



GUIDE TECHNIQUE

Val St-Côme DH régional

27 JUIN 2026

VSC
DH RÉGIONAL

LES CHRONOS
DU FUTUR



PITTSTOP
VÉLO-CAFÉ

DEVINCI

1
ONE

BORÉALE 

MAXXIS



Discipline : DH

Date : Samedi 27 juin

Lieu : Val St-Côme, 501 Rue Val St Côme, Saint-Côme, QC J0K 2B0

Directeur de course : Patrick Chartrand – patrick.montem@outlook.com

Organisation : Alliance Gravité - info@laseriegravite.ca



Web : www.laseriegravite.ca

TABLE DES MATIÈRES

Présentation générale p.2

INTL & ENGLISH RIDERS p.2

Horaire p.3

Catégories et tarification p.3

Préinscriptions p.4

Communication p.4

Bénévoles p.5

Parcours p.5

Licence p.5

Licence FQSC p.5

Podium p.6

Droits d'accès aux sentiers p.6

Équipement p.6

Plaque de course p.6

Puce de chronométrage p.7

Offre alimentaire p.7

Règlements p.7

Stationnement p.7

Chrono du futur p.8

Mesures en cas de chute p.9

INTERNATIONAL & ENGLISH RIDERS

All events of the Gravity Series are open to riders from across the globe with a valid UCI license!

Come experience world-class vibe and racing —we can't wait to see you on the start line! Need help with the tech guide? Feel free to use AI tools for translation. Got questions? Reach out to the organizer anytime (Patrick)—we're happy to help. Make sure your insurance covers you for international mountain bike events before you travel. See you soon in La Belle Province!

PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Bienvenue à cette série toute première course de descente au bike park de Val St-Côme ! Cet événement régional se veut accessible par son parcours et son frais d'inscription abordable. En prime, il sera proposé un événement « Chrono du futur » destiné aux enfants de 5 à 10 ans, avec un parcours distinct adapté à leur âge.



HORAIRE

VENDREDI

9h à 17h	Piste de course fermée pour balisage et préparation
TBD	La remontée mécanique et le <i>bike park</i> sont ouverts
16h à 17h30	Bureau d'enregistrement
TBD	Étude de parcours à pied

SAMEDI

8h à 9h	Étude de parcours à pied avec remontée mécanique
8h à 10h	Bureau d'enregistrement
9h à 11h	Entraînement - Groupe B
11h à 13h	Entraînement - Groupe A
13h30	Courses
Fin de la course +30min	Podiums

*2 descentes obligatoires en entraînement

*Le bureau d'enregistrement sera situé aux tentes de la Série Gravité prêt du chalet.

*La liste de départ sera envoyée par WhatsApp après la fermeture du bureau d'enregistrement.

*L'horaire peut varier selon le nombre d'inscrits.

CATÉGORIES ET TARIFICATION

Catégorie H/F	Âge et année de naissance	Tarif
U13	11-12 (2014-2015)	50\$
U15	13-14 (2012-2013)	50\$
U17	15-16 (2010-2011)	50\$
Sport	17 et + (2009 et -)	50\$
Junior Expert	17-18 (2008-2009)	60\$
Senior Expert	19-34 (1991 à 2007)	60\$
Maitre Expert	35 et + (1991 et -)	60\$
Elite	19 et + (2007 et -)	70\$

Détails sur la tarification

Frais d'accès au remonte-pente en sus (si vous n'avez pas d'abonnement de remontées).

Le frais administratif de la plate-forme d'inscription s'ajoute au montant à payer.

Les taxes sont incluses dans le tarif.

Inscription tardive + 20\$ (à partir du 25 juin)

Détails sur les catégories

L'âge est celle du participant au 31 décembre 2026.

La catégorie *Sport* s'applique aux participants ayant pas ou peu d'expérience en course de descente et/ou d'enduro et que si applicable, évoluera sur la variante de parcours plus accessible.

