



FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DES SPORTS CYCLISTES  
4545, av. Pierre-de-Coubertin, Montréal, (QC) H1V 0B2  
www.fqsc.net  
info@fqsc.net

## ÉQUIPE DU QUÉBEC PARACYCLISTE PROGRAMME D'ACTIVITÉS 2018-19

### CONSIDÉRATIONS IMPORTANTES:

Tous les projets de l'équipe du Québec sont conditionnels à leur financement. Les projets qui suivent constituent des projections faites à partir des revenus escomptés (subventions et commandites).

Le nombre d'athlètes identifiés pour les différents projets constitue un maximum. Ce nombre peut varier à la baisse si le Comité du développement et de l'élite juge que le nombre d'athlètes compétitifs pour le dit projet est inférieur au nombre maximum établi.

Dans le cas de certains projets, les athlètes excellence (brevetés) sont présélectionnés dans la discipline pour laquelle ils ont obtenu un brevet (route ou piste).

Toute présélection est de plus conditionnelle à ce que les athlètes concernés démontrent un niveau de compétition suffisant pour représenter adéquatement l'équipe du Québec lors des projets en question.

Par ailleurs, le Comité du développement et de l'élite peut en tout temps retirer et/ou remplacer un athlète sélectionné sur un projet de l'équipe du Québec, s'il juge que l'athlète affiche un comportement ou fait preuve d'une attitude qui contrevient à l'esprit de l'équipe du Québec.

Exceptionnellement, le Comité du développement et de l'élite pourra augmenter le nombre d'athlètes qui représenteront le Québec dans un ou l'autre des projets. Le cas échéant, cet athlète constituera un choix de comité.

Enfin, il importe de mentionner que tous ces projets feront l'objet d'une contribution de la part des athlètes (nourriture, hébergement, . . .). Cette contribution est essentielle pour la réalisation de ces projets. Les conditions de participation de la part des athlètes seront précisées à ces derniers suite à la sélection finale pour chaque projet.

## **1.0 CENTRE NATIONAL D'ENTRAÎNEMENT**

### PISTE

Le Centre national de cyclisme de Bromont (CNCB) est considéré comme le Centre national au niveau du paracyclisme au Canada, tant en raison de la présence d'un vélodrome, que de celle de l'entraîneur national en chef, Sébastien Travers et de l'entraîneur national adjoint en paracyclisme, Guillaume Plourde.

Pour ce qui est de l'équipe du Québec, à défaut d'avoir un vélodrome intérieur, le vélodrome de Bromont constitue la meilleure avenue pour les athlètes afin de tenter de rencontrer les standards de l'équipe du Québec sur piste.

### ROUTE

Bien que le CNCB ne dispose pas d'installations spécifiques pour le développement du cyclisme sur route ou de chambres adaptées pour les personnes se déplaçant en fauteuil roulant, l'équipe du Québec conduira la majorité de ses activités de développement sur place et prendra des arrangements avec des établissements hôteliers à proximité pour les athlètes qui ont des besoins en terme d'accessibilité.

## **2.0 PROCESSUS DE SÉLECTION**

### **2.1 ROUTE (Performances et spécificité)**

Voici une description générale du processus de sélection des coureurs dans les différents projets de l'équipe du Québec. Comme vous pourrez le constater, la plupart des athlètes sont sélectionnés selon des critères automatiques, exception faite des choix de comité qui seront basés sur les critères d'évaluation mentionnés plus bas.

Le Comité du développement et de l'élite a réduit au minimum le nombre d'athlètes sélectionnés selon des choix de comité. Toutefois, en raison de la nature et des exigences du sport, il est impératif que le comité de sélection puisse procéder au choix de quelques athlètes dans le cadre des différents projets de l'équipe du Québec. Le paracyclisme sur route ne saurait être comparé à certains autres sports paralympiques, où les performances individuelles suffisent pour porter un jugement définitif sur la valeur d'un athlète et son importance au sein de l'équipe.

Voici les critères (8) sur lesquels les membres du comité de sélection s'appuieront pour effectuer les choix de comité.

- Exigences spécifiques de la course (parcours,...);
- Performance récente la plus élevée;
- Régularité dans l'obtention de performances élevées;
- Résultats antérieurs dans le cas d'un athlète blessé ou malade;
- Perspective d'être sélectionné sur des projets de l'équipe nationale;
- Progression affichée et possibilité de développement;
- Age et expérience;
- Comportement et attitude générale ou spécifique.

### **2.2 PISTE (standards de performance – épreuves chronométrées)**

Contrairement au paracyclisme sur route, il est beaucoup plus facile d'établir des standards de performance sur piste, dont on peut se servir à des fins de sélection. C'est d'autant plus facile que les épreuves aux Championnats canadiens en paracyclisme sur piste sont pour l'instant exclusivement des épreuves individuelles (poursuite, 500m/kilo).

Depuis l'acquisition du vélodrome olympique d'Atlanta en 2001, le CNCB (Bromont) est devenu un site de développement cycliste de premier plan pour la piste au Canada. Cette piste qui répond aux standards de l'Union cycliste internationale permet d'établir des comparaisons entre les performances réalisées sur cette piste avec d'autres vélodromes au Canada et ailleurs dans le monde.

## **CHAMPIONNATS CANADIENS**

La participation de l'équipe du Québec aux Championnats canadiens tient compte de deux objectifs principaux : la récolte de médailles et la sélection de coureurs québécois sur l'équipe canadienne en vue de compétitions internationales de haut niveau.

