



**CAMP DE VITESSE / SPEED CAMP**  
**Club Mont Ste. Marie**  
**Circuit régional U16 & U18/U21**

<b>ÉPREUVE / DISCIPLINE:</b>	<b>Super G - Camp de Vitesse / Speed Camp</b>
<b>LOCATION / ENDROIT:</b>	<b>Mont Ste-Marie</b>
<b>DATE:</b>	<b>February 7-9 2024 / 7-9 février 2024</b>
<b>START / HEURE DE DÉPART:</b>	<b>9:00 / 9h00</b>
<b>PISTE / RUN:</b>	<b>Dustin Cook</b>
<b>ORGANISATION:</b>	<b>Mont Ste Marie</b>
<b>SANCTION:</b>	<b>Outasouais Ski Zone/National Capital Division</b>

FRANCAIS	ENGLISH
<b>INSTRUCTION POUR LES ATHLETES, PARENTS ET ENTRAINEURS</b>	<b>INSTRUCTIONS FOR ATHLETE, PARENTS AND COACHES</b>
<b>RÈGLEMENTS:</b> Les règlements de la FIS, de Alpine Canada Alpin, de la SQA et de la ZSO/DCN seront observés. Le traçage du parcours suivra les règles de la ZSO/DCN selon les règles de la FIS acceptables pour le jury.	<b>RULES</b> The FIS, Alpine Canada Alpin, SQA and OSZ/NCD rules will be observed. Course setting will follow the OSZ/NCD guidelines within FIS rules acceptable to the jury.
<b>EQUIPEMENT:</b> Tous les compétiteurs et précurseurs doivent porter un casque de protection pour l'entraînement officiel ainsi que pour la course qui respecte les spécifications d'équipement FIS. ICR 1007. Protections dorsales recommandées.	<b>EQUIPMENT:</b> All competitors and forerunners must wear a crash helmet for official training and for the race that meets the FIS Equipment Specifications. ICR 1007. Back protectors are recommended
<b>INSCRIPTION</b> Tous les coureurs ZSO et DCN éligibles seront inscrits à cet événement. (Voir <a href="http://www.skioutaouais.qc.ca">http://www.skioutaouais.qc.ca</a> ). En raison de problèmes de capacité, cet événement est fermé aux autres régions. Envoyez un avis d'ajouts ou de retraites à <a href="mailto:registration@clubmsm.com">registration@clubmsm.com</a> <b>au plus tard à 9h00, le lundi 5 février 2023.</b>	<b>REGISTRATION</b> All eligible OSZ and NCD racers will be registered in this event. (See <a href="http://www.skioutaouais.qc.ca">http://www.skioutaouais.qc.ca</a> ). Due to capacity issues, this event is closed to other regions. Send notice of additions or scratches to <a href="mailto:registration@clubmsm.com">registration@clubmsm.com</a> <b>no later than 9:00AM, Monday, February 5, 2023.</b>
<b>FRAIS D'INSCRIPTION</b> 200 \$, incluant le billet de remontée mécanique. Paiement électronique à <a href="mailto:payment@clubmsm.org">payment@clubmsm.org</a> (la réponse à la question de sécurité est ClubMSM) avant 20h00 le jour précédant la course, une transaction par équipe participante.	<b>REGISTRATION FEE</b> \$200 per athlete, including lift tickets, for 3 days. E-transfer to <a href="mailto:payment@clubmsm.org">payment@clubmsm.org</a> (using ClubMSM as the answer to the security question) before 8PM the day before the race, paid once by each participating team.
<b>Récupérations dossards &amp; billets :</b> 0800 h au secrétariat, situé dans le chalet principal. Récupérations des dossards par un seul représentant du club SVP. <b>Un montant de 50 \$ sera réclamé pour chaque dossard manquant. Veuillez noter que le billet et le dossard sera le même pour les 3 jours d'entraînement.</b>	<b>BIB &amp; LIFT TICKET PICK-UP:</b> 8:00 am at the Registration desk at the main lodge. Pick up of bibs by one representative of the club only please. <b>There will be a charge of \$50.00 for each missing bib. Please note that the ticket and bib number will be the same for all 3 training days.</b>
<b>Parents:</b> Les billets de remonté seront disponibles auprès de la montagne en ligne. <a href="http://www.montstemarie.com">www.montstemarie.com</a>	<b>Parents:</b> Lift tickets will be available online from the ski hill. <a href="http://www.montstemarie.com">www.montstemarie.com</a>
<b>RÉUNION ENTRAINEURS:</b> Pavillon d'arrivée à 8h45	<b>COACHES MEETING:</b> Finish Lodge at 8:45
<b>INFORMATIONS</b> Directeur d'épreuve : Ross Rowan-Legg <a href="mailto:rrowanlegg@gmail.com">rrowanlegg@gmail.com</a> ; administrateur: Nathalie Morin (7-9 février) <a href="mailto:nathalie_morin@hotmail.com">nathalie_morin@hotmail.com</a> et Tina McInnes (10-11 février), <a href="mailto:ts.mcinnnes@gmail.com">ts.mcinnnes@gmail.com</a>	<b>INFORMATION:</b> COR, Ross Rowan-Legg, <a href="mailto:rrowanlegg@gmail.com">rrowanlegg@gmail.com</a> ; Race Admin: Nathalie Morin (Feb 7-9) <a href="mailto:nathalie_morin@hotmail.com">nathalie_morin@hotmail.com</a> ; Tina McInnes (Feb 10-11) <a href="mailto:ts.mcinnnes@gmail.com">ts.mcinnnes@gmail.com</a>
<b>BÉNÉVOLES:</b> Veuillez contacter <a href="mailto:volunteers@clubmsm.com">volunteers@clubmsm.com</a> pour les demandes de bénévolat.	<b>VOLUNTEERS:</b> Please contact <a href="mailto:volunteers@clubmsm.com">volunteers@clubmsm.com</a> for volunteering inquiries.
<b>SOUPER des athlètes:</b> Veuillez noter qu'un souper pour tous les athlètes aura lieu au chalet principal le jeudi 8 février à 18h. Les parents pourront aller manger, si ils le souhaitent, au bar Ryan II.	<b>Athletes' DINNER:</b> Please note that a dinner for all athletes will be provided at the main lodge on Thursday, February 8, at 6 pm. Parents may eat at the Ryan II bar, if they wish.

FORMAT: Tous les athlètes ont rendez-vous avec les entraîneurs au télésiège de Cheval Blanc à 8h50 chaque jour d'entraînement. All athletes to meet coaches at Cheval Blanc chairlift at 8:50am each training day.

Jour 1 / Day 1:	Ski libre à haute vitesse, entraînement en section et parcours complet / High speed free ski and sectional training, full course
Jour 2 / Day 2:	Formation en section si nécessaire, parcours complet et chronométré / Sectional training if needed, full course, timed run
Jour 3 / Day 3:	Parcours complet et chronométré / Full course, timed

