

# L'ASCENSION COL DU NORDET HILLCLIMB 4E ÉDITION



## LE RENDEZ-VOUS DE VOTRE FIN DE SAISON !

*“Défi de grimpe dans un décor automnale, faire l’ascension du mythique col du Nordet et terminer son parcours avec le sourire du cycliste qui a relevé son défi. Voilà ce qui attends les cyclistes qui participeront à cet événement qui porte bien son nom.”*



Notre OBNL a été fondé en juillet 2019 dans le but d'offrir un événement cycliste sur le chemin du Nordet avec pour mission de promouvoir le tourisme sportif dans la région ainsi que de faire connaître les entreprises et commerces des environs des hautes Laurentides, Sainte-Agathe-des-Monts et Mont-Blanc. Nous voulons créer un moment festif pour les cyclistes en fin de saison à l'automne où la saison des couleurs est à son apogée.

Lors de notre 4<sup>e</sup> édition, notre offre se bonifie d'une **3<sup>e</sup> distance** : la distance de **80km** s'ajoute aux distances offertes de 65km et 105km avec des dénivelés positifs variant entre 1000m et 1600m. Le départ s'effectuera au parc de la mairie de la municipalité de Mont-Blanc et le trajet parcourra le chemin du Lac Quenouille et du Nordet en un aller-retour. Il y aura des segments chronométrés sur chaque distance. Les résultats cumulatifs serviront à déterminer un KoM (king of mountain) et une QoM (queen of mountain) par parcours et ils seront compilés et affichés sur notre site web dans les jours suivants.

Une nouveauté s'inscrit cette année dans le volet communautaire pour souligner la 4<sup>e</sup> édition. L'Ascension du Col du Nordet Hillclimb a pris la décision de s'impliquer au niveau de la petite enfance en remettant **12 vélos d'équilibre à 3 CPE** dans la région : **le CPE des Rires et le CPE l'Antre-Temps sur le territoire de Sainte -Agathe** et au **CPE de la Chenille de la ville de St-Donat**. Nous voulons permettre aux enfants de découvrir les joies du vélo à un très jeune âge afin que cette pratique leur soit naturellement acquise.

De plus, nous verserons la contribution de **5\$** par participant à l'organisme **Bouffe Laurentienne** qui œuvre auprès de la communauté en offrant sa banque alimentaire aux citoyens de la région. Depuis la première édition de notre événement, nous avons remis un total de **2400\$** sous forme de dons en argent.

Nous vous invitons à venir prendre le départ le 21 septembre 2024 pour la montée du col du Nordet et relever le défi de l'événement **L'Ascension du Col du Nordet Hillclimb**.

Le comité d'organisation

## Table des matières

<b>Nom de l'organisation et contact(s) :</b> .....	<b>4</b>
<b>Inscriptions et tarifs :</b> .....	<b>4</b>
<b>Événement sanctionné par la FQSC :</b> .....	<b>5</b>
<b>Admissibilité des participants, et assurance :</b> .....	<b>5</b>
<b>Horaire :</b> .....	<b>6</b>
<b>Stationnement :</b> .....	<b>7</b>
<b>Parcours :</b> .....	<b>8-10</b>
<b>Départ et arrivée :</b> .....	<b>11</b>
<b>Ravitaillements :</b> .....	<b>12</b>
<b>Chronométrage :</b> .....	<b>13-14</b>
<b>Logistique :</b> .....	<b>15-16</b>
<b>Caravane :</b> .....	<b>17</b>
<b>Règlements spécifiques :</b> .....	<b>18-19</b>
<b>Présentation membres CA :</b> .....	<b>20</b>
<b>Bénévoles d'événement :</b> .....	<b>21</b>
<b>Maillot officiel de l'événement :</b> .....	<b>22</b>
<b>Rapport de la FQSC (2023) :</b> .....	<b>24-23</b>
<b>Nos commanditaires :</b> .....	<b>25</b>

## Nom de l'organisation et contact(s) :

L'Ascension Col du Nordet Hillclimb est un organisme à but non lucratif qui a pour objectif de faire la promotion et développement d'un événement cycliste dans la région des Laurentides en proposant un défi de grimpe sur le chemin du Nordet.

Page Facebook de l'événement : <https://www.facebook.com/LAscension-du-Col-du-Nordet-HillClimb>

Site internet de l'organisation : <https://coldunordethillclimb.ca>

Courriel en cas de question : [info.coldunordethillclimb@gmail.com](mailto:info.coldunordethillclimb@gmail.com)

## Inscriptions et tarifs :

Pour cet événement, il est possible de s'inscrire en ligne:

<https://forms.registration4all.com/>.

Vous trouverez les détails concernant les informations à propos de l'inscription ainsi que nos politiques d'annulation et remboursement sur notre site web :

<https://coldunordethillclimb.ca/inscriptions-2024/>

Limite de **200** participants pour l'événement.

## Conditions d'inscription :

Par son inscription, le participant confirme qu'il accepte et s'engage à respecter la réglementation applicable. Il s'engage également à se conformer aux directives du personnel de l'organisation, des commissaires, des encadreurs cyclistes FQSC, et des services de sécurité et de premiers secours.