La catégorie *Expert* s'applique aux athlètes ayant quelques années d'expérience en compétition, disposant d'un temps plus limité pour l'entraînement et qui souhaitent évoluer sur le parcours le plus avancé proposé.

La catégorie *Elite* s'applique aux participants ayant beaucoup d'expérience en course.



Catégorie U13

Les participants de cette catégorie devront compléter au moins une descente en compagnie d'un entraîneur certifié FQSC (entraîneur de club par exemple) afin de pouvoir participer à la course. Il s'agit d'un requis de la FQSC afin de valider la sécurité de ces jeunes coureurs.

Si le participant est membre d'un club affilié à la FQSC et qu'un entraîneur certifié de son club est présent à la course, il peut faire cette étude de parcours obligatoire avec cet entraîneur. Cet entraîneur devra alors mentionner au bureau d'enregistrement le nom des athlètes qu'il encadrera.

Tous les participants doivent avoir une décharge remplie à leur nom par leur adulte référent.

[FORMULAIRE DE DÉCHARGE](#)

[RÈGLEMENTATION COMPLÈTE](#)

INSCRIPTIONS

Les pré-inscriptions termineront le **mercredi 24 juin à minuit**.

Inscriptions tardives possibles (+20\$) jusqu'au samedi 9h.

Places limitées

Les inscriptions sont non-remboursables après la fermeture des pré-inscriptions.

[INSCRIPTION](#)

COMMUNICATION

Afin de faciliter la communication entre les organisateurs, les coureurs et les membres supporteurs des athlètes (entraîneurs et parents), nous vous invitons fortement à rejoindre le groupe WhatsApp suivant en cliquant sur le lien ci-dessous.

[WHATSAPP](#)

BÉNÉVOLES

Les bénévoles sont essentiels à la tenue et au succès d'un événement. Vous désirez vous impliquer ? Remplissez le formulaire suivant et nous vous contacterons pour tous les détails.

[FORMULAIRE D'INSCRIPTION BÉNÉVOLE](#)

En tant que bénévole, obtenez :

- 50% de rabais sur l'inscription
- Un lunch et surprises de nos partenaires



PARCOURS

Le parcours sera communiqué au plus tard dans la semaine précédant l'événement.

Le parcours sera de niveau intermédiaire. Il ne s'agira pas du même parcours que celui à la Coupe du Québec.

Le parcours sera balisé au cours de la journée du vendredi.

LICENCE FQSC

Étant un événement sanctionné par la Fédération Québécoise des Sports Cyclistes (FQSC), tous les participants doivent avoir une licence FQSC pour l'événement.

Si vous possédez une licence FQSC annuelle, vous devrez lors de votre inscription, indiquer votre numéro de licence à 5 chiffres qui est précédé par QC se trouvant à l'endos de votre licence. Soyez prêt à présenter votre licence au moment de récupérer votre plaque et votre puce.

Toutes les personnes qui ont fait une demande de licence en ligne et qui n'ont pas reçu leur licence électronique devront présenter un justificatif de paiement le matin de la course pour récupérer leur plaque et leur puce.

Si vous ne possédez pas une licence FQSC annuelle, vous devrez vous procurer une licence journalière qui sera valide uniquement pour l'événement en question. **Faites l'achat de cette licence au même moment qu'à votre inscription en ligne à la course.**

Les accompagnateurs, vous pouvez faire l'achat d'une licence d'événement ci-bas.

LICENCE
D'ÉVÉNEMENT

PODIUM

Les prix seront remis uniquement aux gens présents lors de la cérémonie de podiums.

Podium pour le top 5 de toutes les catégories.

DROIT D'ACCÈS AUX SENTIERS

Tous les participants doivent avoir un droit d'accès aux sentiers du [bike park Val-St-Côme](#).

