



MISE À JOUR — Février 2022

© 2022 Triathlon Québec — Tous droits réservés.

La reproduction partielle ou complète de ce document sans l'autorisation écrite de Triathlon Québec est totalement interdite.

Triathlon Québec

4545, avenue Pierre de Coubertin Montréal (Québec) H1V 0B2

Téléphone : 514 252-3121

Courriel : info@triathlonquebec.org

triathlonquebec.org

TABLE DES MATIÈRES

PRÉAMBULE	4
LISTE D'IDENTIFICATION AUX NIVEAUX EXCELLENCE-ÉLITE-RELÈVE.....	5
SÉLECTION DE L'ÉQUIPE DU QUÉBEC	6
BÉNÉFICES ET AVANTAGES	7
ANNEXE 1 – LETTRE D'ENTENTE	9
ATHLÈTES IDENTIFIÉS ET/OU NOMMÉS SUR L'ÉQUIPE DU QUÉBEC DE TRIATHLON	9
CODE DE CONDUITE ET POLITIQUE DE PROJETS ET DE COMPÉTITIONS POUR LES ATHLÈTES.....	11
ANNEXE 2 – STANDARDS DE PERFORMANCE	12

PRÉAMBULE

La vision du programme d'excellence de Triathlon Québec est d'être le leader et la référence dans le développement des athlètes des catégories Jeunesse, Junior, U23 et Élite au niveau national et international. Triathlon Québec a comme mission d'accompagner et de soutenir les athlètes québécois et leurs entraîneurs dans les diverses étapes de leur cheminement vers le haut niveau en leur offrant un support et des services. L'objectif principal de cette démarche, en relation avec le Programme de soutien au développement de l'excellence (PSDE) du gouvernement du Québec, est d'améliorer les performances des athlètes québécois sur les scènes sportives canadienne et internationale.

De façon plus spécifique, les objectifs suivants sont établis pour le cycle 2021-2025 :

- Accroître la présence d'athlètes québécois sur les équipes nationales senior et développement, de Grands Jeux et de championnats du monde
- Être la province dominante aux championnats canadiens Juniors, U23 et Élite et aux Jeux du Canada en plaçant des athlètes sur le podium et dans le top 8
- Accroître le bassin global de triathlètes québécois dans les catégories jeunesse, junior et élite

La présence d'athlètes participant régulièrement au circuit de la Série Mondiale et de la Coupe du Monde et se classant parmi les 16 premiers, de même que le nombre de podiums et de top 8 sur les événements continentaux et nationaux sont parmi les indicateurs de succès visés.

Avec l'apport financier du gouvernement du Québec provenant du PSDE et d'autres partenaires institutionnels, Triathlon Québec met en œuvre divers programmes qui contribuent à l'atteinte de ces objectifs :

- Programmes de l'Équipe du Québec (camps d'entraînement et compétitions)
- Programme de soutien aux athlètes (crédit d'impôt et bourse)
- Programme de services médico-sportifs et projets synergiques
- Programme de support à l'entraîneur, à la structure d'encadrement
- Compétitions locales d'envergure (courses nationales, PATCO)
- Circuit de compétitions locales de qualité
 - Série Grand Prix
 - Coupe du Québec Junior et Jeunesse et Jeux du Québec

La sélection des projets, les modalités de support aux athlètes et entraîneurs et le type de services fournis sont orientés de façon à maximiser l'atteinte de ces objectifs à court et long terme. Le document qui suit présente la liste des athlètes identifiés aux niveaux « Excellence, Élite, Relève, Espoir », la sélection des athlètes nommés sur l'Équipe du Québec selon les divers paliers établis et les modalités de support financier pour l'année 2022.

LISTE D'IDENTIFICATION AUX NIVEAUX EXCELLENCE-ÉLITE-RELÈVE

La liste d'athlètes identifiés 2022 aux niveaux « Excellence, Élite, Relève et Espoir » a été dressée en tenant compte des critères émis dans le document de règles d'identification 2021-2022 et des athlètes nommés sur le PAA par Triathlon Canada en janvier 2022. Le classement des athlètes tient compte du bilan des performances en compétition au niveau international et provincial ainsi que les indicateurs de performance par discipline. Les athlètes doivent également avoir rempli les conditions d'engagement propres à leur niveau. Les contraintes en lien avec la pandémie affectant la disponibilité des installations et l'accessibilité à des compétitions ont été considérées lorsqu'applicables. La liste est en vigueur jusqu'au 31 décembre 2022 si toutes les conditions sont respectées.