Chaque participant accepte les risques liés à sa participation, notamment les risques de santé, de chute et de collision, ainsi que les risques liés au trafic routier (s'il y a lieu) et à de mauvaises conditions atmosphériques.

Il est de la responsabilité de chaque cycliste de s'assurer avant de participer à un événement qu'il est en parfaite santé et apte à l'effort physique requis, et suffisamment entraîné pour participer à l'événement auquel il s'inscrit.

En aucun cas la FQSC ne pourra être tenue responsable pour les accidents ou les problèmes de santé d'un cycliste liés à la participation à un événement de cyclisme récréatif.

## Événement sanctionné par la FQSC

L'événement est sanctionné par la Fédération québécoise des sports cyclistes (FQSC), il répond à des normes d'organisation établies dans l'idée que celui-ci évolue dans le cadre le plus sécuritaire possible. Il y a toujours au moins un officiel de présent pour représenter la fédération.

## Admissibilité des participants, et assurance

### Licence :

Tous les cyclistes doivent se procurer une licence pour participer à un événement sanctionné par la FQSC, ceci afin de bénéficier de la couverture assurance responsabilité civile et accident de la fédération.

**Licence régulière:** Licence annuelle de cycliste FQSC. Les participants avec une licence régulière doivent fournir leur preuve de licence, soit au moment de la préinscription en ligne (numéro de licence à indiquer), soit directement sur place (licence à présenter).

**Licence d'un jour\* :** Licence uniquement valide pour la durée de l'événement. Frais additionnel de 5\$ lors de l'inscription.

\* Les licences d'un jour sont accessibles à tous les résidents du Québec (et les résidents canadiens), et les non-résidents canadiens à la condition de faire la preuve d'une couverture d'assurance accident et responsabilité civile en événement, lors de l'inscription.

En cas d'accident pendant l'événement, un formulaire d'accident sera complété sur place par un membre de l'organisation, et sera envoyé à la FQSC. Vous aurez vous aussi des démarches à effectuer, en cas de procédure. Plus d'information sont disponible sur le site de la FQSC: <https://fqsc.net/assurances>

## **Horaire :**

**7h à 8h30:** Accueil des cyclistes, vérification des inscriptions et remise du dossard et billet pour le lunch (inclus).

**8h30 :** Rassemblement des cyclistes en préparation pour le départ regroupé.

**9h00 :** Départ par vague de participants, regroupés selon la vitesse moyenne en trois pelotons de cyclistes, escortés par une voiture de tête, EMC et la SQ à moto sur une distance de 23 km.

**12h00 à 15h00 :** Arrivée des cyclistes.

-Retour au parc de la mairie de Mont-Blanc pour la distribution de la boîte à lunch et boisson (inclus).

-Distribution du sac cadeau aux participants offert par les organisateurs de l'événement.

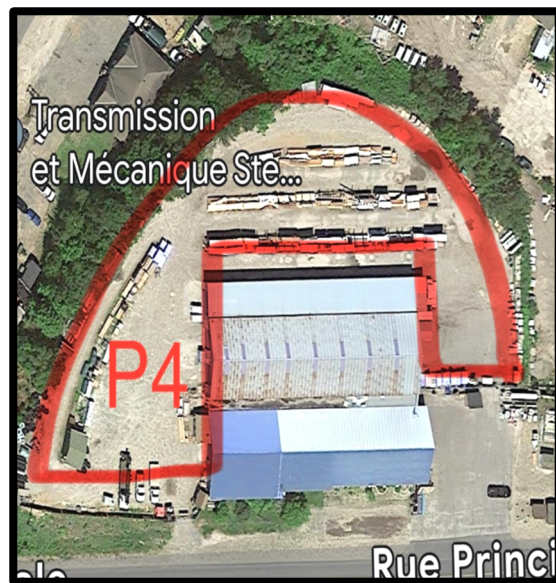
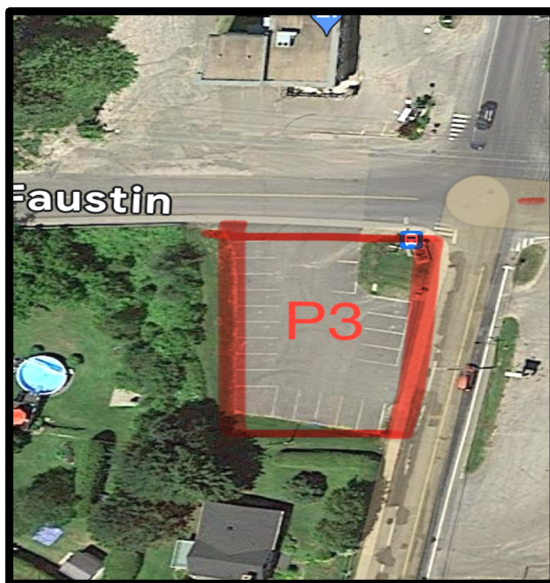
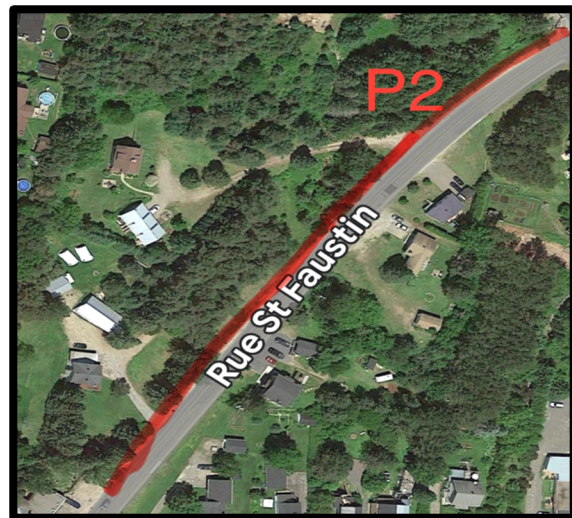
**15h00 fin d'événement :** Les résultats complets de chaque participant ainsi que la présentation des résultats du KoM et QoM seront diffusés dans les jours suivants l'événement sur notre site web et page FaceBook. <https://coldunordethillclimb.ca>.

