

**CHEERLEADING**

**SPORT. ÉDUCATION. FIERTÉ.**

**IRSEQ**®

**CANTONS-DE-L'EST**

**INFORMATION AUX ÉQUIPES**

**Championnat régional**

Samedi 22 mars 2025

École secondaire du Triolet

## INFORMATIONS GÉNÉRALES

**DATE :** Samedi 22 mars 2025

L'horaire se trouve également sur le site internet du RSEQ-CE.

**LIEU :** École Secondaire du Triolet

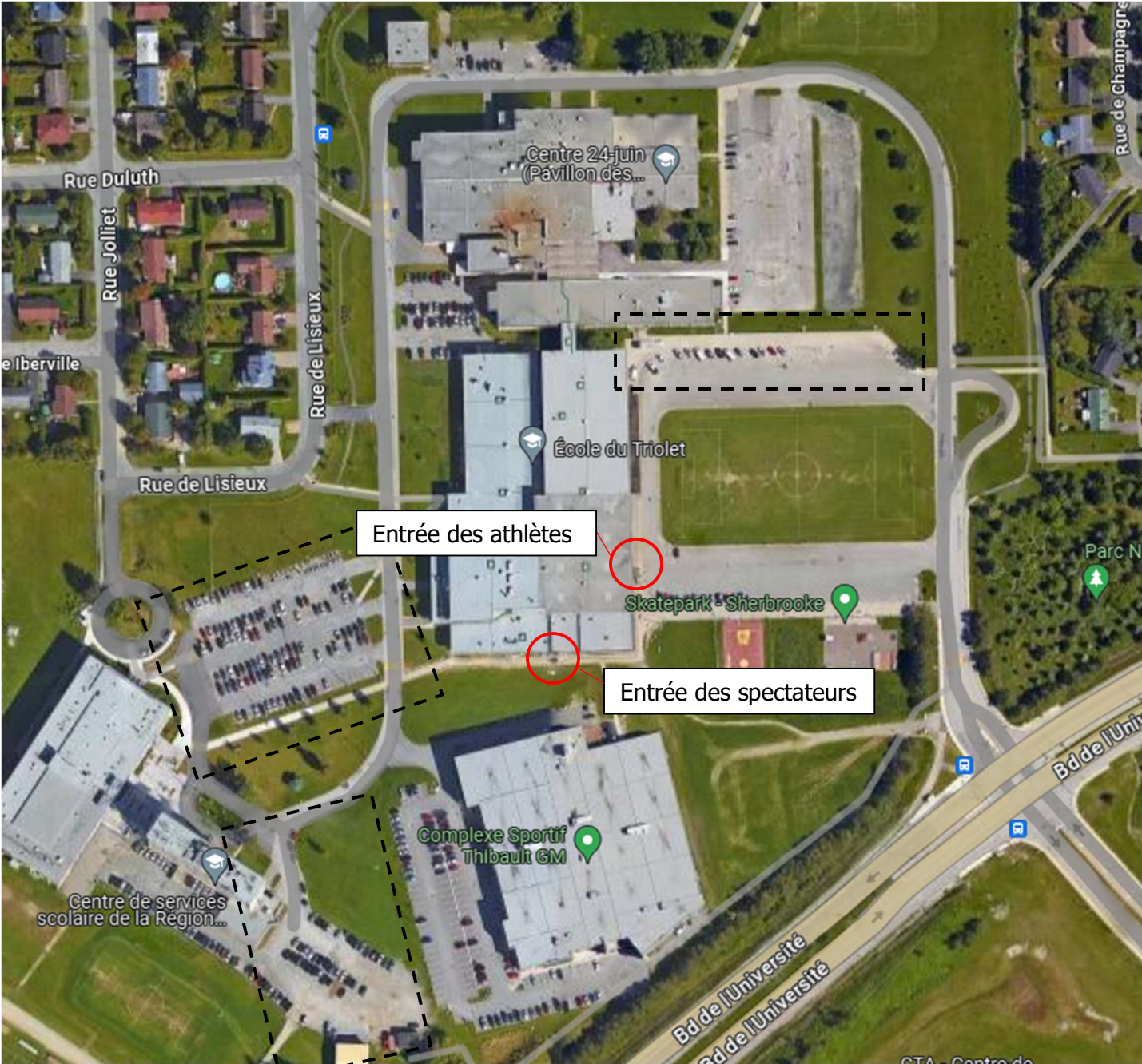
2965 boulevard de l'Université, Sherbrooke, Qc  
J1K 2X6  
819-822-5388

