

CATÉGORIES DIVISION CIVILE ET ICU CIVILE SAISON 2023-2024

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Ce document représente les divisions offertes par la Fédération de cheerleading du Québec (FCQ) pour la saison 2023-2024. La liste des catégories et la grille d'âge sont inspirées de [Cheer Canada](#), d'[IASF](#) et d'[ICU](#), mais ajustées en fonction du contexte québécois.

La grille d'âge s'applique également à la division récréative.

Tel qu'annoncé l'année dernière, l'âge minimal des **catégories ouvertes (open) augmente à 16 ans pour la saison 2023-2024.**

Afin d'assurer l'accessibilité au sport pour les équipes québécoises, le nombre minimal d'athlètes par équipe est maintenu à 5 athlètes plutôt que 10 athlètes tel que recommandé par IASF.

IMPORTANT

Équipes participant à des compétitions à l'extérieur du Québec :

Les équipes participant à des compétitions à l'extérieur du Québec doivent consulter la réglementation en vigueur auprès des producteurs d'événements non-sanctionnés par la FCQ.

Équipes participant au championnat du monde IASF ou ICU:

En plus de respecter les critères d'éligibilité de la FCQ, les équipes tentant de se qualifier pour les championnats du monde IASF doivent s'assurer de respecter les critères d'éligibilité d'IASF :

http://www.iasfworlds.com/wp-content/uploads/2021/11/REVISED-2022_2023-IASF-CHEER-AGE-GRID-.pdf

ADMISSIBILITÉ

L'âge admissible d'un athlète est déterminé par la colonne ANNÉE DE NAISSANCE de la grille d'âge. La grille d'âge de la FCQ est basée sur l'année où se déroule la compétition du Championnat du monde de l'IASF, c'est-à-dire 2024, dans le cas présent. Par conséquent, un athlète est d'âge admissible s'il est de l'âge donné pour cette catégorie à tout moment entre le 1er janvier 2024 et le 31 décembre 2024.

Exemple 1 : Un·e athlète de 13 ans peut participer lorsque l'âge minimum est de 14 ans et que cet·te athlète atteint l'âge de 14 ans au plus tard le 31 décembre 2024.

Exemple 2 : Un·e athlète de 19 ans peut participer lorsque l'âge maximum est de 18 ans et que cet·te athlète a 18 ans à tout moment en 2024.

Le chiffre suivant la lettre U signifie l'âge le plus élevé de la catégorie. Par exemple, U8, signifie 8 ans et moins.

CATÉGORIES DIVISION CIVILE ET ICU CIVILE SAISON 2023-2024

SUBDIVISION SUGGÉRÉE DES CATÉGORIES

Lorsque nécessaire, il est recommandé de subdiviser une catégorie aussi équitablement que possible en tenant compte des éléments suivants :

- ▽ Taille des équipes de la division
- ▽ Nombre similaire d'équipes dans chaque subdivision
- ▽ Mixité ou non (à considérer pour les catégories Open seulement)
- ▽ Programmes ayant plusieurs équipes dans une même division d'âge et pouvant s'affronter.

ÉQUIPE MIXTE (COED)

Le nombre maximal d'athlète masculin ne doit pas dépasser les $\frac{2}{3}$ de la constitution de l'équipe.

CHEVAUCHEMENT (CROSSOVER)

Dans une même compétition :

- ▽ Les athlètes ne peuvent pas faire de chevauchement (crossover) entre les divisions novice, initiation et civile.
- ▽ Un athlète de catégorie *Maitres* ne peut faire de chevauchement (crossover) avec une équipe d'une catégorie offerte au championnat du monde.
- ▽ Un athlète peut participer à un même événement dans une équipe civile et une équipe scolaire.
- ▽ Un athlète est limité à 3 équipes dans lesquelles il peut participer.
- ▽ Un athlète ne peut pas participer dans une deuxième équipe d'une même catégorie.

REMPACEMENT IMPRÉVU D'UN ATHLÈTE

- ▽ Un club peut remplacer un-e athlète absent-e d'une équipe par un autre athlète de son propre club même si celui-ci ne figure pas sur la liste officielle de l'événement.
- ▽ Si l'athlète remplaçant-e ne satisfait pas les critères d'âge pour la catégorie, l'équipe sera autorisée à effectuer une démonstration seulement.
- ▽ Une équipe est limitée à un maximum de 3 remplaçants ne figurant pas sur la liste officielle. L'équipe sera autorisée à effectuer une démonstration seulement si elle nécessite plus de 3 remplaçants.