Femmes	Hommes
Niveau « Excellence »	
Amélie Kretz	Charles Paquet
Emy Legault	Léo Roy
Noémie Beaulieu	Filip Mainville
Maira Carreau	
Niveau « Élite »	
Isla Britton	Alexis Lepage
Alexandrine Coursol	Jérémy Briand
Kamille Larocque	Pavlos Antoniadès
Marika Couture	Mathis Beaulieu
Claudie Simard	Nicolas Harvey
Niveau « Relève »	
Clara Normand	Zed Roy
Raphaëlle Rivard	Michaël Simard
Anabelle Saindon	Edmond Roy
Rose-Emmanuelle Binette	Nathan Grondin

Les athlètes identifiés de niveau « Excellence » (nombre selon le PAA ou reconnaissance provinciale) :

- Sont admissibles à la mesure du crédit d'impôt remboursable pour athlète de haut niveau d'un montant annuel de 4000\$ ainsi qu'à un soutien mensuel de 500\$ provenant du Programme Équipe Québec.

Les athlètes identifiés de niveau « Élite » (5 hommes / 5 femmes) :

- Sont admissibles à la mesure du crédit d'impôt remboursable pour athlète de haut niveau d'un montant annuel de 4000\$.

Les athlètes identifiés de niveau « Relève » (4 hommes / 4 femmes) :

- Sont admissibles à la mesure du crédit d'impôt remboursable pour athlète de haut niveau d'un montant annuel de 2000\$.

SÉLECTION DE L'ÉQUIPE DU QUÉBEC

La sélection des athlètes de l'Équipe du Québec tient compte de la liste d'identification présentée ci-haut et de facteurs additionnels, soient les résultats de compétitions, les standards de performances par discipline, le niveau et la catégorie de compétition dans laquelle l'athlète évolue. L'Équipe du Québec se décline en quatre paliers. Les modalités de support et l'accès à certains services varient d'un palier à l'autre.

Palier	Description
Palier 1 International	Athlètes nommés sur une ou des équipes de Grands Jeux en 2019-2021 et/ou ayant obtenu un top 15 en Coupe du Monde en 2021, concourant principalement sur le Circuit de la Coupe du monde et/ou de la Série mondiale.
Palier 2 International Junior/U23	Athlètes nommés sur équipe de Championnats du monde Juniors en 2019-2021 et/ou ayant réalisé un ou plusieurs Top 5 en course continentale junior et/ou un ou plusieurs Top 12 en course continental élite en terminant dans le 5% du temps vainqueur et 1/3 des athlètes participants
Palier 3 Continental National	Athlètes ayant terminé dans le top 10 de la Série Grand Prix 2021 qui ont obtenu des performances dans le Top 12 junior ou Top 20 sur le circuit continental élite et/ou qui atteignent les standards de performances élite ou relève dans les deux disciplines.
Palier 4 Continental Junior/U23 National	Athlètes ayant terminé à une ou plusieurs reprises dans le top 15 de la Série Grand Prix 2021, qui en sont à leur première saison d'exposition sur le circuit continental junior ou U23 et ont atteint un standard élite ou relève.

Femmes	Hommes
Palier 1 – International Élite	
Amélie Kretz	Charles Paquet
Emy Legault	Alexis Lepage
	Jérémy Briand
Palier 2 – International Junior/U23	
Noémie Beaulieu	Léo Roy
Maira Carreau	Filip Mainville
Isla Britton	Pavlos Antoniadès
Alexandrine Coursol	Mathis Beaulieu
Palier 3 – Continental/National	
Kamille Larocque	Nicolas Harvey
Marika Couture	Zed Roy
Claudie Simard	Michaël Simard
Clara Normand	Edmond Roy
Céline Marks	Nathan Grondin
	William Nolet
	Nicolas Bolouri

Palier 4 – Continental Junior/U23 National	
Femmes	Hommes
Raphaëlle Rivard	Thomas Bilodeau
Anabelle Saindon	Alexandre Leblanc
Rose-Emmanuelle Binette	Louis Marchand
	Laurent Tétreault
	Olivier Desjardins
	Nolan Turgeon
	Samuel Beaulieu
	Loic Poulin-Desjardins
	Samaël Fleury-Nadeau
	Mathieu Benoît
	Jérémy Lajoie