\*\*\* L'organisation se réserve le droit de modifier l'horaire de la journée; si les changements ont lieu avant la journée de l'événement, vous serez rapidement informés. Si pour une raison x lors de la journée de l'événement l'horaire devait changer, vous serez avertis seulement sur place. Merci de votre compréhension.\*\*\*



## Stationnement

À votre arrivée, veuillez suivre les indications de notre équipe de bénévoles qui vous dirigeront vers les différents endroits de stationnement. Les bénévoles, partenaires et commanditaires seront dirigés vers le P1 aux places réservées pour eux afin de faciliter l'accès au village des participants. Plus de 200 places de stationnement disponibles.



## Parcours

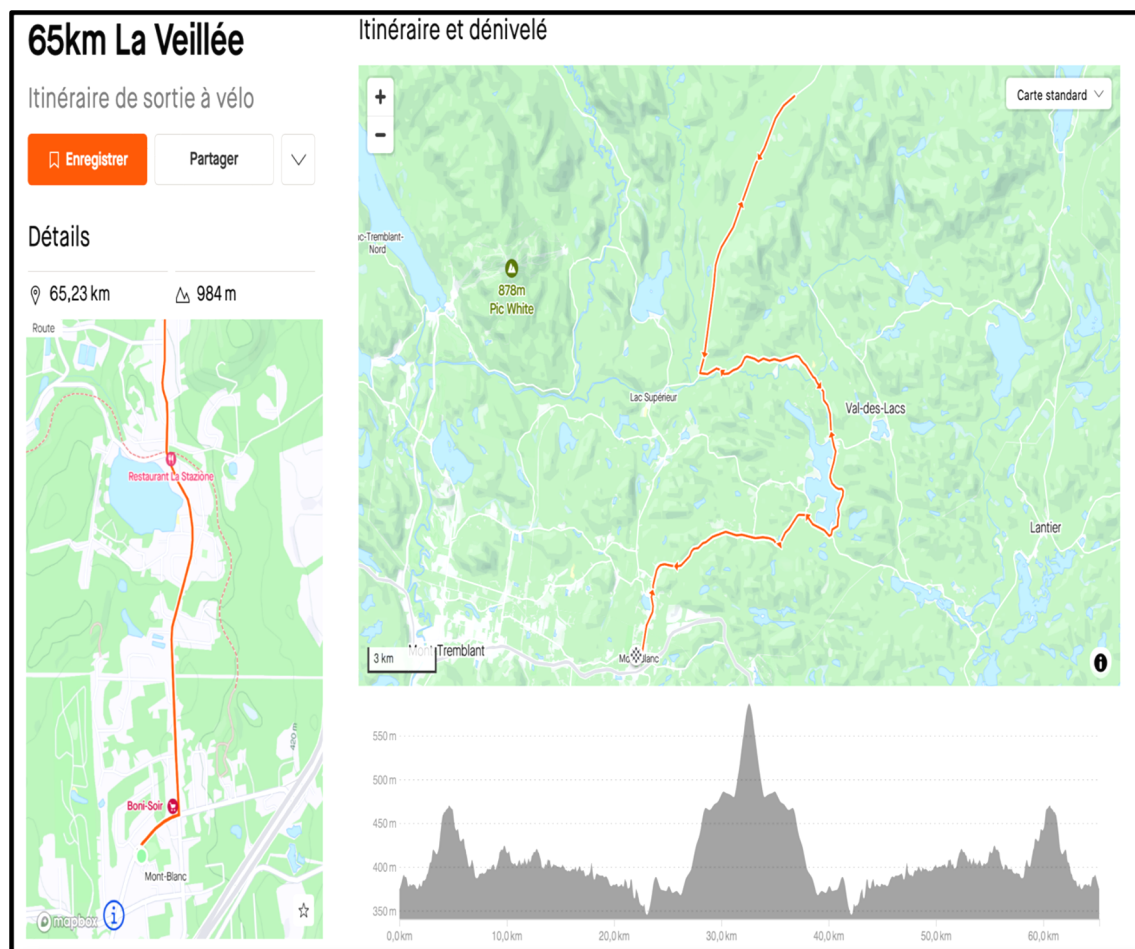
Pour notre 4e édition de l'Ascension du Col du Nordet, nous avons ajouté une troisième distance de parcours. Les trois parcours effectuent un aller-retour de la Mairie de Mont-Blanc via le chemin du Lac-Quenouille en parcourant une section du Chemin du Nordet selon la distance du trajet.