ÉVÉNEMENTS

Les producteurs d'événements ne sont pas tenus d'offrir toutes les catégories. Il est donc important de vérifier les exigences spécifiques de l'événement (ex: catégories offertes, taille, subdivisions, etc.)

Toutes les équipes désirant obtenir des qualifications (bids) pour un championnat en particulier doivent s'assurer qu'elles respectent toutes les règles relatives à l'admissibilité aux qualifications, aux remplacements et aux chevauchements de la compétition en question.

CATÉGORIES DIVISION CIVILE ET ICU CIVILE SAISON 2023-2024

Fédération de
cheerleading
du Québec

CATÉGORIES CHEER ADAPTÉ ET CHEER SPÉCIALISÉ

Le **Cheer adapté**, aussi appelé Paracheer, est une division du cheerleading où des athlètes de l'équipe (25%, 50% ou 100% selon la catégorie) sont en situation de handicap physique.

Le **Cheer spécialisé** est une division du cheerleading où des athlètes de l'équipe (50% ou 100% selon la catégorie) sont en situation de handicap intellectuel ou de neuroatypie.

Les règlements techniques utilisés pour les catégories cheer adapté et cheer spécialisé sont ceux élaborés par [ICU](#).

DIVISIONS RÉCRÉATIVES (NOVICE) ET INITIATION (PREP)

Récréatif

Introduction au cheerleading

Activités

Il n'est **pas recommandé** que ces équipes participent à des compétitions.

Un **spectacle ou une démonstration** conviennent mieux à cette division.

Entraînements

Les heures de pratique doivent refléter le développement de l'athlète et donc leur permettre de s'initier à d'autres activités sportives.

Un total de **1 à 2 heures d'entraînement par semaine** est suffisant.

La saison peut être séparée en deux sessions d'environ 3 à 4 mois chacune.

Durée de la Routine

La routine est d'une durée de **1 minute 30 secondes maximum**.

Coûts et uniforme

Cette division **ne devrait pas représenter des coûts énormes** pour le participant : l'utilisation d'un mix de musique de type « 8 counts » est suffisante.

L'uniforme peut simplement être composé d'un t-shirt et de shorts longue (style *bikers*).



Initiation

Introduction au cheerleading et au circuit compétitif

Activités

Ces équipes ne devraient pas voyager à l'extérieur de la région pour **participer** à des compétitions.

La participation à **une ou deux compétitions amicales** est recommandée pour cette division.

Entraînements

Les heures de pratique doivent refléter le développement de l'athlète et donc leur permettre de s'initier à d'autres activités sportives.

Un total de **2 à 3 heures d'entraînement par semaine** est suffisant.

La saison ne devrait pas durer plus de 8 mois.

Durée de la routine

La routine est d'une durée de **2 minutes maximum**.

Évaluation des routines

Les routines sont évaluées en utilisant les feuilles de pointage initiation.*

Coûts et uniforme

Cette division **ne devrait pas représenter des coûts énormes** pour le participant : l'utilisation d'un mix de musique de type « 8 counts » est suffisante.

L'uniforme devrait être simple, approprié à l'âge et peu coûteux.

*Attention! La feuille de pointage utilisée pour le U6 et U8 diffère des autres catégories initiation.





CATÉGORIES DIVISION CIVILE

MISE À JOUR 26 MAI 2023

SAISON 2023-2024

CATÉGORIES PAR NIVEAU

NOVICE

CATÉGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE	GENRE	NOMBRE D'ATHLÈTES
U6 Novice	2017 – 2020	4-6 ans	Mixte	5-30
U8 Novice	2015 – 2019	5-8 ans	Mixte	5-30
U12 Novice	2011 – 2016	8-12 ans	Mixte	5-30
U16 Novice	2007 – 2012	12-16 ans	Mixte	5-30
U18 Novice	2005 – 2010	14-18 ans	Mixte	5-30

INITIATION NIVEAU 1

CATÉGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE	GENRE	NOMBRE D'ATHLÈTES
U6 Initiation	2017 – 2019	5-6 ans	Mixte	5-30
U8 Initiation	2015 – 2019	5-8 ans	Mixte	5-30
U12 Initiation	2011 – 2016	8-12 ans	Mixte	5-30
U16 Initiation	2007 – 2012	12-16 ans	Mixte	5-30
U18 Initiation	2005 – 2010	14-18 ans	Mixte	5-30

INITIATION NIVEAU 2

CATÉGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE	GENRE	NOMBRE D'ATHLÈTES
U8 Initiation	2015 – 2019	5-8 ans	Mixte	5-30
U12 Initiation	2011 – 2016	8-12 ans	Mixte	5-30
U16 Initiation	2007 – 2012	12-16 ans	Mixte	5-30
U18 Initiation	2005 – 2010	14-18 ans	Mixte	5-30

