



## **6. GUIDE DES SPORTS CYCLISTES**

### **CHAPITRE 6 - PARACYCLISME**

---

6.1	LES CLASSES ET DIVISIONS EN PARACYCLISME (CLASSIFICATION).....	2
6.2	GENRES D'ÉPREUVES .....	3
6.3	DISTANCES MAXIMALES.....	4
6.4	LICENCE .....	4
6.5	FRAIS D'INSCRIPTION.....	4
6.6	REMISE DE PRIX.....	4
6.7	AUTRES RÈGLEMENTS.....	5
6.8	VÉLO .....	5
6.9	CALENDRIER ET INTÉGRATION.....	5
6.10	RESSOURCES.....	6



Les règlements qui suivent s'appliquent à toutes les compétitions sanctionnées par la FQSC, ainsi qu'à tous les coureurs (licenciés du Québec ou de l'extérieur du Québec) qui y prennent part.

## 6.1 LES CLASSES SPORTIVES EN PARACYCLISME (CLASSIFICATION)

La classification en paracyclisme vise à assurer une compétition équitable en regroupant les cyclistes dans plusieurs classes sportives selon une évaluation de leur niveau de limitation fonctionnelle, de telle sorte que le succès de l'athlète en compétition dépende de l'entraînement, de la forme physique et du talent athlétique de la personne. La classification est essentielle afin de développer une concurrence loyale.

### 6.1.1 Les rôles de la classification :

- Déterminer l'éligibilité de la personne et
- Regrouper les athlètes dans des classes sportives.

Les athlètes sont classifiées selon le niveau fonctionnel de leur handicap. Les classes sportives sont déterminées en fonction du type de vélo utilisé (vélo régulier, vélo à mains, tricycle, tandem) et non en fonction du type de handicap.

### 6.1.2 Les types de handicap que l'on retrouve en paracyclisme sont :

- Personne amputée ou ayant un handicap congénital d'un ou plusieurs membres supérieurs ou inférieurs ;
- Personne ayant une déficience visuelle partielle ou totale ;
- Personne ayant une blessure cérébrale (paralysie cérébrale, accident vasculaire-cérébral ou traumatisme crânien). Ils utiliseront soit une bicyclette soit un tricycle selon la classe dans laquelle ils se retrouvent.
- Personne ayant un trouble moteur et se déplaçant en fauteuil roulant (paraplégique, tétraplégique, etc.).

Des prothèses spécifiques peuvent venir aider les cyclistes ayant une amputation ou un handicap congénital d'un membre supérieur ou inférieur.

Les différentes classes de paracyclisme sont donc réparties en 13 divisions (hommes + femmes) ici énumérées :

Classe	Type de vélo	Classes sportives
H	Vélo à mains	H1, H2, H3, H4 ; H5
T	Tricycle	T1, T2
C	Vélo régulier	C1, C2, C3, C4, C5
B	Tandem	B

### 6.1.3 Classes en fonction du type de vélo utilisé :

**C = Cycle** (vélo régulier avec ou sans adaptation)

Des bicyclettes pour les cyclistes ayant une blessure cérébrale légère ou une amputation ;

**T = Tricycle**

Des tricycles sont utilisés par les cyclistes ayant une blessure cérébrale et nécessitant une plus grande stabilité selon le degré de la limitation ;

**B = Tandem** (réservé aux athlètes ayant une déficience visuelle)

Des vélos tandems sont utilisés pour les cyclistes ayant une déficience visuelle alors qu'ils sont jumelés avec un pilote voyant ;

**H = Vélo à main**

Des vélos à main sont utilisés principalement par les cyclistes se déplaçant en fauteuil roulant ;

Selon la nature du handicap, les athlètes sont regroupés selon les classes sportives suivantes :

C (1-5),

H (1-5)

T (1-2)

B (une seule division).

La notation numérique correspond au degré de sévérité du handicap, selon un ordre croissant. Les hommes et les femmes sont classés de façon distincte.