### Distances et dénivelés :

**-Trajet 65km La Veillée dénivelé +984m**

**Note : Le demi-tour du 65km se fera au sommet du Col du Nordet.**

**Lien Strava:** <https://www.strava.com/routes/3050254667235008638>





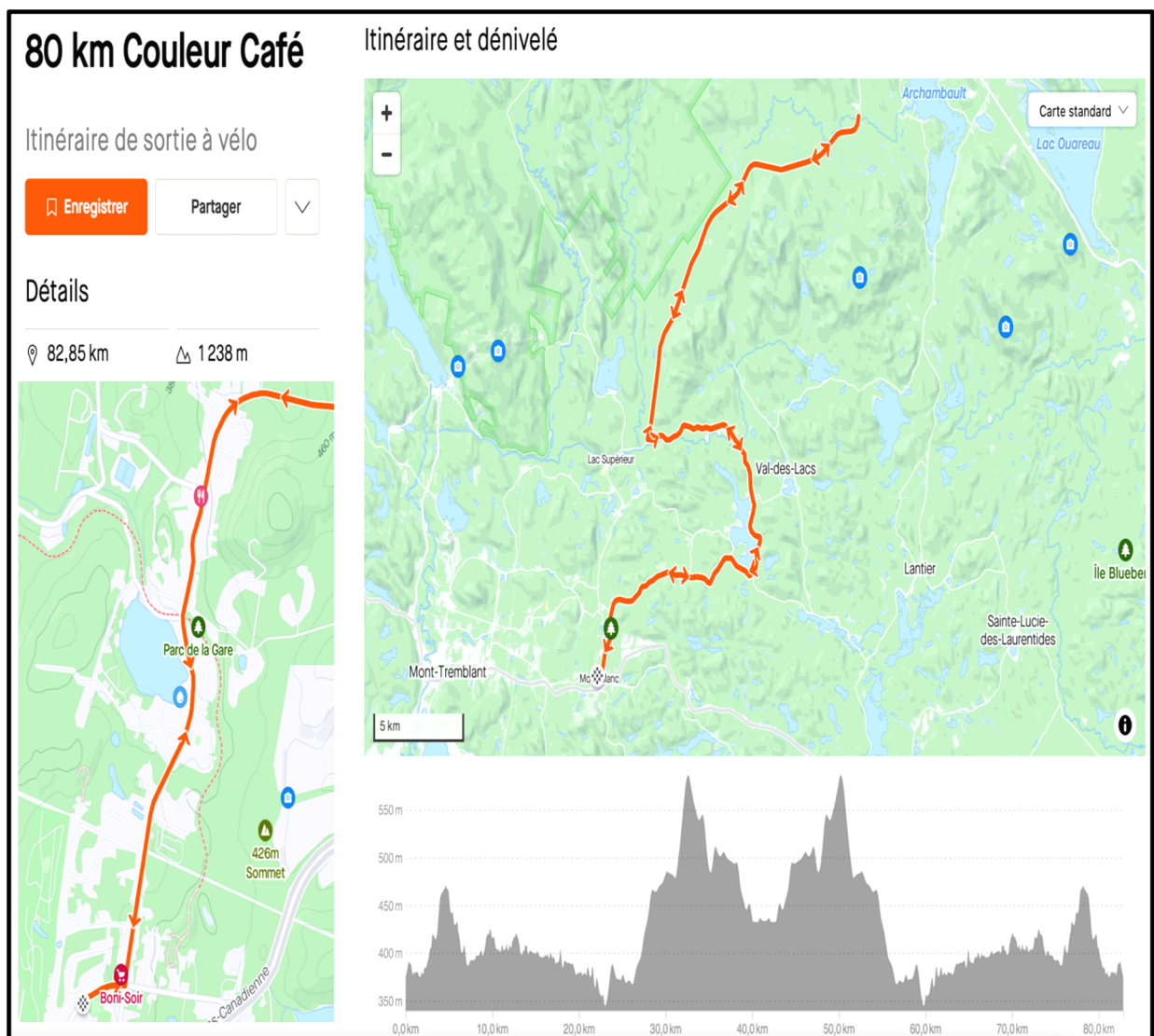
## Parcours (suite)

### Distances et dénivelés :

**-Trajet 80km Couleur Café dénivelé +1238m**

**Note : Le demi-tour du 80km s'effectuera après le pont avec un temps maximal de passage à 11h30 prévu au km 32. Les cyclistes excédant le temps de passage seront invités à faire demi-tour.**