- ☞ L'entrée des athlètes se fera par l'entrée principale de l'école.
- ☞ L'entrée des spectateurs se fera par le bloc sportif. La porte est située sur le côté de l'école derrière l'aréna.
- ☞ Des stationnements sont disponibles autour de l'école et dans les rues avoisinantes gratuitement.

### Entrée des athlètes



## Plan extérieur du site de compétition



Zone de stationnement

## BILLETTERIE

☞ Ouverture de la billetterie à **partir de 9h00**

BILLET	COÛT
Adulte	10 \$
Étudiant * (sur présentation d'une carte étudiante)	5\$
Enfant 12 ans et moins	Gratuit

**Argent comptant et débit accepté.**

## COMPORTEMENT ÉTHIQUE DES SPECTATEURS

- ☞ Les appareils photo des spectateurs seront tolérés seulement si **aucun « FLASH »** n'est utilisé.
- ☞ Aucune circulation autour de tapis de compétition ne sera tolérée, les spectateurs devront demeurer à leur place pour prendre des photos.
- ☞ Une section « FAN ZONE » sera aménagée pour les supporteurs, il est important de quitter la fan après le passage de votre équipe pour laisser la place aux autres

## ALIMENTATION

Il n'y aura aucun point de vente d'alimentation sur place. Nous vous demandons de manger à l'extérieur du gymnase. Des tables à l'extérieur du gymnase seront à votre disposition.

## INFORMATIONS POUR LES ÉQUIPES

### INSCRIPTION DES ÉQUIPES SUR S1 :

- **ATHLÈTES ET ENTRAINEURS\*\*** : Vendredi 14 mars 2025
- **MUSIQUE (SI CHANGEMENT)**: Vendredi 14 mars 2025  
(à envoyer par courriel à [lforcier@ce.rseq.ca](mailto:lforcier@ce.rseq.ca))

\*\* Chaque athlète devra apparaître sur la liste S1. Un athlète n'apparaissant pas sur S1 ne peut participer sans quoi l'équipe se verra attribuer la note de ZÉRO. Les entraîneurs peuvent valider leur liste d'athlètes avant la compétition en s'informant auprès de leur responsable des sports. Tous les entraîneurs/accompagnateurs doivent aussi apparaître sur la liste d'équipe, afin de pouvoir suivre l'équipe.

### COÛT D'INSCRIPTION

☞ Le coût d'inscription par équipe sera **500.00 \$**.

☞ **En cas de retrait** de vos équipes, votre école devra assumer des frais selon les articles suivants de nos règlements administratifs : 12.5 et 12.9

### ACCUEIL DES ÉQUIPES (selon l'horaire)

☞ **Respecter votre heure d'arrivée mentionnée sur l'horaire**

☞ L'entraîneur-chef de chaque équipe devra se présenter à la table d'accueil afin de signifier la présence de son équipe et recevoir les dernières informations sur le déroulement de la compétition. Les entraîneurs devront confirmer s'ils sont affiliés ou non.

☞ Vous aurez également un endroit spécifique pour vous changer et pour déposer vos sacs. Chaque équipe est responsable de ses objets de valeurs.

### RENCONTRE D'ENTRAINEURS

Nous organiserons une rencontre d'entraîneur le mercredi 19 mars à 18h30 via Teams.