INITIATION NIVEAU 2ST

U16 Initiation	2007 – 2012	12-16 ans	Mixte	5-30
U18 Initiation	2005 – 2010	14-18 ans	Mixte	5-30

NIVEAU 1

CATÉGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE	GENRE	NOMBRE D'ATHLÈTES
U6	2017 – 2019	5-6 ans	Mixte	5-30
U8	2015 – 2019	5-8 ans	Mixte	5-30
U12	2011 – 2016	8-12 ans	Mixte	5-30
U16	2007 – 2012	12-16 ans	Mixte	5-30
U18	2005 – 2010	14-18 ans	Mixte	5-30
Cheer spécialisé	2011-2019	5-12 ans	Mixte	5-30
Cheer spécialisé	2011 ou avant	12+ ans	Mixte	5-30
Cheer adapté	2011-2019	5-12 ans	Mixte	5-30
Cheer adapté	2011 ou avant	12+ ans	Mixte	5-30

La FCQ est l'organisme qui régit le cheerleading au Québec et est reconnu par le Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement Supérieur (MEES).



CATÉGORIES DIVISION CIVILE

MISE À JOUR 26 MAI 2023

SAISON 2023-2024

CATÉGORIES PAR NIVEAU

NIVEAU 2

CATÉGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE	GENRE	NOMBRE D'ATHLÈTES
U8	2015 – 2019	5-8 ans	Mixte	5-30
U12	2011 – 2016	8-12 ans	Mixte	5-30
U16	2007 – 2012	12-16 ans	Mixte	5-30
U18	2005 – 2010	14-18 ans	Mixte	5-30
Cheer spécialisé	2011 ou avant	12+ ans	Mixte	5-30
Cheer adapté	2011 ou avant	12+ ans	Mixte	5-30

NIVEAU 2ST

U12	2011 – 2016	8-12 ans	Mixte	5-30
U16	2007 – 2012	12-16 ans	Mixte	5-30
U18	2005 – 2010	14-18 ans	Mixte	5-30
Open	2008 ou avant	16+ ans	Mixte	5-30
Maîtres	2005* ou avant	18+ ans*	Mixte	5-30

* Les athlètes doivent être âgés de 18 ans et plus pour participer à toutes les activités de l'équipe.

NIVEAU 3

CATÉGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE	GENRE	NOMBRE D'ATHLÈTES
U12	2011 – 2016	8-12 ans	Mixte	5-30
U16	2007 – 2012	12-16 ans	Mixte	5-30
U18	2005 – 2010	14-18 ans	Mixte	5-30
Open	2008 ou avant	16+ ans	Mixte	5-30

NIVEAU 3ST

U12	2011 – 2016	8-12 ans	Mixte	5-30
U16	2007 – 2012	12-16 ans	Mixte	5-30
U18	2005 – 2010	14-18 ans	Mixte	5-30
Open	2008 ou avant	16+ ans	Mixte	5-30



CATÉGORIES DIVISION CIVILE

MISE À JOUR 26 MAI 2023

SAISON 2023-2024

CATÉGORIES PAR NIVEAU

NIVEAU 4

CATÉGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE	GENRE	NB D'ATHLÈTES
U12	2011 – 2016	8-12 ans	Mixte	5-30
U16	2007 – 2012	12-16 ans	Mixte	5-30
U18	2005 – 2010	14-18 ans	Mixte	5-30
Open	2008 ou avant	16+ ans	Mixte	5-30






NIVEAU 4ST

U12	2011 – 2016	8-12 ans	Mixte	5-30
U16	2007 – 2012	12-16 ans	Mixte	5-30
U18	2005 – 2010	14-18 ans	Mixte	5-30
Open	2008 ou avant	16+ ans	Mixte	5-30

NIVEAU 4.2

U18	2005 – 2010	14-18 ans	Mixte	5-30
Open	2008 ou avant	16+ ans	Mixte	5-30

NIVEAU 5

CATÉGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE	GENRE	NB D'ATHLÈTES
U16	2007 – 2012	12-16 ans	Mixte	5-30
U18 AG 	2005 – 2010	14-18 ans	Féminin	10-24
U18 Small Coed 	2005 – 2010	14-18 ans	1-4 athlètes masculins	10-24
Open AG 	2008 ou avant	16+ ans	Féminin	10-24
Open Small Coed 	2008 ou avant	16+ ans	1-4 athlètes masculins	10-24
Open Large Coed 	2008 ou avant	16+ ans	5-16 athlètes masculins	10-24