BÉNÉFICES ET AVANTAGES

Les athlètes identifiés de niveau « Excellence », « Élite », « Relève » et nommés sur l'Équipe du Québec sont admissibles à:

- Recevoir des services d'encadrement, de logistique et de planification pour leur participation aux compétitions et projets déterminées par Triathlon Québec
- Recevoir un soutien financier selon les critères établis et le barème en vigueur (voir page suivante) ;
- Bénéficier du programme médico-sportif mis en place par Triathlon Québec incluant une évaluation médicale et fonctionnelle et recevoir des services supplémentaires offerts par l'Institut national du Sport ou par les centres régionaux d'entraînement multisports tels que la préparation physique;
- Participer aux camps d'entraînement domestiques et accéder à des plateaux d'entraînement de qualité (ex : Institut national du sport, Parc Jean Drapeau, Salles de vélo haute performance, Centre de glace);
- Recevoir les vêtements aux couleurs de l'Équipe du Québec et bénéficier des autres partenariats de Triathlon Québec;
- Recevoir des services de l'Alliance sport-étude pour favoriser la conciliation des études et du sport pour les athlètes de niveau collégial ou universitaire;
- Être identifiés comme récipiendaire de bourse dans le cadre des différents programmes de bourses coordonnés par Sports Québec ou d'autres organismes.

Grille de soutien financier 2022

Dans le cadre du programme de développement de soutien à l'excellence (PSDE), Triathlon Québec doit déposer des projets pour soutenir ses équipes du Québec formés majoritairement des athlètes identifiés Élite et Relève. Lorsque possible, les athlètes identifiés Excellence et Espoirs peuvent être sélectionnés sur des projets et bénéficier d'un soutien financier.

Le tableau ci-dessous présente le montant maximal dont un athlète peut bénéficier pour sa participation à un projet. De façon générale, Triathlon Québec assure la mise en place des projets et assume les coûts qui y sont reliés jusqu'à concurrence des montants établis. Si les dépenses prises en charge par la fédération excèdent le montant prévu, l'athlète sera facturé. Dans le cas contraire, l'athlète peut recevoir le montant résiduel par virement bancaire.

Le soutien financier est octroyé si toutes les conditions sont remplies par l'athlète telles que ;

- L'athlète a rencontré la politique de sélection émise s'il y a lieu
- L'athlète respecte les termes de l'entente de l'athlète (voir Annexe)
- L'athlète démontre un état de santé et de forme adéquat pour sa participation au projet et fait preuve d'engagement dans son entraînement quotidien

Équipe du Québec	Projet Floride Mars 2022	Compétition WT* 01/01/22 au 31/03 /22	Compétition WT** 01/04/22 au 31/12/22
Palier 1	2000\$	1000\$	1000\$/ course x 3
Palier 2	1250\$	1000\$	1000\$ / course x 2
Palier 3	1250\$	750\$	750\$ / course x 1
Palier 4	500\$	500\$	500\$ / course x1

*La compétition de Sarasota n'est pas admissible car déjà comprise dans le projet Floride.

** Seules les compétitions sanctionnées par World Triathlon sont admissibles et celles identifiées ici-bas seront d'abord prioritaires pour l'octroi d'un soutien financier. L'athlète devra également avoir rencontré les critères déterminés s'il y a lieu (ex : résultats antérieurs, standards de performances).

Calendrier des projets identifiés par Triathlon Québec 2022

- 28 février au 20 mars - Camp d'entraînement et préparation course continentale Sarasota
- 20 au 28 mars - Préparation course continentale de Quarteira (Portugal)
- 1^{er} mai - Course USAT junior Richmond
- Mi-mai - Tests laboratoire et/ou terrains au Québec
- 22-25 juin - Championnats du monde junior + WTS + Relais mixte Montréal
- 9 juillet - Championnat canadien Gatineau
- 17 juillet - Course continentale élite de Long Beach (USA)
- 5 au 13 août - Jeux du Canada (Niagara Falls)
- 10 au 12 septembre - Championnats du monde universitaire FISU Maceio (Brésil)
- 24-25 septembre - Course continentale élite et junior de St-Georges (USA)
- 19-20 novembre - Championnat continental élite et Junior Punta del Este (Uruguay)
- Autres camps domestiques - dates à confirmer

ANNEXE 1 – LETTRE D'ENTENTE

ATHLÈTES IDENTIFIÉS ET/OU NOMMÉS SUR L'ÉQUIPE DU QUÉBEC DE TRIATHLON

Dans le cadre du programme d'excellence de Triathlon Québec, voici les exigences à respecter pour les athlètes sélectionnés sur l'une des Équipes du Québec et/ou identifiés de niveau « Excellence », « Élite », « Relève » pour la saison en cours.