### **3.1 CHAMPIONNATS CANADIENS SUR ROUTE**

Saguenay, Québec ; 21 au 23 juin 2018

#### Processus de sélection

Tous les athlètes brevetés (en fonction de leurs résultats sur route) sont sélectionnés d'office pour les Championnats canadiens sur route. Pour les autres athlètes, ils devront réaliser le standard de vitesse présenté au tableau ci-joint dans une épreuve de CLM individuel, dont la distance devrait s'approcher des distances décrites au tableau plus bas.

#### Épreuves pour réaliser le standard:

1. 28-29/04 Défi Sportif Altergo
2. 05/05 G.P. Granby

Voici la vitesse moyenne que les athlètes devront maintenir (sur la distance de course mentionnée ci-bas) pour être considéré en vue d'une sélection. Cette vitesse correspond au standard de l'équipe nationale de développement de Cyclisme Canada.

Classe	Homme		Femme	
	Standard	Distance	Standard	Distance
Tandem	44,3	20,0	39,1	20,0
C5	42,0	15,0	37,5	15,0
C4	41,2	15,0	35,3	15,0
C3	39,3	15,0	27,0	15,0
C2	37,5	15,0	26,0	15,0
C1	36,0	15,0	22,0	15,0
H5	35,3	15,0	32,3	10,0
H4	34,6	15,0	29,6	10,0
H3	34,9	15,0	26,9	10,0
H2	27,4	10,0	15,0	10,0
H1	19,7	10,0	n/a	10,0
T2	31,1	10,0	22,0	10,0
T1	25,5	10,0	19,0	10,0

### 3.2 CHAMPIONNATS CANADIENS SUR PISTE

Milton, Ontario ; 13 au 15 avril 2018

#### Processus de sélection

Les athlètes qui ont pris part aux Championnats du Monde sur piste 2018 sont sélectionnés d'office. Pour les autres athlètes, ils devront réaliser au moins un des standards en temps présentés au tableau ci-joint lors des Championnats québécois sur piste 2017 ou lors d'une autre épreuve (Ontario Cup ou autre) où un chronométrage électronique est utilisé. Ces standards correspondent aux standards de l'équipe nationale de développement de Cyclisme Canada.

	Poursuite		Kilo/500m	
	Homme	Femme	Homme	Femme
Tandem	4:32,6	3 :44,2	1:07,0	1:15,1
C5	4:56,2	4 :06,4	1:11,7	0 :42,8
C4	5:04,9	4 :26,6	1:11,9	0 :44,9
C3	3:55,9	4:31,5	1:16,5	0 :47,0
C2	4:04,1	4:44,9	1:20,9	0 :49,1
C1	4:20,4	4:49,2	1:23,5	0 :49,3

### 3.3 COUPE DU MONDE – EMMEN

Emmen, Pays-Bas, 6 au 8 juillet 2018

L'équipe du Québec pourrait prendre part à cette tranche de la Coupe du Monde aux Pays-Bas. Pour être considéré aux fins de sélection, un athlète doit avoir réalisé le standard B de l'équipe nationale et ne pas avoir été sélectionné sur l'équipe nationale pour ce projet.

Le comité de sélection se réserve le droit de sélectionner un athlète qui n'aurait pas atteint le standard B, mais s'en serait approché, selon les considérations suivantes : progression de l'athlète, niveau de compétitivité dans la classe concernée.

#### Épreuves pour réaliser le standard:

1. 28-29/04 Défi Sportif Altergo
2. 05/05 G.P. Granby

### **3.4 COUPE DU MONDE – BAIE-COMEAU**

Baie-Comeau, Québec, 16 au 19 août 2018

Compte tenu du fait que le Québec accueillera une tranche de la Coupe du Monde de paracyclisme sur route, l'équipe du Québec sera présente avec quelques athlètes lors de cet événement.

Pour être considéré aux fins de sélection, un athlète doit avoir réalisé le standard de l'équipe du Québec, présenté ci-haut, qui correspond au standard de développement de cyclisme Canada.

Le comité de sélection se réserve le droit de sélectionner un athlète qui n'aurait pas atteint le standard de l'équipe du Québec, mais en était proche, selon les considérations suivantes : progression de l'athlète, niveau de compétitivité dans la classe concernée, expérience à acquérir dans une épreuve internationale de ce niveau.

#### Épreuves pour réaliser le standard:

- |    |          |                                  |
|----|----------|----------------------------------|
| 1. | 28-29/04 | Défi Sportif Altergo             |
| 2. | 05/05    | G.P. Granby                      |
| 3. | 21/06    | Championnats canadiens sur route |

### **3.5 PROJET D'ENTRAÎNEMENT ET DÉVELOPPEMENT**

Quelques dates sont à prévoir en 2018 selon les disponibilités. Les détails (emplacement, dates, ...) seront transmis via le site internet de la FQSC.

#### **Objectifs :**

Ces journées de développement/séances d'entraînement ont pour objectif d'offrir l'opportunité aux athlètes d'acquérir de l'expérience sous la supervision d'un entraîneur de l'équipe du Québec. Une rétroaction et un suivi seront effectués à la suite de ces activités pour assurer le bon développement des athlètes et qu'ils soient compétitifs dans les différentes disciplines sur route et sur piste. Lors des séances d'entraînement, il y aura à l'occasion l'utilisation d'une moto pour développer la vitesse et un service d'accompagnement lors des longues sorties sur la route.