

***POLITIQUES DE SÉLECTION ET  
MODALITÉS DE SOUTIEN***

***PROJETS ÉQUIPE DU QUÉBEC 2026***



**MISE À JOUR — MARS 2026**

---

**Triathlon Québec**

7665, Bd Lacordaire  
Montréal (Québec) H1S 2A7  
Téléphone : 514 252-3121

[info@triathlonquebec.org](mailto:info@triathlonquebec.org)

Triathlonquebec.org

## TABLE DES MATIÈRES

PRÉAMBULE .....	3
POLITIQUES DE SÉLECTION ET MODALITÉS DE SOUTIEN FINANCIER .....	4
PRINCIPES DIRECTEURS ET CONDITIONS D'ÉLIGIBILITÉ .....	5
CHAMPIONNATS CONTINENTAUX U23, JUNIOR ET ÉLITE – ANTOFAGASTA, CHILI .....	6
COUPES CONTINENTALES PATCO DE MONTRÉAL ET MAGOG .....	7
SÉRIE NATIONALE DÉVELOPPEMENT - TORONTO .....	8
CHAMPIONNATS CANADIENS JUNIORS, U23 ET ÉLITE - VICTORIA.....	9

## 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 spécifique, les objectifs suivants sont établis :

- Accroître la présence d'athlètes québécois sur les équipes nationales senior et de développement, des Grands Jeux et des championnats du monde junior, u23, élite et de relais par équipe mixte;
- Être la province dominante lors des événements nationaux tels que les championnats canadiens, les épreuves de série nationale développement et les Jeux du Canada en plaçant des athlètes sur le podium et dans le top 8 dans les catégories juniors, u23 et élite
- Obtenir le plus de résultats possible parmi le top 12 et le top 20 lors des événements continentaux ciblés
- Accroître le bassin global de triathlètes québécois dans les catégories jeunesse, junior et élite

La sélection des projets, les modalités de support aux athlètes et entraîneurs et le type de services fournis sont déterminés dans le but d'atteindre ces objectifs à court et long terme. Enfin, une visée importante des projets est de consolider la synergie d'équipe des athlètes et entraîneurs et de leur donner des conditions optimales de performance.

Le document qui suit énonce les critères de sélection et les modalités de soutien des projets de compétition encadrés par Triathlon Québec se déroulant entre le 1<sup>er</sup> avril 2026 et le 31 décembre 2026. Ces projets sont supportés financièrement par le gouvernement du Québec à travers le PSDE et visent principalement à soutenir les athlètes identifiés de niveau « élite » et « relève ». Les athlètes identifiés Excellence et Espoirs peuvent être sélectionnés sur des projets et bénéficier d'un soutien financier dans certaines circonstances.

## POLITIQUES DE SÉLECTION ET MODALITÉS DE SOUTIEN FINANCIER

Voici les projets ciblés pour la saison 2026. Les détails pour chacun des projets se trouvent aux pages suivantes. Les projets sont énumérés par ordre chronologique.

- 1<sup>er</sup> au 17 janvier - Camp d'entraînement – Clermont, Floride
- 2 au 16 mars – Camp d'entraînement – Gérone, Espagne
- 24 au 28 mars – Coupe continentale PATCO– Gulfport, Mississippi
- 30 avril au 3 mai – Série nationale junior USAT – Richmond, Virginie
- 26-27 juin – Coupe continentale élite – Montréal, Québec
- 30 juin au 5 juillet – Championnats continentaux Junior, U23, Élite – Antofagasta, Chili
- 11-12 juillet – Coupe continentale élite – Magog, Québec
- 24 au 26 juillet – Série nationale développement– Toronto, Ontario
- 18 au 23 août– Championnats canadiens junior et U23 – Victoria, Colombie-Britannique

Les athlètes ciblés pour ces projets évoluent dans les catégories junior et élite sont sélectionnés en fonction du niveau de performance qu'ils ont démontré par des résultats de compétitions et des standards de performances dans les disciplines du triathlon (tableau ci-bas). Les indicateurs de temps en natation et course à pied sont des paramètres objectifs du niveau de forme et de préparation de l'athlète ainsi que du potentiel à performer sur certains formats de compétitions. Ils sont aussi des marqueurs concrets permettant d'évaluer la progression de l'athlète à travers le temps sur ces disciplines. Ils sont donc utilisés en vue de sélection sur des événements ciblés et servent de balises pour orienter le choix des compétitions. Les indicateurs de niveau A sont généralement corrélés avec des performances dans le top 20 sur des courses continentales. Les indicateurs de niveau B peuvent être considérés comme un point d'entrée pour concourir au niveau continental élite, particulièrement pour les courses au Canada. Les indicateurs de niveau C sont établis pour participer aux compétitions de niveau national ou continental junior à l'extérieur du Québec. Les temps doivent avoir été réalisés dans des compétitions homologuées par les fédérations de natation et d'athlétisme ou par des événements reconnus par Triathlon Québec (ex : journée d'identification). Les temps réalisés sur une épreuve de 5 kilomètres sur route peuvent être convertis sur 3000m selon les chartes de conversion pour obtenir un critère cumulatif.