Afin de s'assurer que la classification soit adéquate, les athlètes devront être évalués par un classificateur reconnu à cet effet. Se référer au Chapitre V du Titre XVI du Règlement UCI pour obtenir la description du profil des classes et divisions sportives en paracyclisme : [www.uci.ch](http://www.uci.ch).

**6.1.4 Classification**

Pour participer à une course provinciale, il n'est pas nécessaire d'avoir été classifié au préalable. L'athlète devra se référer au Chapitre V du Titre XVI du Règlement UCI pour obtenir la description du profil des classes et divisions sportives en paracyclisme : [www.uci.ch](http://www.uci.ch)

Il est toutefois nécessaire d'être classifié pour prendre part au Championnat canadien ou à un événement international (Coupe du Monde, Championnat du Monde). Une équipe de classificateurs sera généralement présente lors de ces événements pour évaluer les athlètes qui n'ont pas encore été classifiés.

**6.2 GENRES D'ÉPREUVES**

Pour une information détaillée des genres d'épreuve, se référer à la section route et piste du présent Guide.

**6.2.1 Épreuves de compétition en paracyclisme*****CYCLISME SUR ROUTE (TOUTES LES CLASSES)***

- Course sur route
- Contre-la-montre individuel
- Course par étapes
- Course à relais (classe H seulement)

***CYCLISME SUR PISTE (CLASSES B ET C)***

- Vitesse (classe B seulement)
- Vitesse par équipe (classe C seulement)
- Scratch (classe C seulement)
- Kilomètre/ 500m (contre-la-montre)
- Poursuite individuelle



### 6.3 DISTANCES MAXIMALES

#### 6.3.1 Épreuves sur route :

Classe/division	Maximum course sur route		Maximum CLM	
	Hommes	Femmes	Hommes	Femmes
B	120	100	35	30
C5	100	75	30	25
C4	100	75	30	25
C3	100	75	30	25
C2	75	60	25	20
C1	75	60	25	20
T2	40	30	20	15
T1	30	30	15	15
H5	80	80	30	30
H4	80	60	30	20
H3	80	60	30	20
H2	60	50	20	20
H1	60	50	20	20

#### 6.3.2 Épreuves sur piste :

Division	Distance Poursuite individuelle	
	Hommes	Femmes
B	4000 M	3000 M
C5, C4	4000 M	3000 M
C3, C2, C1	3000 M	3000 M

Division	Distance Kilomètre/500M	
	Hommes	Femmes
B	1000 M	1000 M
C5, C4, C3, C2, C1	1000 M	500 M

### 6.4 LICENCE

Une licence provinciale de développement est disponible pour chacune des classes paracyclistes au coût de 25\$. Pour les athlètes désirant prendre part à des courses nationales ou internationales ayant lieu au Québec ou ailleurs (ex. Championnat canadien, événements européens, etc.), ils doivent se procurer une licence CC/UCI auprès de la FQSC pour la somme de 55\$. Il en va de la responsabilité de chaque athlète de se procurer une licence de son association respective, soit : Parasports Québec, l'AQSPC et l'ASAQ.

### 6.5 FRAIS D'INSCRIPTION

Les frais d'inscription sont établis en fonction du type de course ainsi que du niveau de sanction. Pour un tandem, un seul frais d'inscription est chargé.

Type de sanction	Type de course	Frais
Interprovinciale	Critérium	20\$
	CLM	20\$
	Route	30\$
Championnats québécois		25\$/épreuve 45\$/2 épreuves



## 6.6 REMISE DE PRIX

Afin de favoriser le développement du paracyclisme, les organisateurs seront tenus de remettre obligatoirement des médailles pour les catégories paracyclistes. La remise de bourses est encouragée quoiqu'aucune exigence ne soit spécifiée à cet effet.

## 6.7 AUTRES RÈGLEMENTS

Idem aux règlements de route et piste

(Dossard permanent, discipline, roues pleines et à bâtons, casque rigide, ...)

