	2	Primaire 5 ^e année féminin (Moustique)
	2000 m	1	Primaire 5 ^e année masculin (Moustique)
	2000 m	2	Primaire 5 ^e année masculin (Moustique)
	2000 m	1	Primaire 6 ^e année féminin (Moustique) et P7
	2000 m	1	Primaire 6 ^e année masculin (Moustique) et P7
11h30 à 12h30			Accréditation pour le secondaire
12h30			Réunion des entraîneurs (près du départ)
Après la rencontre	3000 m	1	Benjamin féminin
	3000 m	1	Benjamin masculin
	4000 m	1	Cadet féminin & Cadet masculin
	5000 m	1	Juvenile féminin & Juvenile masculin

*****IMPORTANT*****

Des catégories pourront être divisées ou jumelées en fonction du nombre d'athlètes inscrits dans une course. **Pour des raisons de logistique, à partir de 300 participants et plus, il y aura 2 vagues** pour une même catégorie qui partiront à 3 ou 4 minutes d'intervalle.

13. Championnat provincial
23 et 24 octobre 2026 à la Polyvalente Le Carrefour (Abitibi-Témiscamingue)

Des informations supplémentaires vous seront envoyées par courriel.

14. Renseignements supplémentaires :

Catherine Hunter - Coordonnatrice aux sports & saines habitudes de vie au RSEQ Outaouais
– chunter@outaouais.rseq.ca Téléphone: 819 643-6663 poste 207

Cross-Country 2026

IMPORTANT

- A) Buses should arrive at the front door of the LJP school. Students will walk around the school to the competition site. The bus will then be directed to its parking spot. You must exchange telephone numbers with your driver in the morning, as your bus will not be in the same place when it departs.
- B) To respect occupancy capacity (fire safety standards), the community hall will be reserved for accreditation, envelope delivery and changeroom use.
- C) No school will be allowed to set up its "headquarters" or assembly point in the Community Hall. We encourage you to bring your own equipment, marquee, etc.
- D) The coaches' meeting will take place at the starting line.
- E) Access to race tracks is prohibited before, during and after races. There will be no course reconnaissance.
- F) In the event of rain or thunderstorms, the championship will take place. In the event of lightning, the races will be temporarily suspended and resumed as soon as the storm subsides. In the event of a major storm, a decision will be taken on site by the RSEQ and the organizing committee.

51e CHAMPIONNAT SCOLAIRE RÉGIONAL DE CROSS-COUNTRY
ÉCOLE SECONDAIRE LOUIS-JOSEPH-
PAPINEAU
MONDAY OCTOBER 5, 2026

1. All athletes in the moustique, benjamine, cadette and juvenile categories may be selected to represent the Outaouais region at the Provincial School Championships.
2. You will find 3 identification cards in your envelopes for your coaches and chaperones registered per school, giving them access to the starting line before each race.
3. Information for accreditation:
 - a. **Location:**
 - At the RSEQ tent near the course
 - b. **Hours:**
 - Elementary schools (Colibris and Moustique) from 8:00 am to 8:45 am.
 - Secondary schools (benjamin, cadet and juvenile) from 11:30am to 12:30pm.
 - c. For safety and operational reasons, no secondary schools will be accepted on site before 11:00 a.m.).
4. **Results:** Unofficial results will be available online on the RSEQ Outaouais website.
5. **Medals:** In all categories, medals will be awarded after the event.
 - d. A diploma in PDF format is available on our website.
6. **Banners**
 - e. Banners will be distributed in the weeks following the event.
7. **Rules:** These can be found on the RSEQ website. [Reglements-specifiques-PS-Cross-Country-2026.pdf](#)
8. **First aid:** A first aid service will be available.
 - f. It is strongly recommended that students have their health insurance card.

9. **Protest Committee**

- g. It will be composed of : Catherine Hunter (RSEQ Outaouais), Frédéric Ménard and MS-1 Timing.

10. **The course**

- h. The course description will be posted on the rseqoutaouais.ca website.

11. **Healthy canteen**

- i. A canteen will be on site.

12. Preliminary schedule (subject to change depending on the number of registrations):

Time (approx.)	Distance	Waves	Categories
8h à 8h45			Accreditation for elementary school (P3, P4, P5, and P6)
8h35			Coaches meeting (near starting line)
9h00	1600 m	1	Feminine 3rd grade (Colibris)
	1600 m	1	Masculine 3rd grade (Colibris)
	1600 m	1	Feminine 4th grade (Colibris)
	1600 m	2	Feminine 4th grade (Colibris)
	1600 m	1	Masculine 4th grade (Colibris)
	1600 m	2	Masculine 4th grade (Colibris)
	2000 m	1	Feminine 5th grade (Moustique)
	2000 m	2	Feminine 5th grade (Moustique)
	2000 m	1	Masculine 5th grade (Moustique)
	2000 m	2	Masculine 5th grade (Moustique)
	2000 m	1	Feminine 6th grade (Moustique) and P7
	2000 m	1	Masculine 6th grade (Moustique) et P7
11h30 à 12h30			Accreditation for elementary school
12h30			Coaches meeting (near starting line)
After the meeting	3000 m	1	Feminine Benjamin
	3000 m	1	Masculine Benjamin
	4000 m	1	Feminine & Masculine Cadet
	5000 m	1	Feminine & Masculine Juvenile

*****IMPORTANT*****

Categories may be divided or paired according to the number of athletes registered in a race. For logistical reasons, from 300 participants and more, there will be 2 waves for the same category, starting 3 or 4 minutes apart.

13. Provincial Championship

October 23 and 24, 2026 at Polyvalente Le Carrefour (Abitibi-Témiscamingue)

Further information will be sent to you by e-mail.

14. For further information, please contact

Catherine Hunter- RSEQ Outaouais Sports & Healthy Living Coordinator -
chunter@outaouais.rseq.ca Telephone: 819 643-6663 poste 207