



# Course en sentiers

## Cross-Country Castor-Kanik 2024

Joignez-vous au Club de ski de fond Castor-Kanik pour la 22e édition de la Course en sentiers | CROSS-COUNTRY organisée par le Club au [Centre Castor](#), Valcartier!

**Dimanche le 27 octobre 2024 dès 8h30**

Tous les athlètes, de très jeunes à moins jeunes, trouveront un défi à leur taille avec les quatre distances proposées, en plus du relais mixte familial:

### Inscription *En ligne*

Membres du Club Castor-Kanik : SUR [CLUBS.STUDIO](#) via la section INSCRIPTIONS, choisir l'activité correspondant à la distance choisie.

Membres d'autres Clubs et grand public : en ligne sur le site [castorkanik.ca](#)

Aucune inscription sur place (remise du dossard seulement), à l'exception du relais mixte | familial

Courses et Coûts	Sport	Distance	Catégorie	Coût
	<b>cross</b>	750 m	5 ans -	12\$
	<b>cross</b>	1,5 km	6 à 11 ans	20\$
	<b>cross</b>	3,5 km	12 à 15 ans	27\$
	<b>cross</b>	3,5 km	16 ans +	27\$
	<b>cross</b>	7,5 km	16 ans +	32\$

---

<b>Ce qui est inclus</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Votre dossard</li><li>▪ Un parcours balisé et sécuritaire</li><li>▪ Une collation d'après-course</li><li>▪ L'animation sur le site</li><li>▪ Chaque participant du 750 m (5 ans et -) ainsi que les 3 premiers des catégories d'âge entre 6 et 15 ans recevront une médaille (H   F)</li><li>▪ Des prix de présence!</li></ul>
--------------------------	--



# Course en sentiers

## Cross-Country Castor-Kanik 2024

### Relais Mixte (\*\*)

- Inscription en ligne ou sur place au coût de 20 \$ / équipe (*en argent comptant si payé sur place s.v.p.*)
- Début du relais à 11 h 15
- Il s'agit d'un relais familial, minimum de deux jeunes de 15 ans et moins par équipe (un 3<sup>e</sup> jeune pourrait choisir de compléter une équipe).
- relais # 1 : 15 ans et – / homme ou femme / 750 m.
- relais # 2 : 15 ans et – / homme ou femme / 750 m.
- relais # 3 : Âge libre / homme ou femme / 1,5 km.
- relais # 4 : Âge libre / homme ou femme / 1,5 km.

<b>Départs</b>	<b>9 h 15</b>	750 m	5 ans -
	<b>9 h 30</b>	1,5 km	6 à 11 ans
	<b>9 h 50</b>	3,5 km	12 à 15 ans
	<b>9 h 50</b>	3,5 km	16 ans +
	<b>10 h 05</b>	7,5 km	16 ans +
	<b>11 h 15</b>	Relais	Équipe de 4

---



# Course en sentiers

## Cross-Country Castor-Kanik 2024

### Avis

#### Course en sentiers | Cross-Country Castor-Kanik

Date	Dimanche le 27 octobre 2024
Édition	22e édition
Lieu	Centre Castor
Bourses du Circuit des Couleurs	Aucune bourse pour record battu
Remise des prix	Sur place
Organisé par	Club Castor-Kanik
Responsable	Pierrot Bernier <a href="mailto:infocastorkanik@gmail.com">infocastorkanik@gmail.com</a>

- **Fermeture des inscriptions en ligne : jeudi le 24 octobre 2024 à minuit.**
- Les frais d'inscription sont non remboursables mais transférables.
- Tous les frais sont inclus dans les tarifs indiqués (aucun ajout au moment de payer son inscription).
- **Aucune inscription sur place à l'exception du relais MIXTE | FAMILIAL.**
- Chaque participant du 750 m (5 ans et -) recevra une médaille.
- Les 3 premiers des catégories des catégories d'âge entre 6 et 15 ans recevront également une médaille
- Les dossards seront remis sur place entre 8 h et 9 h 30. (Dossards de CCSFQ/Skibec/CCMSA)
- Type de surface : très variable.
- Largeur des pistes : variable.



# Course en sentiers

## Cross-Country Castor-Kanik 2024

### Information sur les parcours de course en sentiers, Cross-Country du Castor-Kanik

**27 octobre 2024, Centre Castor, Valcartier**

Départ (**TURQUOISE**) à partir de la cabane, entrez dans la piste de MTB pour contourner les yourtes pour les parcours de 1,5 km et 3,5 km.