**Lien Strava :** <https://www.strava.com/routes/3149498607327542540>



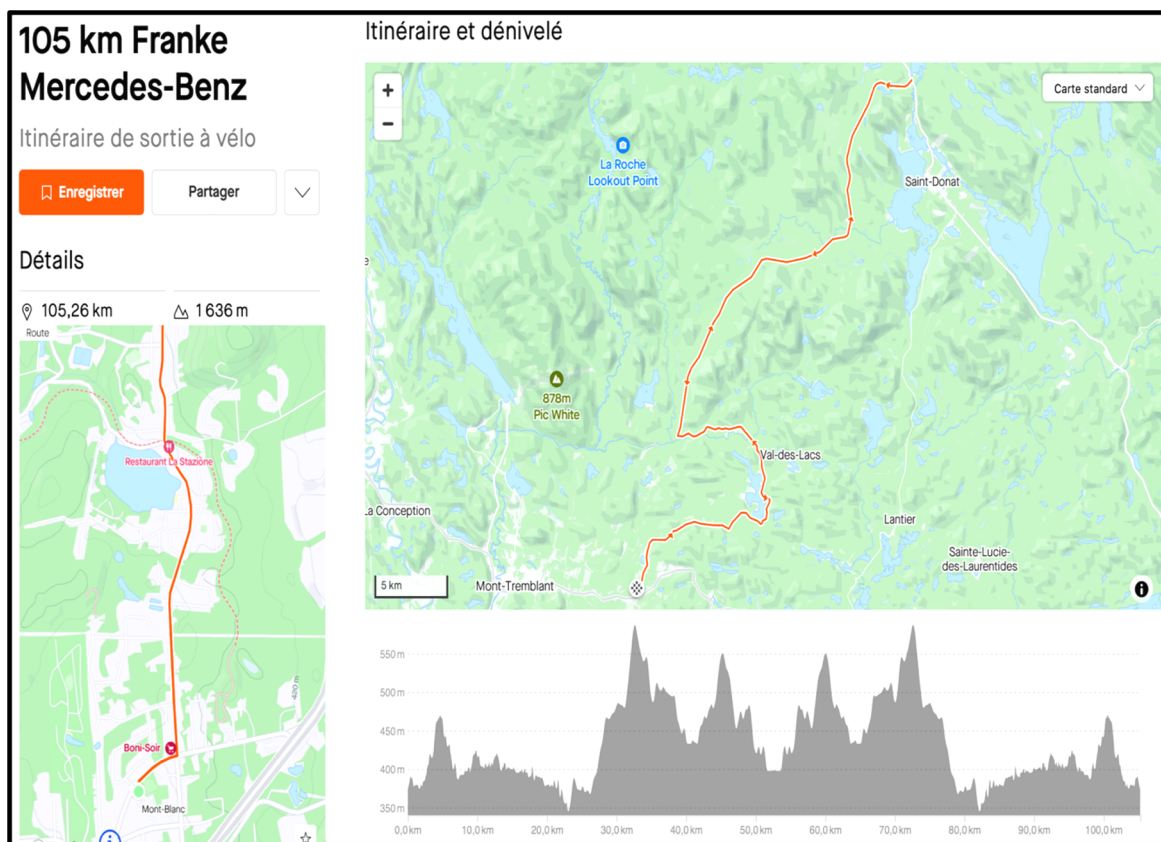
## Parcours (suite)

### Distances et dénivelés :

**-Trajet 105km Franke Mercedes-Benz dénivelé +1636m**

**Note: le demi-tour du 105km s'effectuera à l'intersection de la route du Nordet et route 125 du côté de Saint-Donat avec un temps de passage maximale au km 32 à 11h30 et un 2<sup>e</sup> temps au km 45 à 12h30. Les cyclistes excédant le temps de passage seront invités à faire demi-tour.**

**Lien Strava :** <https://www.strava.com/routes/3050255927023490282>



## Départ et arrivée

**Accueil :** Le départ et l'arrivée s'effectueront au même endroit, soit au parc de la mairie de la municipalité de Mont-Blanc, situé au 100 Pl. de la Mairie, Mont-Blanc, QC J0T 2G0.

**Départ :** s'effectuera par vague en peloton regroupé. Le premier départ se fera à 9hr00 pour les cyclistes qui ont une vitesse moyenne supérieure à 30+km/hr, à 9hr05 pour les cyclistes de 25-29km/hr et à 9hr10 pour les cyclistes de 20-24km/hr.

**Départ neutre :** à partir du parc de la mairie en trois pelotons de cyclistes, regroupés par vitesse moyenne qui seront encadré par la caravane incluant les motos de la SQ et d'EMC, des encadreur cyclistes de la FQSC, suivi de la voiture du commissaire et du véhicule balai (support mécano) sur une distance de 3,3km et un temps de 3 minutes d'écart entre les pelotons. Ils traverseront la municipalité de Mont-Blanc sur la rue principale jusqu'à l'intersection de la rue Principale et rue du Plateau au km 3,3.

**Distance de 23km sous escorte :** les cyclistes seront escortés par la sécurité (SQ et EMC) sur une distance de 23km passé l'intersection (3,3km) sans restriction ou contrôle de vitesse. À partir du km 24, sur le chemin du Nordet, la sécurité sera en déplacement sur tout le trajet.

**Retour et fin du trajet :** le retour des cyclistes se fera sur le trajet en sens inverse de chaque parcours, par peloton accompagné d'une moto d'EMC, des motos de la SQ sur certains segments du parcours, ainsi qu'accompagné de leurs encadreur respectifs jusqu'au site de l'accueil situé à la mairie de la municipalité de Mont-Blanc.

## Ravitaillement

Deux endroits seront disponibles sur l'ensemble du parcours pour offrir les produits de ravitaillement : au kilomètre 34 et 73. Un ravitaillement de produits locaux, gracieuseté de la municipalité de St-Donat, sera offert au kilomètre 52.