NIVEAU 5ST

U16	2007 – 2012	12-16 ans	Mixte	5-30
U18	2005 – 2010	14-18 ans	Mixte	5-30
Open	2008 ou avant	16+ ans	Mixte	5-30






CATÉGORIES DIVISION CIVILE

MISE À JOUR 26 MAI 2023



SAISON 2023-2024

CATÉGORIES PAR NIVEAU





NIVEAU 6

CATÉGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE	GENRE	NB D'ATHLÈTES
U18	2005 – 2010	14-18 ans	Mixte	5-30
Open AG 	2008 ou avant	16+ ans	Féminin	10-24
Open Small Coed 	2008 ou avant	16+ ans	1-4 athlètes masculins	10-24
Open Large Coed 	2008 ou avant	16+ ans	5-16 athlètes masculins	10-24




GLOBAL 6

Open AG 	2008 ou avant	16+ ans	Féminin	10-24
Open Coed 	2008 ou avant	16+ ans	Mixte	10-24



NIVEAU 6ST

U18 AG 	2005 – 2010	14-18 ans	Féminin	10-30
U18 Coed 	2005 – 2010	14-18 ans	Mixte	10-30
Open AG 	2008 ou avant	16+ ans	Féminin	10-30
Open Coed 	2008 ou avant	16+ ans	Mixte	10-30

NIVEAU 7

CATÉGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE	GENRE	NB D'ATHLÈTES
Open AG 	2007 ou avant	17+ ans	Féminin	10-24
Open Small Coed 	2007 ou avant	17+ ans	1-4 athlètes masculins	10-24
Open Large Coed 	2007 ou avant	17+ ans	5-16 athlètes masculins	10-24

NIVEAU 7ST

Open AG 	2007 ou avant	17+ ans	Féminin	10-30
Open Coed 	2007 ou avant	17+ ans	Mixte	10-30



CATÉGORIES DIVISION CIVILE

SAISON 2022-2023

CATÉGORIES PAR ÂGE

MISE À JOUR 26 MAI 2023














NOVICE

CATÉGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE	GENRE	NOMBRE D'ATHLÈTES	NIVEAUX
U6 Novice	2017 – 2020	4-6 ans	Mixte	5-30	NOVICE
U8 Novice	2015 – 2019	5-8 ans	Mixte	5-30	NOVICE
U12 Novice	2011 – 2016	8-12 ans	Mixte	5-30	NOVICE
U16 Novice	2007 – 2012	12-16 ans	Mixte	5-30	NOVICE
U18 Novice	2005 – 2010	14-18 ans	Mixte	5-30	NOVICE

INITIATION

CATÉGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE	GENRE	NOMBRE D'ATHLÈTES	NIVEAUX
U6 Initiation	2017 – 2019	5-6 ans	Mixte	5-30	1
U8 Initiation	2015 – 2019	5-8 ans	Mixte	5-30	1, 2
U12 Initiation	2011 – 2016	8-12 ans	Mixte	5-30	1, 2
U16 Initiation	2007 – 2012	12-16 ans	Mixte	5-30	1, 2, 2ST
U18 Initiation	2005 – 2010	14-18 ans	Mixte	5-30	1, 2, 2ST

COMPÉTITIF

CATÉGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE	GENRE	NOMBRE D'ATHLÈTES	NIVEAUX
U6	2017 – 2019	5-6 ans	Mixte	5-30	1
U8	2015 – 2019	5-8 ans	Mixte	5-30	1, 2
Cheer spécialisé	2011-2019	5-12 ans	Mixte	5-30	1
Cheer adapté	2011-2019	5-12 ans	Mixte	5-30	1
U12	2011 – 2016	8-12 ans	Mixte	5-30	1, 2, 3, 4, 2ST, 3ST, 4ST
U16	2007 – 2012	12-16 ans	Mixte	5-30	1, 2, 3, 4, 5, 2ST, 3ST, 4ST, 5ST
Cheer spécialisé	2011 ou avant	12+ ans	Mixte	5-30	1, 2
Cheer adapté	2011 ou avant	12+ ans	Mixte	5-30	1, 2
U18	2005 – 2010	14-18 ans	Mixte	5-30	1, 2, 3, 4, 4.2, 6, 2ST, 3ST, 4ST, 5ST
U18 AG 	2005 – 2010	14-18 ans	Féminin	10-24	5, 6ST
U18 Coed 	2005 – 2010	14-18 ans	Mixte	10-24	5, 6ST
Open	2008 ou avant	16+ ans	Mixte	5-30	3, 4, 4.2, 2ST, 3ST, 4ST, 5ST
Open AG 	2008 ou avant	16+ ans	Féminin	10-24	5, 6, Global 6
Open AG 	2008 ou avant	16+ ans	Féminin	10-30	6ST
Open Coed 	2008 ou avant	16+ ans	Mixte	10-24	Global 6
Open Coed 	2008 ou avant	16+ ans	Mixte	10-30	6ST
Open Small Coed 	2008 ou avant	16+ ans	1-4 athlètes masculins	10-24	5, 6
Open Large Coed 	2008 ou avant	16+ ans	5-20 athlètes masculins	10-24	5, 6
Open AG 	2007 ou avant	17+ ans	Féminin	10-24	7
Open AG 	2007 ou avant	17+ ans	Féminin	10-30	7ST
Open Small Coed 	2007 ou avant	17+ ans	1-4 athlètes masculins	10-24	7
Open Large Coed 	2007 ou avant	17+ ans	5-20 athlètes masculins	10-24	7
Open Coed 	2007 ou avant	17+ ans	1-20 athlètes masculins	10-30	7ST
Maîtres	2006 ou avant	18+ ans*	Mixte	5-30	2ST