Si un participant n'est pas détenteur d'un abonnement vélo, il devra faire l'achat d'un billet journalier afin d'avoir accès au remonte-pente pour les pratiques et la course.

Ce billet à prix préférentiel devra être en ligne acheté avec un lien privé qui vous sera envoyé par courriel dans la semaine de l'événement.

ÉQUIPEMENT

Tous types de vélo de montagne sont acceptés (descente, enduro, semi-rigide).
Le vélo doit être fonctionnel, sécuritaire et posséder des embouts de guidon.

Matériel de protection obligatoire :

Casque intégral (*fullface*)

Gants longs

Protection dorsale ou sac d'hydratation AVEC PROTECTION DORSALE INTÉGRÉE

Protection de genoux et de **coudes**

PLAQUE DE COURSE

NOUVEAUTÉ ! Tous les événements de la Série Gravité utiliseront une même **plaque réutilisable**. Un **vinyle autocollant avec votre numéro sera apposé dessus** ! La plaque est au coût de 10\$ et payable lors de l'inscription en ligne.

Vous aurez le même numéro à tous les événements de la Série Gravité One Up.

Il est à noter que la plaque BOX est compatible avec nos vinyles autocollants. Vous n'aurez donc pas à faire l'achat d'une plaque.

La plaque devra être installée sur le devant du guidon lors des entraînements et lors des courses.

Si vous oubliez votre plaque, vous pourrez vous en procurer une nouvelle directement au bureau d'enregistrement au coût de 10\$ (comptant ou virement Interac)

Aucune modification de la plaque n'est permise. En cas de modification, un coureur devra faire l'achat d'une nouvelle plaque.

PUCE DE CHRONOMÉTRAGE

La puce devra être installée sur le côté **DROIT** de votre guidon.

Chaque participant aura la responsabilité de redonner sa puce **dès la fin de sa course** afin d'accélérer la sortie des résultats.

La puce vous sera remise désactivée au bureau d'inscription.

Elle sera activée dans la file d'attente pour votre descente de course.

Un coureur se verra chargé un frais de 140\$ pour une puce de chronométrage brisée, perdue ou non-retournée.

OFFRE ALIMENTAIRE

Service de restauration disponible sur place au chalet principal Pause Oxygen avec options déjeuner (à confirmer), dîner et bar selon les heures d'ouverture de la station.



RÈGLEMENTS

Un bon comportement sportif, de savoir-vivre et de respect envers tous et chacun est attendue de tous les participants, bénévoles, commissaires et autres personnes étant impliqués dans l'événement.

Pour le respect de l'environnement, les *tear-off* de lunettes ne sont pas permises.

Aucun déchet ne doit être laissé au sol. Ne laisser aucune trace !

Couper le sentier en ne respectant pas la rubalise amène une disqualification.

Un coureur plus lent qui se fait rattraper doit céder le passage le plus rapidement possible lorsque jugé sécuritaire.

Vous acceptez, en faisant office de bonne foi, que ceci n'est pas une liste complète de tous les règlements pouvant prendre place. Les organisateurs se réservent le droit d'ajouter ou modifier les règlements en tout temps.

Une personne ne respectant pas un règlement recevra un avertissement et/ou une pénalité et/ou une disqualification.

[Règlements de la FQSC](#)

HÉBERGEMENT

Oxygen Saint-Come

Site web : <https://oxygenstcome.com/> À mettre de l'avant comme option principale d'hébergement à proximité de la montagne.

Van Life / Camping en stationnement

Possibilité de dormir en van dans le stationnement de la station avec accès à l'eau et aux toilettes 24/7.



LES CHRONOS DU FUTUR

Un avant-goût de la vraie descente, en mode récréatif!

Les riders du futur se lancent le défi d'un parcours vert ou bleu, chronométré comme les grands. L'objectif : éveiller le plaisir de la vitesse, tout en apprenant à la maîtriser intelligemment et en s'amusant.

POUR QUI ?