### Postes de ravitaillement :

#### Trajet court ravito situé au km 34



#### Trajet long ravito situé au km 73



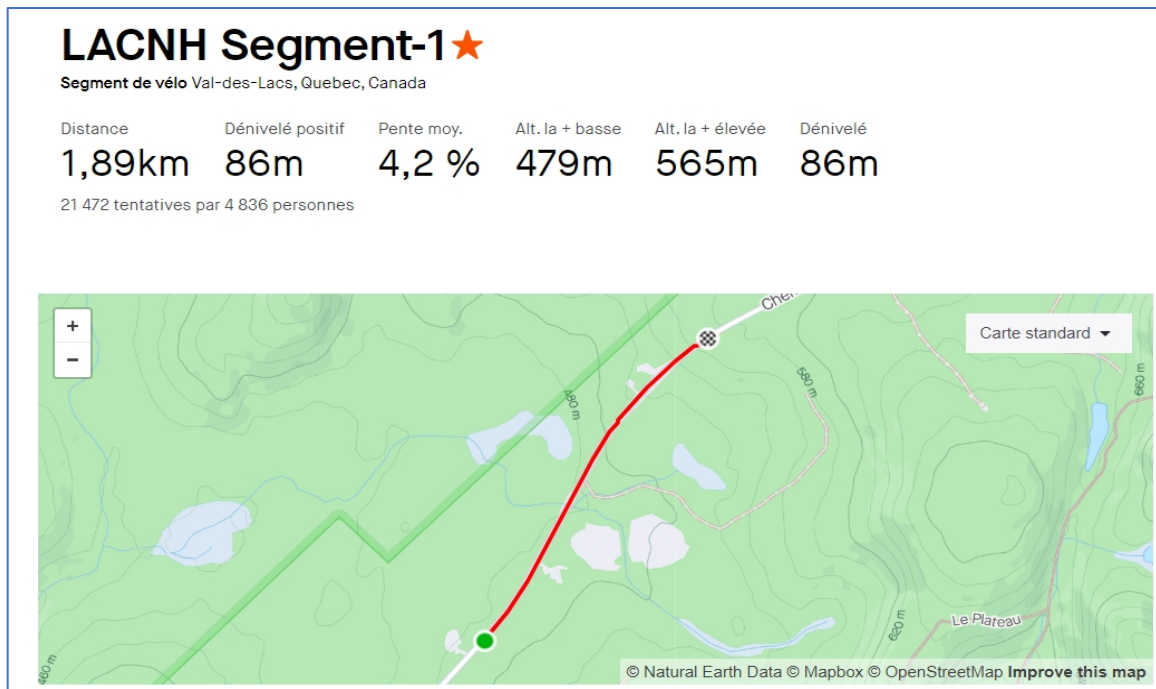
## Chronométrage

Il y aura des segments qui seront chronométrés sur les parcours en utilisant la plateforme STRAVA. Selon la distance du parcours choisi, il y aura de 1 à 3 segments proposés aux participants pour un cumulatif de dénivelé positif entre 86m et 336m. Les résultats cumulatifs serviront à déterminer un KoM (king of mountain) et une QoM (queen of mountain) par distance de parcours et ils seront compilés et affichés sur notre site web dans les jours suivants.

**Parcours 65km** – 1 Segment chronométré 1 (1,89km) 86m dénivelé +

**Parcours 80km** – 2 Segments chronométrés 1-2 (10,23km) 231m dénivelé +

**Parcours 105km** – 3 Segments chronométrés 1-2-3 (12,25km) 336m dénivelé +



# Chronométrage (suite)

## LACNH Segment-2 ★

Segment de vélo Saint-Donat, Quebec, Canada

Distance	Dénivelé positif	Pente moy.	Alt. la + basse	Alt. la + élevée	Dénivelé
8,34km	191m	1,7 %	434m	579m	145m

19 533 tentatives par 1 390 personnes

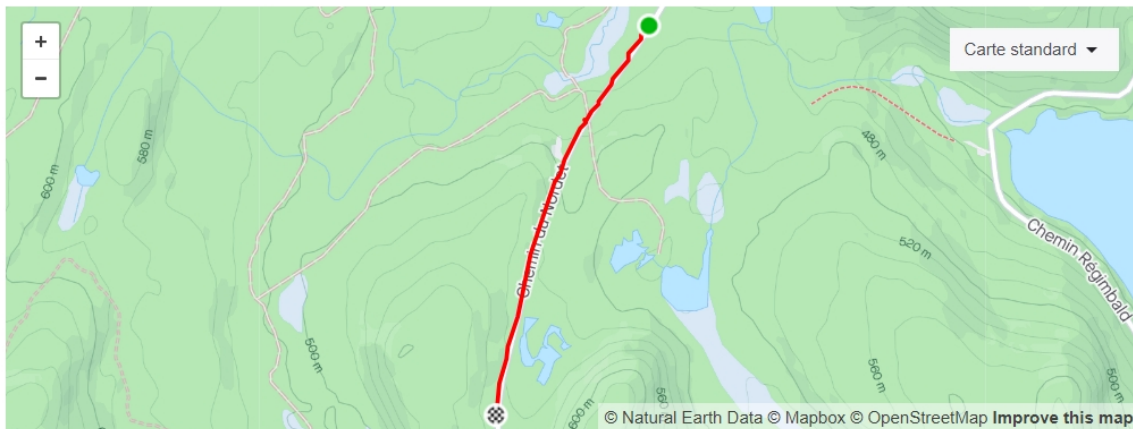


## LACNH Segment-3 ☆

Segment de vélo Saint-Donat, Quebec, Canada

Distance	Dénivelé positif	Pente moy.	Alt. la + basse	Alt. la + élevée	Dénivelé	Catégorie
2,02km	105m	5,1 %	452m	557m	105m	4