Niveau	Âge 2026	Natation		Course à pied		Cumulatif*
		400m	800m	3000m	5000m	400m+3000m
Femme A	16 ans et +	04:48,0	09:58,0	10 :05,0	17 :30,0	14:53,0
Femme B	16 ans et +	05:00,0	10:23,0	10 :35,0	18 :20,0	15:35,0
Femme C	16-18 ans	05:18,0	10:56,0	11:15,0	19:32,0	16:33,0
Homme A	16 ans et +	04:30,0	09:21,0	08 :44,0	15:12,0	13:14,0
Homme B	16 ans et +	04:38,0	09:37,0	09 :09,0	15:55,0	13:47,0
Homme C	16-18 ans	04:49,0	10:00,0	09:29,0	16:29,0	14:18,0

## PRINCIPES DIRECTEURS ET CONDITIONS D'ÉLIGIBILITÉ

Pour l'ensemble des projets organisés par Triathlon Québec, les athlètes doivent remplir les conditions d'éligibilités suivantes.

- Être membre annuel de Triathlon Québec en date du projet et pour la période du 1<sup>er</sup> avril 2026 au 31 mars 2027 ;
- Être identifié de niveau Excellence, Élite, Relève ou Espoir pour la période du 1<sup>er</sup> janvier au 31 décembre 2026 ;
- Avoir minimalement rempli les standards de compétitions déterminés pour le projet depuis le 1<sup>er</sup> novembre 2025 et avant la date de sélection du projet à moins d'avoir obtenu une exemption pour motif valable;
  - o Les athlètes peuvent réaliser le cumulatif des deux temps (400 mètres de natation + 3000\* mètres de course à pied) ou les standards pris séparément (ex : 400 mètres de natation ET 5 kilomètres de course à pied).
- Remplir toutes les conditions du code de conduite en annexe ;
- Satisfaire à la politique de sélection émise s'il y a lieu (ex : de Triathlon Canada);
- Démontrer un état de santé et de forme adéquat pour sa participation au projet et faire preuve d'engagement dans son entraînement quotidien ;

*\*Un temps réalisé sur 5 kilomètres sur route peut être converti en une performance sur piste.*

### **Déclaration d'intérêt et sélection des athlètes**

Pour les compétitions internationales, les athlètes doivent être détenteur d'une carte de compétition internationale et faire leur déclaration d'intérêt dans la plate-forme nationale *Trireg* au plus tard 45 jours avant la date de l'événement selon les modalités de Triathlon Canada.

Pour les projets d'Équipe du Québec, par exemple les championnats canadiens et la Série nationale de Toronto, les athlètes doivent exprimer leur intérêt 45 jours avant la date de l'événement, puis confirmer officiellement leur participation dans les 30 jours précédant la course.

La sélection des athlètes et l'annonce finale des modalités de soutien financier se feront au plus tard 20 jours avant la course.

### **Déclaration d'intérêt et sélection des entraîneurs**

Pour les compétitions internationales, les entraîneurs doivent être en règle au niveau de Triathlon Canada et faire leur déclaration d'intérêt dans la plate-forme nationale *Trireg* au plus tard 45 jours avant la date de l'événement selon les modalités de Triathlon Canada.

Pour les projets d'Équipe du Québec, les entraîneurs doivent exprimer leur intérêt au moins 60 jours avant la date de l'événement en utilisant le formulaire d'intérêt prévu à cet effet.

## CHAMPIONNATS CONTINENTAUX U23, JUNIOR ET ÉLITE – ANTOFAGASTA, CHILI

Ce projet vise les athlètes des catégories juniors, u23 et élite qui ont le potentiel de réaliser au minimum un top 8 dans leur catégorie au niveau continental. Les championnats continentaux sont un événement important pour Triathlon Québec car ils sont une opportunité de remplir des critères déterminés par Triathlon Canada pour les Championnats du monde Junior ou U23. Cet événement est aussi une occasion de mettre en pratique des protocoles pré-course liés à des conditions particulières et à se mesurer à une compétition d'envergure. Triathlon Québec supportera financièrement un contingent maximal de 10 athlètes pour l'ensemble des catégories.