## MUSIQUE :

☞ Chaque équipe est responsable de fournir **électroniquement** en format MP3 ou MP4, sa compilation de musique officielle, **avant le vendredi 14 mars à 23h59**. À envoyer seulement si celle-ci est différente de la musique utilisée lors de la première compétition.

À retourner par courriel : **lforcier@ce.rseq.ca**

☞ Le fichier devra être nommé comme suit :

**Nom de l'école\_Nom de l'équipe\_Catégorie et niveau**

☞ Il est de la responsabilité de l'équipe de s'assurer que la trame sonore est de bonne qualité. La qualité requise devrait être d'au **moins 256 Mo et plus**.

## HORAIRE - ÉCHAUFFEMENT ET PASSAGE OFFICIEL

☞ Nous demandons à toutes les équipes de respecter l'ordre de passage aux différentes stations. Tout retard entraîne directement une diminution de votre temps de pratique, jusqu'à son annulation.

☞ L'échauffement est obligatoire pour pouvoir faire votre performance.

☞ Il y aura 3 échauffements. Le premier se fera sur le spring floor de compétition. Le 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> se fera dans le circuit d'avant prestation et sera sur un dead mat. (tapis seulement sans spring floor)

## PREMIERS SOINS

☞ Il y aura une équipe de premiers soins disponible sur place pour soigner les athlètes blessés. Si vous apportez votre propre tape, **cela sera gratuit**. Sinon des tapings préventifs au coût de 5\$ pour un taping conventionnel et 10 \$ pour un taping élastique seront possibles. Vous devrez payer directement sur place en argent comptant.

Action Sport Physio  
Santé et mieux-être

## ALIMENTATION

- ☞ Les athlètes sont encouragés à apporter leur lunch. Les athlètes auront accès à des micro-ondes.

## KIOSQUE

- ☞ **Vente de boucles de cheerleading**

La compagnie Couette et Pirouette. Argent comptant, crédit et débit accepté.



- ☞ **Chandails RSEQ Cheerleading**

Un kiosque du RSEQ aura des crewnecks RSEQ Cheerleading en vente. Veuillez noter que ses chandails sont en quantités très limités. Aucune réservation. Premier arrivé, premier servi.



## CHAMPIONNAT PROVINCIAL SCOLAIRE

- ☞ Le provincial scolaire se déroulera le samedi **12 avril 2025** au Complexe sportif Promutuel Assurance à Trois-Rivières

**Bon succès à toutes les équipes !**

## RÈGLEMENTS EN VIGUEUR

- 1.1.1 Les règlements techniques et de sécurité de la Fédération québécoise de Cheerleading sont utilisés : <https://www.cheerqc.com/boite-a-outils/>
- 1.1.2 Les règlements spécifiques du [RSEQ-CE](#) ont préséance sur les règlements officiels.
- 1.1.3 Les règlements administratifs des événements scolaires régionaux du RSEQ Cantons-de-L'Est doivent être respectés : <http://www.ce.rseq.ca>

## FONCTIONNEMENT CRS

1. Le classement des équipes se fait selon une moyenne (75/25) des deux routines. 75% des points pour le meilleur pointage des deux passages et 25% pour l'autre passage.
2. Le classement des champions régionaux se calculera de la façon suivante : 10% de points à l'amical + 90% des points au CRS.
3. Des points de déductions pour le non-respect de la politique de l'image sont appliqués dès que l'équipe n'est pas conforme. Merci de prendre connaissance de cette politique (voir le site web de la FCQ).
4. Des médailles d'or et argent seront remises aux membres des équipes des catégories suivantes (1<sup>re</sup> et 2<sup>e</sup> position). De plus, une bannière de champion sera remise au 1<sup>re</sup> place de chaque catégorie. :
  - FCQ niveau 1
  - FCQ niveau 2
  - FCQ niveau 2ST
  - FCQ niveau 3ST