19 631 tentatives par 7 063 personnes



## Logistique

### Médical :

Une entreprise externe assurera les services paramédicaux sur le trajet avec des intervenants qui seront responsables des premiers soins pour les participants. Des équipements défibrillateurs DEA seront distribués au ravito, sommet et à l'accueil. Des premiers répondants offriront leurs services selon leur disponibilité lors de la journée de l'événement.

Les **encadreurs** de la **FQSC** qui seront sur le trajet détiennent une formation certifiée en premiers soins. De plus, parmi nos bénévoles, certains possèdent leur **formation de RCR**.



## Logistique (suite)

### Mécanique :

Un mécanicien de la boutique **Quilicot de Mont-Tremblant** sera présent au site de départ avec un atelier mobile et sur la route pour porter assistance en cas de bris mécanique et réparation mineur sur le trajet. Les pièces sont au frais des participants, l'organisation prend en charge les frais du temps de réparation.

**Autonomie sur le long parcours:** Assurez-vous d'avoir avec vous le matériel nécessaire pour pouvoir effectuer une réparation si vous avez une crevaison. Le support mécanique sera en déplacement sur le trajet du Nordet, il sera donc difficile à prédire les délais. Le véhicule balai sera en mode veille au km 32 (soit au sommet du Col du Nordet) et se déplacera en cas de bris majeur (chaîne, dérailleur ou abandon).

### Sécurité routière:

La **sureté du Québec** sera présente avec 4 motos accompagnée par des motos **EMC** (escortes motos cyclistes <http://www.emcmoto.com>) pour assurer la sécurité des cyclistes sur les parcours.

**Des encadreurs** de la **FQSC** seront assignés aux différents pelotons pour assister les cyclistes en cas de besoins.





## **Caravane :**

**Une moto de tête**

**Groupe de vitesse 35-32-30 avec des encadreurs vélos**

**Groupe de vitesse 28-25-23 avec des encadreurs vélos**

**Une moto**

**Groupe de vitesse 22-20-18 avec des encadreurs vélos**

**Une moto**

**Une voiture (et/ou moto) médicale**

**Une voiture avec le commissaire de la FQSC (en partie sur 2 parcours)**

**Le véhicule balai**

**Support mécanique mobile**



## Règlements spécifiques :

**Respects des règlements :** Le participant, durant l'événement, doit connaître et observer les règles de sécurité du code de la route.

**Caravane et dépannage :** Une caravane encadrera le déroulement de l'événement. La sécurité des coureurs est assurée par des véhicules et/ou des motocyclistes. Un véhicule balai récupérera les participants qui abandonneront.

**Consommation :** Le participant ne peut consommer d'alcool ni aucune substance illicite ou drogue pendant le parcours.

**Obligation d'utiliser la voie de droite :** Il est impératif que les cyclistes utilisent la voie de droite. En cas de non-respect, les commissaires appliqueront la sanction prévue, soit le retrait du cycliste en faute, car il en va de la sécurité des cyclistes.

**Barre de triathlon :** Les barres de triathlon sont interdites lors de l'événement.

**Segments chronométrés :** Les segments seront chronométrés en utilisant la plateforme STRAVA. Les cyclistes doivent être inscrits (par abonnement gratuit sur la plateforme STRAVA) et utiliser leur propre appareil de GPS pour obtenir leur chrono. Les résultats officiels seront affichés sur notre site internet dès qu'ils seront compilés par les organisateurs à titre informatif ou en guise de comparatif seulement et dans le respect des règlements de notre sanction «Cyclo-sportive provinciale » émise par la FQSC.

**Temps maximal pour faire le trajet :** Les cyclistes ont un maximum de 4h00 pour terminer le parcours complet de 65 km et 6h00 pour compléter le parcours de 105 km.

**Abandon :** Un cycliste qui abandonne doit avertir le commissaire ou avertir par l'intermédiaire du véhicule balai. Pour des raisons de sécurité, nous invitons les coureurs à emprunter uniquement le parcours proposé et balisé tout au long de l'épreuve, et ce quoi qu'il arrive.

## Règlements spécifiques (suite):

**Sanction** : Un cycliste qui serait pris en défaut pour comportement antisportif pour avoir commis une fraude ou un geste irrégulier, pour avoir une conduite déplacée en public, pour avoir injurié un commissaire ou pour tout autre geste d'une impertinence similaire qui ne correspond pas aux critères du sport cycliste pourrait être retiré de l'épreuve par le commissaire.

**Renonciation de son droit à l'image** : En s'inscrivant à l'événement, le participant renonce à son droit à l'image et permet à l'organisation d'utiliser tout matériel audiovisuel dans lequel, il pourrait apparaître à des fins promotionnelles, publicitaires ou autres. Il renonce également à recevoir toute forme de rémunération pour l'usage du matériel audiovisuel où il apparaît.