Section 1 : Adhésion et représentation

- Être membre de Triathlon Québec pour l'année 2022 ;
- Être résident du Québec et produire sa déclaration d'impôt au Québec ;
- Détenir une carte de compétition internationale auprès de Triathlon Canada sauf dans un cas exceptionnel où l'âge et le niveau de l'athlète ne le justifieraient pas;
- Représenter le Canada lors des épreuves internationales et le Québec lors des épreuves nationales ;
- Porter les vêtements de l'Équipe du Québec lors des événements de niveau provincial, national et continental et lors des projets soutenus par Triathlon Québec, sauf pour les athlètes de l'équipe nationale si d'autres conditions s'appliquent ;
- Apposer le logo de Triathlon Québec sur son maillot de compétition.

Section 2 : Compétitions et projets

- Participer aux championnats canadiens à moins d'obtenir une dérogation pour circonstance exceptionnelle (blessure, conflit avec une compétition de niveau supérieur);
- Participer au championnat québécois de sa catégorie à moins d'obtenir une dérogation pour circonstance exceptionnelle (blessure, conflit avec une compétition de niveau supérieur)
- Participer à la majorité des camps d'entraînements domestiques, journées de tests et projets soutenus par Triathlon Québec et soumettre un justificatif par courriel avant la tenue de celui-ci lorsque ce n'est pas possible.

Section 3 : Suivi de l'état de forme et de santé

- Fournir au moins deux fois par année des indicateurs de performances lors d'événements homologués en natation et course à pied, soient une fois entre le 1^{er} janvier et le 30 juin et une fois entre le 1^{er} juillet et le 31 décembre de l'année en cours;
- Rendre accessible son compte TrainingPeaks à Triathlon Québec ou compléter son compte smartabase 75% du temps ou fournir un rapport de suivi mensuel incluant l'état de forme et de santé de l'athlète;
- Faire une évaluation médicale annuelle, un suivi sanguin et une évaluation musculo-squelettique par un intervenant approuvé par Triathlon Québec avant le 31 janvier de l'année en cours;
- Aviser Triathlon Québec de toute blessure ou condition médicale qui l'écartera de la compétition ou de l'entraînement régulier (sans modification) pour une période supérieure à deux semaines et fournir le protocole de retour en collaboration avec son entraîneur et équipe de soutien intégré;

- Suivre la formation antidopage du CCES avant le 1^{er} mars de chaque année et se soumettre à toutes les directives et obligations relatives au CCES lorsqu'appliquable à l'athlète.

Section 4 : Section administrative et documents requis

- Acquitter ses factures dans un délai maximal de 30 jours après leurs réceptions;
- Effectuer les suivis qui lui sont demandés (courriel, appel, rendez-vous) dans un délai de 72 heures;
- Démontrer une utilisation cohérente de son crédit d'impôt et de tout soutien financier octroyé via Triathlon Québec ou ses partenaires dans la poursuite de l'excellence (encadrement, inscriptions aux compétitions, camp d'entraînement, soutien en ESI, équipements);
- Soumettre son plan individuel de performance, son calendrier de compétitions et les coordonnées de leur équipe de soutien intégrée avant le 1^{er} mars de l'année en cours;
- Signer l'entente d'athlète, le code de conduite et la politique de voyage de Triathlon Québec et Triathlon Canada (via la demande de carte de compétition internationale).

Je m'engage à respecter les dispositions de l'entente ci-haut et suis conscient(e) qu'un manquement à celle-ci pourrait entraîner un retrait de mon crédit d'impôt (si applicable) et de tout privilège et bénéfice de l'Équipe du Québec.

