



CHEERLEADING

RÉGLEMENTATION SPÉCIFIQUE

2025-2026

DOCUMENTS COMPLÉMENTAIRES IMPORTANTS À LIRE :

- 1) RÈGLEMENTS ADMINISTRATIFS DU RSEQ MAURICIE DE L'ANNÉE EN COURS**
- 2) RÈGLEMENTS SPÉCIFIQUES – CHAMPIONNAT PROVINCIAL SCOLAIRE DE CHEERLEADING DU RSEQ**

Adopté le 29 octobre 2025

Article 1. CATÉGORIES D'ÂGE

Juvenile du 1er juillet 2007 au 30 septembre 2009
Cadet du 1^{er} octobre 2009 au 30 septembre 2011
Benjamin du 1er octobre 2011 au 30 septembre 2013
Moustique du 1^{er} octobre 2013 au 30 septembre 2015

Niveaux par catégorie

Primaire :
Niveau 1
Niveau 2

Benjamin :
Niveau 3 de la FCQ
Niveau 2 de la FCQ

Cadet :
Niveau 3 de la FCQ
Niveau 2 de la FCQ

Juvenile :
Niveau 4 de la FCQ
Niveau 3 de la FCQ

OUVERTES
Niveau 1
Niveau 2
Niveau 3

ARTICLE 2. RÈGLEMENTS

Les règlements techniques de la Fédération québécoise de cheerleading sont utilisés.

Les règlements spécifiques ont préséance sur les règlements généraux du RSEQ-Mauricie.

ARTICLE 3. INSCRIPTIONS

3.1 Seules les équipes inscrites à la ligue peuvent participer au championnat régional.

3.1.1 L'inscription d'une équipe à la ligue doit être reçue au RSEQ-Mauricie avant le 07 octobre. Toutes les équipes doivent être inscrites sur le site S1 au plus tard le 30 novembre. Les ajouts d'athlètes sont acceptés jusqu'à 48 heures avant l'évènement pour être admissible au championnat régional.
Aucun ajout sur place.

ARTICLE 4. COMPOSITION D'UNE ÉQUIPE

4.1 Chaque école peut présenter une ou plusieurs équipes mixtes par catégorie. Chaque équipe sera composée d'un maximum quarante (44) personnes, se répartissant ainsi :

Entraîneur/accompagnateur: Maximum 8
Minimum 1 par 12 athlètes

- ## ARTICLE 5. LA SURFACE

- ## ARTICLE 6. ORDRE DE PASSAGE

- ## ARTICLE 7. RETARD

- ## ARTICLE 8. INSPECTION DE SÉCURITÉ

- 8.1 **L'entraîneur a la responsabilité de ses athlètes au niveau de l'inspection de sécurité.**
- 8.2 Les athlètes du même sexe d'une équipe doivent porter un uniforme de même modèle.
- 8.3 Dans toutes les catégories: Lorsqu'un athlète est debout avec ses bras à l'horizontal (en T), l'uniforme doit couvrir son abdomen.
- 8.4 Le port de bijou est interdit **incluant le «piercing ou perçage».**
- 8.5 Le port du bracelet « Médic-Alert » est permis, mais ce dernier doit être recouvert d'un ruban adhésif médical (sauf la plaque).
- 8.6 Les faux ongles sont défendus

- 8.7 Les ongles doivent être coupés et sans verni. Ils ne doivent pas être apparents lorsque l'on regarde la paume de la main.
- 8.8 Les espadrilles avec une semelle semi-rigide et uniforme, qui ne laissent pas de marque sont obligatoires.
- 8.9 Le port de support orthopédique souple est autorisé, mais aucun athlète ayant un membre recouvert de plâtre ou un support protecteur rigide ne peut participer.
- 8.10 Les camisoles doivent avoir des bretelles larges, les bretelles spaghetti sont interdites.
- 8.11 La gomme à mâcher est interdite sur toute la surface de compétition (synthétique) ainsi que les boissons et tout autre aliment à l'exception de l'eau.

ARTICLE 9. DÉROULEMENT DES ROUTINES

- 9.1 Lors de la période d'échauffement 4 stations sont disponibles aux équipes. Chaque équipe aura la possibilité de pratiquer sa chorégraphie une fois sur une surface réglementaire **avec musique** (4 minutes). L'équipe peut effectuer l'ensemble de sa chorégraphie ou utiliser son temps alloué à sa guise à chaque station. Cependant si une équipe arrive en retard à une station, le temps perdu ne sera pas repris.