**En cas d'annulation de l'événement** : L'événement aura quand même lieu en cas de pluie. Si les conditions sont considérées dangereuses, le Conseil d'Administration prendra la décision la journée même d'annuler l'événement. L'événement ne sera pas remboursé en raison d'un acte de Dieu, comme un événement météorologique.



## Présentation des membres du CA :

**Yannick Rousseau:** Cycliste depuis plus de 25 ans. Instigateur du Col de la Grise en 2009 et du projet pour faire reconnaître ce Col en 2016 sous le nom du Col du Nordet. Il a participé à plusieurs grands défis de grimpe aux États-Unis dont le Mount Washington auto road HillClimb, il occupe le poste de président de l'OBNL.

**Mélanie Lemieux:** Cycliste depuis plus de 15 ans, elle se passionne également pour la course à pied et a participé à plusieurs événements au fil des ans. Elle assure le suivi du budget de l'OBNL et du déroulement des réunions des membres du CA.

**Louise Levesque :** Elle a occupé le poste de relationniste, journaliste pour le magazine Skipresse::Cyclepresse de 2015 à 2020. Elle s'occupe de la plateforme web pour l'OBNL, contenu web et agit en tant que photographe pour l'événement.



## Bénévoles d'événement :

Plusieurs bénévoles s'impliquent à notre événement et sans eux nous ne pourrions vous offrir un événement de qualité, sécuritaire, agréable qui a fait notre réputation depuis les premières éditions. Ils sont un pilier essentiel pour la réussite de votre défi sur nos parcours. Nous sommes reconnaissant de pouvoir compter sur leur précieuse collaboration.

Si vous désirez vous joindre à cette merveilleuse équipe, vous pouvez nous contacter par courriel : [info.coldunordethillclimb@gmail.com](mailto:info.coldunordethillclimb@gmail.com).

Nous vous remettons un chandail portant le logo de l'événement, le lunch et boisson vous seront fourni. De plus, nous vous remettons un sac contenant des produits de nos commanditaires en complément pour votre bénévolat.



## Maillot officiel de l'événement



## Boisson officielle de l'événement



## Rapport d'événement

Secteur Cyclisme pour tous

### Informations générales

<b>Nom de l'événement</b>	Ascension du Col du Nordet	
<b>Date</b>	23 septembre 2023	
<b>Ville</b>	Mont Blanc	
<b>Niveau de sanction</b> (Randosportive, cyclosportive, Grande Classique)	Randosportive	
<b>Type</b>	Vitesse libre X	Vitesse contrôlée
<b>Nombre de participants</b>	Environ 150 cyclistes	

<b>Commissaire en Chef</b>	<b>Nom :</b> Mylène Ferguson <b>Courriel :</b> mimifergy@hotmail.com
<b>Organisateur</b>	<b>Nom (s) :</b> Yannick Rousseau <b>Courriel :</b> yannick_rousseau@hotmail.com
<b>Commentaire général</b>	<p>Il s'agissait de la troisième édition de l'événement.</p> <p>L'événement s'est très bien déroulé, nombre de bénévoles suffisant, présence de la sureté du Québec (4 motos), escortes moto EMC (4), encadreurs FQSC (6) et voiture commissaire.</p> <p>Il y avait aussi la présence d'Asur Médical (premiers soins) et Quilicot (mécano).</p>

Date du premier contact avec l'organisation	25 août 2023
Personne contactée :	Yannick Rousseau

	Oui	Non
Guide technique reçu à l'avance :	X	
Parcours suffisamment détaillés:	X	
Déroulement conforme/ tel que planifié	X	
Commentaires et remarques – Informations générales		
<p>La commissaire et le comité organisateur ont pris contact à la fin août.</p> <p>Comme il s'agissait de la troisième édition de l'événement et que la commissaire est présente depuis la première année, la commissaire n'a pas eu besoin d'intervenir dans la préparation de l'événement.</p> <p>Le comité était très bien organisé et tout était prévu.</p>		

### Évaluation technique du parcours

Contrôle du parcours effectué par (organisation/ FQSC/ commissaire) :	Par l'organisation
Nombre de parcours	Nb : 2 Distances : 65 et 105 KM
Caractéristique particulières du parcours	Parcours montagneux avec un haut pourcentage de difficulté. (1017m de dénivelé)
Évaluation globale du parcours	Plat (en %) : 30% Valonneux (en%) : 35% Accidenté (en%) : 35%
Ravitaillement(s) (km)	1 (après 34 KM) – le ravito était disponible 2 fois pour le parcours de 105 KM
Difficulté estimée : (1 facile, 5 difficile)	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input checked="" type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>
Sécurité : choix du parcours	Beau parcours, difficile et demandant aux cyclistes d'être prudents pour assurer leur sécurité.



## Nos commanditaires :

Nous sommes reconnaissants de pouvoir compter sur de précieux partenaires et commanditaires qui se joignent à notre organisation pour vous offrir un événement cycliste de qualité et sécuritaire à tous nos participant(e)s. Plusieurs d'entre eux nous accompagnent depuis notre première édition et nous apprécions grandement leur fidélité.