Les 5 à 10 ans.

Tous les participants devront être accompagnés d'un adulte lors des pratiques et lors des courses. Possibilité d'être un adulte pour 2 enfants.

HORAIRE

8h à 10h : Bureau d'enregistrement sous la tente La Série Gravité devant le chalet du Lac

9h à 12h : Pratique libre avec accompagnateur

13h15 : Riders meeting **obligatoire** avec accompagnateurs au départ du parcours.

13h30 : Premier départ (du plus vieux au plus jeune)

14h30 : Remise prix de participation, cadeau et photo

PARCOURS

Il s'agira d'un parcours en bas montagne sur une piste verte ou bleu accessible par une piste de montée ou par la chaise.

ACCÈS AUX SENTIERS

Les participants et accompagnateurs doivent avoir un accès aux sentiers.

Se référer plus haut à la section DROITS D'ACCÈS AUX SENTIERS pour plus d'informations.

ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE

Casque avec mâchoire intégral, plastron, protections de genoux et de coudes, gants et embouts de guidon.

Vélo adapté au vélo de montagne.

PRÉ-INSCRIPTION

Pré-inscriptions jusqu'au mercredi 24 juin à minuit. (25\$).

Les inscriptions sur places possibles (+10\$).

AUTRES

LICENCE FQSC : obligatoire, se référer au point LICENCE plus haut.

Les accompagnateurs doivent avoir une licence FQSC.

PLAQUES : se référer au point PLAQUE DE COURSE plus haut.

PUCES DE CHRONOMÉTRAGE : Se référer au point PUCE DE CHRONOMÉTRAGE plus haut.

[INSCRIPTION](#)

MESURES EN CAS DE CHUTE

▲ PLAN D' ACTIONS - ÉVÉNEMENT DE VÉLO DE MONTAGNE

Pour les premiers répondants sur le lieu d'une chute.

ÉTAPE 1 : En cas de chute → Observez.

- Restez à l'extérieur des rubalises
- Attendez quelques instants pour voir si le participant se relève par lui-même
- Si le participant, n'est pas en mesure de se relever ou de se déplacer par lui-même et/ou qu'il est dans une position à risque avec l'arrivée d'un prochain participant et/ou qu'il présente des signes de blessures majeures

(Ex : Fracture, coup à la tête, cou ou dos, saignement important, incapacité à se déplacer, perte de conscience)

↓ Passez à l'étape 2.

ÉTAPE 2 : En cas de blessure majeure → Intervenez ! 📍

- Restez calme et sécurisez le blessé (signalez l'accident aux autres cyclistes en amont de la piste).
- Informez un marshal en bordure de piste ou mandatez quelqu'un pour le faire.
- Ne déplacez pas la personne blessée, sauf si elle est en danger immédiat.
- Notez l'emplacement précis (se référer aux pancartes de marshal ou obstacle de la piste) et le numéro de plaque du participant.
- Appelez le numéro d'urgence de l'événement : [819-640-9701].
- Demeurez sur place jusqu'à l'arrivée des secours

📞 CONTACTS D'URGENCE

RESSOURCE NUMÉRO

Organisateur [Patrick Chartrand – 819-640-9701]

✅ CONSEILS DE PRÉVENTION

- Ayez toujours un téléphone chargé et sur vous.
- Connaissez les principaux points de repère du parcours.
- Signalez à l'organisateur ou au responsable sécurité de l'événement tout comportement ou situation jugée inadéquate et pouvant porter préjudice à la personne ou à autrui.



LA SÉRIE
GRAVITÉ
ONE



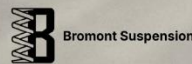
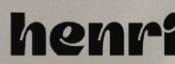
DEVINCI **BORÉALE** **MAXXIS®**

PARTENAIRE OR



Sweet Protection

PARTENAIRE ARGENT



PARTENAIRE BRONZE

fast action bike cleaner



10