Signature de l'athlète :

Signature du parent (si l'athlète est mineur) :

Date : -----

CODE DE CONDUITE ET POLITIQUE DE PROJETS ET DE COMPÉTITIONS POUR LES ATHLÈTES

La politique qui suit s'applique à tous les athlètes membres des Équipes du Québec et athlètes participants aux projets organisés et encadrés par Triathlon Québec. Les projets comprennent l'ensemble des camps d'entraînements domestiques ou à l'étranger et des compétitions où l'athlète est sélectionné par Triathlon Québec ou représente Triathlon Québec. Voici les comportements attendus et le code de conduite exigé pour les athlètes.

Les athlètes sont tenus de :

- Faire preuve d'un bon esprit sportif dans toute situation, que ce soit à l'entraînement ou en compétition ainsi que dans leur utilisation des médias sociaux ;
- Se comporter de façon responsable, respectueuse et courtoise envers les partenaires d'entraînements, les compétiteurs, les entraîneurs, le personnel, les officiels, les bénévoles et les membres du public lorsqu'ils participent à des activités de Triathlon Québec et dans leur utilisation des médias sociaux ;
- Ne pas commettre d'actes qui pourraient constituer une infraction à une loi fédérale ou provinciale ou à une loi du pays dans lequel l'événement ou l'activité se déroule ;
- Ne pas consommer d'alcool et de drogues en toutes circonstances lorsqu'ils participent à des activités de Triathlon Québec ;
- Se comporter de façon cohérente envers un engagement à l'excellence de la compétition sportive ;
- Respecter la propriété privée telle que l'hébergement, les véhicules, les installations sportives mises à la disposition de l'athlète ;
- Connaître et respecter les dispositions actuelles d'antidopage adoptées telles que circulées par le CCES et adaptées par Triathlon Canada et l'Union internationale de triathlon.

Selon la gravité de la situation, un manquement à ces règles pourrait entraîner un avertissement et/ou un renvoi de l'athlète à ses frais au Québec et/ou une expulsion de l'athlète de l'Équipe du Québec et la révocation des bénéfices qui y sont rattachés. Lorsque la situation l'exige, le comité de discipline de Triathlon Québec analysera le manquement au code de conduite et se prononcera sur les actions à poser.

Signature de l'athlète :

Signature du parent (si l'athlète est mineur) :

Date : -----

ANNEXE 2 – STANDARDS DE PERFORMANCE

STANDARDS ÉQUIPES DU QUÉBEC							
		Natation			Course à pied		
Niveau	Âge en 2021	200m	400m	750m	1500m	3000m	5000m
Élite Femme	16 ans et +	02 :16,0	04 :48,0	9 :15,0	04 :40,0	10 :05,0	17 :30,0
Relève Femme	16 à 23 ans	02 :21,0	05 :00,0	9 :35,0	04 :51,0	10 :35,0	18 :20,0
Élite Homme	16 ans et +	02 :06,0	04 :30,0	08 :50,0	04 :05,0	08 :44,0	15 :12,0
Relève Homme	16 à 23 ans	02 :10,0	04 :38,0	09 :05,0	04 :14,0	09 :09,0	15 :55,0

STANDARDS ÉQUIPES DU QUÉBEC DÉVELOPPEMENT							
		Natation			Course à pied		
Niveau	Âge 2022	200m	400m	750m	1500m	3000m	5000m
EspoirDév. Femme	14-19 ans	02 :30,0	05 :18,0	10 :15,0	05 :16,0	11 :15,0	19 :32,0
Espoir Dév. Homme	14-19 ans	02 :21,0	05 :01,0	09 :50,0	04 :37,0	09 :52,0	17 :06,0

STANDARDS ESPOIR							
		Natation			Course à pied		
Niveau	Âge 2022	200m	400m	750m	1500m	3000m	5000m
Espoir Femme	16-23 ans	02 :50,0	06 :00,0	11 :30,0	5 :30,0	12 :30,0	21 :45,0
Espoir Femme	12-15 ans	03 :20,0	06 :50,0	NA	06 :30,0	13 :50,0	NA
Espoir Homme	16-23 ans	02 :40,0	05 :40,0	11 :00,0	5 :00,0	11 :15,0	19 :30,0
Espoir Homme	12-15 ans	03 :20,0	06 :50,0	NA	06 :15,0	13 :20,0	NA

TRIATHLON
 **QUÉBEC**

4545, Avenue Pierre de Coubertin
Montréal (Québec) H1V 0B2

Téléphone : **514 252-3121**

Courriel : info@triathlonquebec.org

triathlonquebec.org