



Nouveau pour la saison 2026 aux Mercredis de Terrebonne

Section chronométrée : Meilleurs grimpeurs et meilleures grimpeuses

À chaque mercredi de la saison 2026, nous identifierons les **3 meilleurs grimpeurs** et les **3 meilleures grimpeuses**, toutes catégories confondues, parmi les participants effectuant la deuxième montée du grand circuit. **Résultats hebdomadaires** : Les temps seront publiés sur les feuilles de résultats officielles chaque semaine. **Podium de fin de saison** : Lors de la finale, nous couronnerons les champions grimpeurs et grimpeuses de la saison. Un podium réunira les 3 meilleurs grimpeurs et les 3 meilleures grimpeuses.

Critères d'éligibilité au podium : 1) Participation à **3 courses minimum, incluant obligatoirement la finale.**
2) Le **meilleur temps unique** de toute la saison sera retenu (pour tenir compte des variations de conditions de terrain et météo)

Questions et Réponses :

Q1 : Quelle section sera chronométrée? Le temps sera mesuré entre les deux arches à pois rouge et blanche, sur la **2e montée du circuit.**

Q2 : Pourquoi pas la première montée? Pour assurer la sécurité maximale des plus jeunes coureurs qui partagent la première montée avec les athlètes plus expérimentés.

Q3 : Pourquoi exiger 3 courses incluant la finale? Nous souhaitons encourager l'engagement des athlètes aux Mercredis de Terrebonne, plutôt qu'une participation ponctuelle à une seule course.

Q4 : Tous les participants sont-ils concernés? Seuls les participants effectuant les 3 montées sont éligibles. Chacun est libre de se dépasser ou non dans cette section chronométrée.

Q5 : Comment assurez-vous la sécurité dans cette section?

- Les athlètes doivent **respecter en tout temps les règlements de la FQSC**
- Les dépassements doivent être **annoncés clairement** (ex : "Attention, je passe à gauche")
- La **prudence et la courtoisie** sont obligatoires lors des dépassements
- **Aucune surprise** : ne jamais tenter de dépasser un athlète sans l'avertir
- Le GPAT et la FQSC se réservent le droit de **restreindre la participation** d'un athlète roulant de façon dangereuse, que ce soit pour ce défi ou pour les Mercredis de Terrebonne

Rappel important : Les Mercredis de Terrebonne sont des courses de développement, **non une Coupe du Monde.**