## 6.8 VÉLO

La réglementation générale demeure la même en paracyclisme qu'en cyclisme sur route ou sur piste. Pour les particularités concernant l'équipement (tandem, tricycle, vélo à main et toute autre adaptation), consulter le Règlement paracyclisme qui se trouve à la section 16 des règlements UCI portant sur le paracyclisme ([www.uci.ch](http://www.uci.ch)). Le guidon droit est permis pour les tricycles. Pour les tricycles et les vélos à main qui n'ont pas de barre de protection derrière leur vélo, les coureurs devront prendre le départ de la course derrière le peloton.

## 6.9 CALENDRIER ET INTÉGRATION

### 6.9.1 CALENDRIER EN PARACYCLISME

Le calendrier de compétitions pour cyclistes avec un handicap compte un certain nombre de compétitions, dont un Championnat québécois sur route, ainsi que des activités d'entraînement à Québec et à Montréal.

### 6.9.2 INTÉGRATION DES PARACYCLISTES AUX ÉPREUVES DU CALENDRIER RÉGULIER

Lors de compétitions de type contre-la-montre (individuel ou par équipe), il est facile d'inclure systématiquement dans l'horaire de compétition les athlètes en paracyclisme.

Pour les cyclistes qui ne présentent pas de problème important au niveau du contrôle de leur vélo (vélo régulier ou tandem), il est possible de les intégrer au sein d'un peloton, où le niveau est comparable aux capacités des cyclistes. Dans ce cas, une évaluation devrait être faite individuellement;

Pour les tricycles et les cyclistes à main, il n'est pas possible d'intégrer ces derniers dans les pelotons de coureurs réguliers. Il est alors recommandé de prévoir un départ décalé (une ou deux minutes) après le dernier peloton qui se trouve sur le parcours.

### 6.9.3 CHAMPIONNATS QUÉBÉCOIS ET CANADIENS DE PARACYCLISME

Les Championnats canadiens de paracyclisme sur route et sur piste sont généralement intégrés au programme régulier des Championnats canadiens sur route et sur piste, sauf exception.

Les Championnats québécois paracyclistes de paracyclisme sur route sont généralement intégrés aux Championnats québécois sur route Élite, ou se tiennent de façon distincte selon les années et la disponibilité des athlètes membres de l'équipe nationale.

**6.10 RESSOURCES****Parasports Québec**

Martin Gadouas, coordonnateur sportif

(514) 252-3108 #3647

[mgadouas@parasportsquebec.com](mailto:mgadouas@parasportsquebec.com)

[www.parasportsquebec.com](http://www.parasportsquebec.com)

**Association québécoise des sports pour paralytiques cérébraux**

José Malo, directrice générale

(514) 252-3143

[jmalo@sportpc.qc.ca](mailto:jmalo@sportpc.qc.ca)

[www.sportpc.qc.ca](http://www.sportpc.qc.ca)

**Association sportive des aveugles du Québec**

Nathalie Chartrand, directrice générale

(514) 252-3178 #3768

[nchartrand@sportsaveugles.qc.ca](mailto:nchartrand@sportsaveugles.qc.ca)

[www.sportsaveugles.qc.ca](http://www.sportsaveugles.qc.ca)

***POUR INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :***

Fédération québécoise des sports cyclistes : [www.fqsc.net](http://www.fqsc.net)

Cyclisme Canada : [www.cyclismecanada.ca/sport/paracyclisme](http://www.cyclismecanada.ca/sport/paracyclisme)

Union cycliste internationale : [www.uci.ch](http://www.uci.ch)

Comité international Paralympique : [www.paralympic.org](http://www.paralympic.org)

Comité paralympique canadien : [www.paralympic.ca](http://www.paralympic.ca)

Association québécoise des sports en fauteuil roulant : [www.parasportsquebec.com](http://www.parasportsquebec.com)

Association québécoise de sports pour paralytiques cérébraux : [www.sportpc.qc.ca](http://www.sportpc.qc.ca)

Association sportive des aveugles du Québec : [www.sportsaveugles.qc.ca](http://www.sportsaveugles.qc.ca)

Règlements UCI paracyclisme : [www.uci.ch](http://www.uci.ch)

Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ) : [www.ophq.gouv.qc.ca/index.htm](http://www.ophq.gouv.qc.ca/index.htm)