



Un prologue... huit étapes... un classement général

Ayant suscité beaucoup d'intérêt chez nos participants depuis ses débuts en 2008, le classement général du *Circuit régional des 10 km* est de retour. Encore cette année, il porte sur l'épreuve principale de chaque événement et son calcul tient compte du **temps en valeur relative** des coureurs et coureuses.

Seuls les **cinq meilleurs résultats** sont retenus pour le calcul du classement final. Cependant, la participation à un plus grand nombre de courses peut améliorer sa position en fin de saison, puisqu'elle permet d'éliminer du calcul les moins bons résultats obtenus.¹ Les trois premières femmes et les trois premiers hommes seront couronnés au terme de la saison.

Le calcul du résultat en valeur relative²

Afin que les chances d'obtenir des points soient mieux équilibrées, le classement général du *Circuit* a la particularité d'être calculé selon le temps en valeur relative. Son calcul intègre la présence d'un handicap sur le temps obtenu par les participants, lequel tient compte de l'âge (au 31 décembre de l'année en cours). Le chrono réalisé par les coureurs et coureuses de 20 à 34 ans constitue le temps de référence à partir duquel est calculé le handicap pour les autres catégories (par tranche de cinq ans). Celui-ci a été établi en adaptant le classement en valeur relative par âge de la *USA Track and Field Association*. Ce handicap considère une régression des performances en fonction du groupe d'âge, ainsi que de la profondeur quant au niveau de la participation selon le sexe. Un tableau détaillé indiquant le handicap de chacune des catégories est présenté à la page suivante.

Le nombre de points varie selon la course. Vingt (20) points sont attribués lors de sept épreuves : le Grand Rendez-vous de la Santé (Baie St-Paul), le Sentier Urbain (Québec), le Festival Sportif Team (Sainte-Marie de Beauce), la Course des Pionniers (L'Islet), la Course du Grand Lévis (Lévis), La Galipote (Québec) et les

¹ Même si la participation à un plus grand nombre de courses peut favoriser une meilleure position au classement, il est par ailleurs possible de figurer au classement final sans avoir complété cinq courses.

² Ce calcul selon le temps obtenu en valeur relative ne vaut cependant que pour le classement général du *Circuit*, puisque le temps en valeur absolue prévaut pour les gagnants et gagnantes de chacune des courses des différents événements composant la programmation du *Circuit*.

10 km de l'Université Laval (Québec). Quinze (15) points sont attribués lors du prologue (5 km Prédiction Sports Experts Peps) et vingt-cinq (25) lors de la finale du **Circuit** dans le cadre de la Course de l'oie blanche disputée à Montmagny.

L'attribution des points est faite dans l'ordre inversé des positions à l'arrivée. Selon le nombre de points attribués, ne sont considérés pour le classement que les 15, 20 ou 25 premiers et premières toutes catégories confondues à partir du handicap.³ Les tableaux détaillés pour chacune des courses sont présentés à la page suivante.

Le classement est mis à jour après chacune des épreuves sur le site du **Circuit** à l'adresse suivante : (www.circuitregional10km.com).

Bonne course !

L'Équipe du Circuit régional des 10 km

Handicap par catégorie d'âge pour le classement du Circuit régional des 10 km		
Catégories	Hommes	Femmes
16-19	97,5%	98,5%
20-34	100,0%	100,0%
35-39	99,0%	98,5%
40-44	97,0%	95,0%
45-49	93,5%	91,5%
50-54	90,0%	88,0%
55-59	86,0%	84,0%
60-64	82,0%	80,0%
65-69	78,0%	76,0%
70-74	73,5%	71,5%
75-79	68,5%	66,5%
80 et +	65,5%	63,5%

Adapté en 2008 par Richard Chouinard à partir du classement en valeur relative par âge de la **USA Track and Field Association**.

³ En cas d'égalité au classement final, les critères suivants détermineront la gagnante et le gagnant : 1) le nombre de victoires au général (tenant compte du handicap), puis 2) le nombre de victoires dans sa catégorie d'âge.

Points attribués selon le rang en valeur relative

5 KM PRÉDICTION SPORTS EXPERTS PEPS																
Femmes	Rang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Pointage	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Hommes	Rang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Pointage	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

LE GRAND RENDEZ-VOUS DE LA SANTÉ																					
Femmes	Rang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Pointage	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Hommes	Rang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Pointage	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

LE SENTIER URBAIN																					
Femmes	Rang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Pointage	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Hommes	Rang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Pointage	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

LE FESTIVAL SPORTIF TEAM																					
Femmes	Rang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Pointage	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Hommes	Rang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Pointage	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

LA COURSE DES PIONNIERS																					
Femmes	Rang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Pointage	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Hommes	Rang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Pointage	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

LA COURSE DU GRAND LÉVIS																					
Femmes	Rang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Pointage	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Hommes	Rang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Pointage	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

LA GALIPOTE																					
Femmes	Rang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Pointage	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Hommes	Rang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Pointage	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

LES 10 KM DE L'UNIVERSITÉ LAVAL																					
Femmes	Rang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Pointage	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Hommes	Rang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Pointage	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

LA COURSE DE L'OIE BLANCHE																										
Femmes	Rang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
	Pointage	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Hommes	Rang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
	Pointage	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1