

# Mini-marathon

## Défi sportif AlterGo 2021

### Règlements scolaires



# RÈGLEMENTS MINI-MARATHON

## 1 – Concept

Le Défi sportif AlterGo virtuel 2021 propose une compétition de mini-marathon le mercredi 28 avril 2021. Le concept : vous organisez votre propre mini-marathon au sein de votre école où les jeunes pourront courir 1km ou 3km et l'équipe du Défi sportif AlterGo fournira quelques bénévoles officiels pour soutenir votre équipe dans le chronométrage des épreuves. Vous pourrez courir selon l'horaire qui vous convient et avec le nombre de groupes/athlètes que vous désirez. Comme pour toutes les épreuves de sports scolaires virtuels, les participants inscrits recevront un dossard pour leur participation.

## 2 – Épreuves

| Distance | Style                   | Division   |
|----------|-------------------------|--|
| 1 km     | Course récréative       | Toutes limitations   |
| 1 km     | Course                  | Déficiência visuelle   |
| 1 km     | Course                  | Avec aide technique à la mobilité (ex : marchette, béquille, etc.) |
| 1 km     | Course                  | Avec handicap physique   |
| 1 km     | Course                  | Sans handicap physique   |
| 1 km     | Fauteuil roulant manuel | Avec handicap physique   |

|      |             |                        |
|------|-------------|------------------------|
| 1 km | Vélo adapté | Avec handicap physique |
| 1 km | Tricycle    | Avec handicap physique |
| 3 km | Course      | Toutes limitations     |

### 3 – Inscriptions

Il n’y a pas de limite d’inscription d’athlètes par école. Une école peut inscrire le nombre de participants qu’elle souhaite.

Les épreuves de mini-marathon ne comptent ni comme épreuve individuelle, ni comme épreuve collective.

### 4 – Course récréative

Les athlètes participant à cette course ont le choix de marcher, de courir ou de se déplacer à l’aide de leur fauteuil, marchette, ou autre. **Un minimum d’effort physique est exigé de la part de tous les athlètes selon leur capacité individuelle, ainsi que de la part des intervenants qui y participent.**

**Il n’y aura pas de temps officiel pour cette course, ni de remise de médailles.**

### 5 – 1 ou 3 km course

Catégories pour les athlètes peu importe la limitation fonctionnelle. Les divisions seront faites selon la limitation fonctionnelle inscrite à chacun des élèves.

## 6 – Épreuve du vélo adapté (1 km)

- **Pour cette épreuve, les athlètes peuvent utiliser un tricycle de compétition ou encore un vélo avec de grandes roues stabilisatrices à l'arrière. (Voir photo)**
- Les petites roues stabilisatrices de style commercial ne seront pas acceptées.
- Le port du casque est obligatoire.



## 7 – Épreuve du tricycle (1 km)

Seuls les tricycles adaptés à une seule vitesse peuvent être utilisés pour cette catégorie.



## 8 – Aide à la mobilité (1 km)

Catégorie pour les athlètes avec déficience physique qui ont besoin d'une aide à la mobilité (marchette, canne, etc.) pour se déplacer.

## 9 – Fauteuil roulant manuel (1 km)

Catégorie pour les athlètes avec déficience physique en fauteuil roulant manuel. Les jeunes en fauteuil roulant électriques doivent s'inscrire à la course récréative pour participer.



François Girouard  
Coordonnateur à la programmation sportive  
514 933-2739, ext. 242  
[francoisg@altergo.ca](mailto:francoisg@altergo.ca)

Jeremie Brisebois  
Directrice, sports et développement  
514 933-2739, ext. 221  
[jeremie@altergo.ca](mailto:jeremie@altergo.ca)



**defisportif.com**  
**#defisportifaltergo**