Lors de la compétition, l'équipe peut présenter sa routine une seule fois devant les juges.

- 9.3 La routine peut être arrêtée pour les raisons suivantes :
- Si les juges la considèrent trop dangereuse
 - Conséquence : L'équipe sera disqualifiée de la compétition.
 - Une difficulté technique (ex. Musique qui arrête, « spotters » pas prêt)
 - Conséquence : L'équipe aura la possibilité de recommencer la routine depuis le début.
 - Trame sonore officielle non-conforme: (Fournie et validée par l'entraîneur)
 - Conséquence : L'équipe est disqualifiée de la compétition à moins de :
 - A) Fournir une version adéquate dans les 20 secondes
 - B) Être déclarée par défaut en retard et replacée ultérieurement (si possible)
- N.B. Dans les 2 cas, l'équipe est sanctionnée d'une amende de 50\$.
- Une blessure
 - Conséquence : L'autorisation d'un soigneur sera nécessaire dans la mesure où la personne blessée désire continuer. L'équipe aura la possibilité de recommencer la routine au début de la prestation.
- 9.4 Les équipes ne peuvent refuser l'accès sur le tapis aux attrapeurs (spotters).

ARTICLE 10. DURÉE DE LA ROUTINE

Secteur Primaire et Secondaire :

Le *Cheer Chant* est obligatoire.

Il doit être d'une durée de 30 secondes à 1 minute en début ou en milieu de routine, pour une prestation totale de 2 minutes 30 secondes. La portion musique doit être d'une durée maximale de 1 minute 45 secondes. Il ne doit pas y avoir d'espace entre le *Cheer Chant* et la portion musique.

Le *Cheer Chant* sera noté dans le pointage. Les éléments compris dans le *Cheer Chant* seront comptabilisés seulement dans la section Cheer et ne compteront pas dans le pointage des autres disciplines. (ex : stunt,

pyramide, tumbling, etc). Veuillez consulter les feuilles de pointage sur le site de la Fédération afin de connaître les critères d'évaluation du *Cheer Chant*.

Les accessoires ont pour objectif de soutenir et de rehausser l'implication de la foule. L'emphasis est mise sur l'utilisation de ceux-ci et non sur l'esthétique du matériel. Les accessoires sont donc obligatoires. Il est à noter qu'un accessoire fait à la main est adéquat

ARTICLE 11. TRAME SONORE

- 11.1 Le mercredi avant l'activité, l'entraîneur et/ou le responsable des sports devra envoyer par courriel sa trame sonore à la personne responsable de la ligue.
- 11.2 La langue utilisée sur la trame sonore est à la discrétion de l'équipe. Aucun blasphème (sacre) sur la trame sonore ne sera toléré (peu importe la langue). Attention aux chansons en espagnol. Chaque utilisation d'un langage vulgaire est sanctionnée par une pénalité selon la réglementation de la FCQ

ARTICLE 12. POINTAGE

12.1 Amicales #1 et #2/ Formative :

Lors de ces rencontres, les juges discuteront avec les entraîneurs pour les aider à améliorer certains éléments de la chorégraphie. Les épreuves servent également de familiarisation avec les critères d'évaluation de la saison et des règles de sécurité. **Il y aura une présentation des trois premières positions de chacune des catégories.**

12.2 Compétition régionale:

Lors de la rencontre régionale, les juges attribueront une note sur la chorégraphie. La note de la chorégraphie déterminera le classement des équipes. Selon le nombre d'équipes dans chaque catégorie, les équipes seront réparties en divisions de force pour le championnat régional. Une équipe classée à un niveau inférieur pourra demander l'accès au niveau supérieur en vue du championnat régional. Cependant, aucune équipe ne peut rétrograder dans la catégorie inférieure sans avoir préalablement évolué dans une catégorie.

ARTICLE 13. CHAMPIONNAT RÉGIONAL

- 13.1 La participation aux deux rencontres locales de la saison de cheerleading est obligatoire pour pouvoir participer au championnat régional du RSEQ-Mauricie.
- 13.2 La bannière est remise à l'équipe gagnante de chaque catégorie dans chaque niveau. Des Médailles Or, Argent et bronze seront aussi remises aux trois premiers de chaque catégorie. S'il s'avère qu'une équipe est seule dans son niveau, elle remportera le titre régional de sa catégorie/niveau et pourra représenter la Mauricie au Championnat Provincial scolaire dans sa catégorie.