### Date du projet ciblé

- 30 juin au 5 juillet – Championnat continental Junior, U23, Élite – Antofagasta, Chili

### Critères de sélection U23/Élite

- 1) Athlète ayant réalisé un Top 25 en Coupe du monde ou un Top 5 en course continentale en 2025 ou 2026 ;
- 2) Athlète ayant réalisé deux Tops 20 en Coupe continentale élite en 2025 ou 2026 ;

Pour qu'un critère soit jugé rempli, l'athlète doit avoir terminé dans la première moitié des participants et dans 8% du temps gagnant. Il doit y avoir au moins 12 athlètes participants à la course pour qu'elle soit considérée. Si deux athlètes ou plus réalisent une même priorité, le rang mondial 30 jours avant la course sera considéré.

### Critères de sélection Junior

- 1) Athlète ayant satisfait aux critères de sélection automatiques de Triathlon Canada
- 2) Athlète ayant réalisé un top 12 dans une épreuve de Série USAT ou un top 10 aux Championnats canadiens juniors 2025.

### Modalités de support

- Triathlon Québec prendra en charge l'organisation du transport, de l'hébergement et de l'encadrement pour les athlètes sélectionnés participant au projet complémentairement à la logistique offerte par Triathlon Canada. Les dépenses seront prises en charge jusqu'à hauteur de 1000\$ pour les athlètes U23/Élite et de 500\$ pour les athlètes juniors.

## COUPES CONTINENTALES PATCO DE MONTRÉAL ET MAGOG

Ces projets visent les athlètes des catégories junior et élite qui satisfont les exigences de compétition de ce niveau. La préparation adéquate au format de la compétition, aux spécificités des parcours et aux conditions prévues est un des objectifs majeurs visés par ce projet. Un maximum de douze athlètes, toutes catégories confondues, sera soutenu par projet et l'encadrement sera assuré par un ou deux entraîneurs.

### Dates des projets ciblés

- 26-27 juin – Coupe continentale élite – Montréal, Québec
- 11-12 juillet – Coupe continentale élite – Magog, Québec

### Critères de sélection Junior/U23/Élite (jusqu'à six athlètes par sexe)

- 1) Athlète ayant réalisé un Top 25 en Coupe du monde ou un Top 5 en course continentale en 2025 ou 2026 ;
- 2) Athlète ayant réalisé deux Top 12 en Coupe continentale élite en 2025 ou 2026 ;
- 3) Athlète ayant réalisé deux Top 20 en Coupe Continentale élite et/ou Top 8 en Course Internationale JR ou USAT en 2025 ou 2026 ;
- 4) Athlète étant dans le top 3 de la Série Grand Prix après les épreuves de Joliette ou Laval\*.

### \*Critère d'éligibilité pour recevoir ou soutien financier

- Avoir rempli les standards de natation et course à pied de niveau B ou mieux

### Modalités de support

- Triathlon Québec octroiera un montant forfaitaire de 250\$ par athlète par compétition. L'athlète doit prendre le départ pour recevoir son soutien financier.

## SÉRIE NATIONALE DÉVELOPPEMENT - TORONTO

Ce projet vise les athlètes des catégories juniors, U23 et élite qui poursuivent leur développement au niveau provincial et national et visent à obtenir un classement sur la série nationale développement. L'objectif de ce projet est de rassembler des athlètes dans un collectif provincial et leur offrir des conditions favorables à leurs performances. Le projet vise à favoriser les échanges entre athlètes et entraîneurs et permettre à la nouvelle génération d'être exposée à un niveau de compétition plus élevé dans un environnement stimulant. Bien que cette compétition soit ouverte à tous les athlètes, Triathlon Québec prendra en charge la logistique, incluant le transport et l'hébergement, d'un groupe de 16 athlètes. Un minimum de trois athlètes par sexe âgés de 16 à 18 ans seront sélectionnés pour ce projet.