*L'athlète doit être âgé d'au moins 18 ans au début des activités pour faire partie d'une équipe Maîtres.

LEGENDE

ST = Sans-tumbling

 = Catégories disponibles aux Worlds IASF



CATÉGORIES DIVISION CIVILE

SAISON 2022-2023

CATÉGORIES ICU

MISE À JOUR 26 MAI 2023

La FCQ souhaite promouvoir la participation d'équipes québécoises aux championnats organisés par les instances nationales et internationales et propose ces divisions afin de se rapprocher des standards d'ICU.

MEDIAN

CATÉGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE	GENRE	NOMBRE D'ATHLÈTES
Youth AG	2010 – 2012	12 à 14 ans	Féminin	16-24
Youth Coed	2010 – 2012	12 à 14 ans	Mixte	16-24

AVANCÉ

CATÉGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE	GENRE	NOMBRE D'ATHLÈTES
Youth AG	2010 – 2012	12 à 14 ans	Féminin	16-24
Youth Coed	2010 – 2012	12 à 14 ans	Mixte	16-24
Junior AG	2005 – 2009	15 à 18 ans	Féminin	16-24
Junior Coed	2005 – 2009	15 à 18 ans	Mixte	16-24

ÉLITE

CATÉGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE	GENRE	NOMBRE D'ATHLÈTES
Junior AG	2005 – 2009	15 à 18 ans	Féminin	16-24
Junior Coed	2005 – 2009	15 à 18 ans	Mixte	16-24
Senior AG	2007 ou avant	17+ ans	Féminin	16-24
Senior Coed	2007 ou avant	17+ ans	Mixte	16-24

PREMIER

CATÉGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE	GENRE	NOMBRE D'ATHLÈTES
Senior AG	2007 ou avant	17+ ans	Féminin	16-24
Senior Coed	2007 ou avant	17+ ans	Mixte	16-24

CHEER ADAPTÉ (*Adaptive Abilities*)

CATÉGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE	GENRE	NOMBRE D'ATHLÈTES	NIVEAU
Median unifié	2010 ou avant	14+ ans	Mixte	16-24	Median
Avancé unifié AG	2010 ou avant	14+ ans	Mixte	16-24	Avancé
Avancé unifié Coed	2010 ou avant	14+ ans	Mixte	16-24	Avancé

Remarque : Les équipes nationales unifiées de cheer adapté doivent comprendre au moins 25 % d'athlètes en situation de handicap physique par équipe.

CHEER SPÉCIALISÉ (*Special Olympics*)

CATÉGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE	GENRE	NOMBRE D'ATHLÈTES	NIVEAU
Intermédiaire unifié	2012 ou avant	12+ ans	Mixte	16-24	Intermédiaire
Intermédiaire traditionnel	2012 ou avant	12+ ans	Mixte	16-24	Intermédiaire

Remarque : Les équipes provinciales unifiées d'Olympiques spéciaux doivent comprendre un ratio de 1:1 d'athlètes avec et sans handicap intellectuel par équipe et les équipes provinciales traditionnelles des Olympiques spéciaux doivent comprendre 100 % d'athlètes avec handicap intellectuel par équipe.

La FCQ est l'organisme qui régit le cheerleading au Québec et est reconnu par le Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement Supérieur (MEES).



info@cheerleadingquebec.com



@CheerleadingduQuebec



@CheerleadingQuebec