Arrivée (**ROSE**) en bas de la côte.

LAP (**ORANGE**) pour ceux qui font le 7 km.

Zone d'échange (**BLEU**) pour le relais.

Le parcours de 1,5 km (**VERT**) prend le raccourci à partir de la piste asphaltée pour aller rejoindre la côte de la 3.

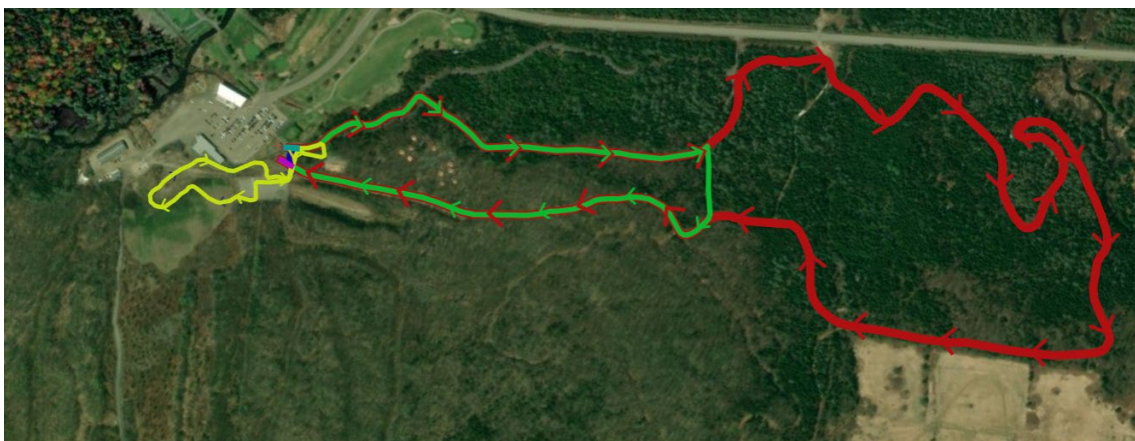
Le parcours de 3,5 km (**ROUGE**) continue pour aller rejoindre la piste 4 et faire la côte des dindes.

Le parcours jaune de 750 m (**JAUNE**) va monter sur le plateau et descendre dans le raccourci pour aller vers le bâtiment principal. Au retour, remonter sur le plateau et finir comme les parcours VERT et ROUGE



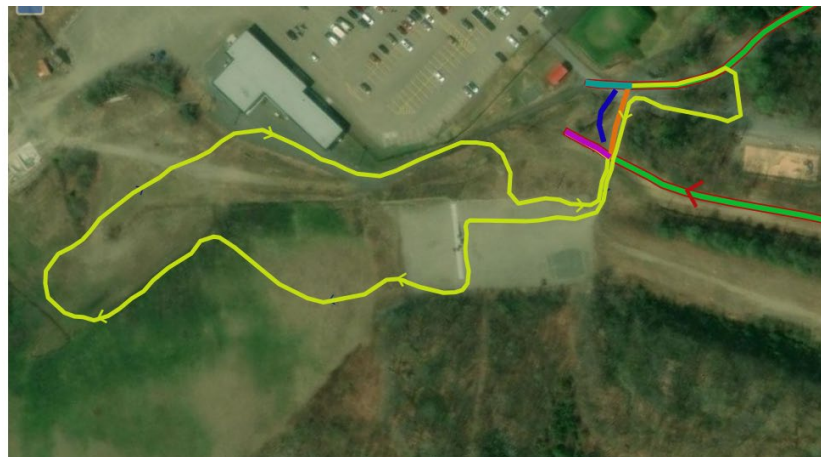
# Course en sentiers

## Cross-Country Castor-Kanik 2024



Courses with track (7)

- 3,5 km (3,573m)
- 1,5 km (1,538m)
- Lap (28m)
- 750 m (741m)
- Relais - Zone d'échange (20m)
- Départ (16m)
- Arrivée (18m)



Courses with track (7)

- 3,5 km (3,573m)
- 1,5 km (1,538m)
- Lap (28m)
- 750 m (741m)
- Relais - Zone d'échange (20m)
- Départ (16m)
- Arrivée (18m)