### Dates du projet ciblé

- 24 au 26 juillet – Série nationale développement– Toronto, Ontario

### Critères de sélection généraux juniors, U23, élite – jusqu'à cinq athlètes par sexe

- 1) Athlète ayant réalisé un Top 12 en Coupe continentale Élite en 2026
- 2) Athlète ayant réalisé deux Top 20 en Coupe continentale Élite en 2026
- 3) Athlète junior ayant réalisé un Top 10 en course USAT en 2026 ou un top 15 aux championnats continentaux juniors en 2026\*
- 4) En ordre d'apparition, classement de la Série Grand Prix après les épreuves de Joliette, Laval et Gatineau en calculant les deux meilleurs résultats\*

### Critères de sélection spécifiques prospect (16 – 18ans) – jusqu'à trois athlètes par sexe

- 1) En ordre d'apparition, classement de la Coupe du Québec Junior après les épreuves de Nicolet, Joliette, Laval et Gatineau en calculant les trois meilleurs résultats\*

*Note : Les athlètes sélectionnés dans les critères généraux ne sont pas comptabilisés dans ces trois athlètes.*

### \*Critères d'éligibilité

- Avoir rempli les standards de niveau B pour les athlètes U23/Élite et de niveau C pour les athlètes juniors.
- Avoir participé à l'épreuve qualification de la Série Grand Prix de Laval\*

*\*Une exemption peut être demandée pour des circonstances exceptionnelles.*

### Modalités de support

- Triathlon Québec prendra en charge l'organisation du transport, de l'hébergement et de l'encadrement pour les athlètes sélectionnés participant au projet.

Date de sélection des athlètes : 6 juillet 2026

## CHAMPIONNATS CANADIENS JUNIORS, U23 ET ÉLITE - VICTORIA

Ce projet vise les athlètes des catégories juniors, U23 et élite qui poursuivent leur développement au niveau provincial et national et visent à obtenir un classement sur la série nationale développement. L'objectif de ce projet est de rassembler des athlètes dans un collectif provincial et leur offrir des conditions favorables à leurs performances. Le projet vise à favoriser les échanges entre athlètes et entraîneurs et permettre à la nouvelle génération d'être exposée à un niveau de compétition plus élevé dans un environnement stimulant. Bien que cette compétition soit ouverte à tous les athlètes ayant rempli les critères d'éligibilité de Triathlon Canada, Triathlon Québec prendra en charge la logistique, incluant le transport et l'hébergement, d'un groupe de 20 athlètes. Un minimum de trois athlètes par sexe âgés de 16 à 18 ans seront sélectionnés pour ce projet.

### Dates du projet ciblé

- 18 au 23 août – Championnats canadiens junior, U23/élite – Victoria, Colombie-Britannique

### Critères de sélection généraux juniors, U23, élite – jusqu'à sept athlètes par sexe

- 1) Athlète ayant réalisé un Top 12 en Coupe continentale Élite en 2026
- 2) Athlète ayant réalisé deux Top 20 en Coupe continentale Élite en 2026
- 3) Athlète junior ayant réalisé un Top 10 en course USAT ou un top 15 aux championnats continentaux juniors en 2026\*
- 4) Athlète ayant réalisé un top 5 à la Série nationale développement de Toronto ou Magog\*
- 5) En ordre d'apparition, classement de la Série Grand Prix après les épreuves de Joliette, Laval et Gatineau en calculant les deux meilleurs résultats\*

### Critères de sélection spécifiques prospect (16 – 18ans) – jusqu'à trois athlètes par sexe

- 1) En ordre d'apparition, classement de la Coupe du Québec Junior après les épreuves de Nicolet, Joliette, Laval, Gatineau et Magog en calculant les trois meilleurs résultats\*

*Note : les athlètes sélectionnés dans les critères généraux ne sont pas comptabilisés dans ces trois athlètes.*

### \*Critère d'éligibilité

- Avoir rempli les standards de niveau B pour les athlètes U23/Élite et de niveau C pour les athlètes juniors.

### Modalités de support

- Triathlon Québec prendra en charge l'organisation du transport, de l'hébergement et de l'encadrement pour les athlètes sélectionnés participant au projet.
- La fédération assumera les dépenses reliées au projet jusqu'à hauteur de 750\$.

Date de sélection des athlètes : 27 juillet 2026

## ANNEXE – CODE DE CONDUITE

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'entraînement 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 porter atteinte à l'image de Triathlon Québec;
- Ne pas commettre d'actes qui constituent 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 ;
- Respecter le code vestimentaire attendu pour le projet en portant les vêtements de Triathlon Québec fournis;
- Se comporter de façon cohérente envers un engagement à l'excellence de la compétition sportive (respect du couvre-feu, alimentation adéquate, hygiène et propreté des lieux);
- Respecter la propriété privée telle que l'hébergement, les véhicules, les installations sportives mises à la disposition de l'athlète ;
- Remplir le questionnaire de rétroaction au terme du projet;
- Connaître et respecter les dispositions actuelles d'antidopage adoptées telles que circulées par le CCES et adaptées par Triathlon Canada et Word 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 : \_\_\_\_\_