



**LIGUE DE HOCKEY D'EXCELLENCE DU QUÉBEC**

**Cahier de charge  
Féminin AAA  
Saison 2024-2025**

---

**M13, M15, M18**

*Révisé Juin 2024*

# Table des matières

<b>PRÉAMBULE .....</b>	<b>3</b>
<b>1. ÉNONCÉ DE POLITIQUE.....</b>	<b>3</b>
<b>2. VALEURS.....</b>	<b>3</b>
<b>3. SAISON 2024-2025 .....</b>	<b>4</b>
3.1 OBJECTIFS .....	4
3.2 SYSTÈME HYBRIDE.....	4
3.3 CALENDRIER DE SAISON.....	5
3.4 MATRICES .....	6
3.5 HEURES DES MATCHS .....	8
3.6 DISPONIBILITÉS DE LA GLACE .....	8
3.7 FORMATION DES ÉQUIPES.....	9
3.8 COMPOSITION DE L'ÉQUIPE .....	9
3.9 LIBÉRATION D'UNE JOUEUSE .....	10
3.10 TOURNOIS.....	10
3.11 ACTIVITÉS DE LA LIGUE .....	11
3.12 COUPE CHEVROLET .....	11
3.13 COUPE ESSO – M18 (MIDGET).....	11
3.14 TÂCHES DES REPRÉSENTANTS DE LA FRANCHISE .....	11
3.15 ACTIVITÉS HOCKEY QUÉBEC – OBLIGATION DE PARTICIPATION .....	11
3.16 TACHES DES DIRECTEURS TECHNIQUES DE FRANCHISE .....	12
3.13 CADRE DE REFERENCE .....	12

## PRÉAMBULE

Hockey Québec met en place un grand nombre d'initiatives favorisant le développement des joueuses. Les franchises ont été mises en place afin de faciliter les liens de développement et permettre aux joueuses un encadrement rehaussé. Travaillant en collaboration, les intervenants administratifs, hockey et les entraîneurs assureront un nombre d'actions concrètes qui favoriseront le développement à long terme de la joueuse et son suivi. Les équipes M13, M15 et M18 évolueront au sein d'un réseau provincial de compétition, soit la LHEQ volet féminin.

Le présent document vise à définir l'orientation, la réglementation et les responsabilités des partenaires.

## 1. ÉNONCÉ DE POLITIQUE

Les franchises et les actions qui en découlent visent essentiellement le développement des meilleures joueuses d'âge M13, M15 et M18 par un réseau de compétition à l'échelle provinciale. Chaque joueuse identifiée de premier niveau doit être en mesure de recevoir un enseignement de qualité permettant un apprentissage technique et tactique, tout en favorisant son développement intégral.

S'appuyant sur un modèle de développement à long terme de la joueuse (DLTJ), Hockey Québec, en collaboration avec ses directeurs techniques de franchise, établira les orientations prioritaires au niveau du développement des joueuses.

## 2. VALEURS

1. Les règles doivent favoriser le développement de la joueuse dans l'ensemble de ses activités.
2. Chaque joueuse doit bénéficier d'un temps de glace équitable et doit participer aux différentes situations spéciales de son équipe (avantage numérique, désavantage numérique), et ce, pour toutes les catégories. Le projet joueuses polyvalentes - joueuses intelligentes sera en application tel que décrit dans le plan stratégique de Hockey Québec (politique d'utilisation des joueuses) pour le M13 et le M15.
3. La planification annuelle s'avère un outil essentiel au développement de toute joueuse engagée dans la poursuite de l'excellence sportive. Il faut également souligner que le contenu du programme et la qualité de l'intervention représentent également deux autres conditions indispensables au développement optimal de la joueuse.
4. Hockey Québec met en place via ses directeurs techniques de franchise, un programme de soutien et de supervision pour les entraîneurs et autres ressources. De plus, les directeurs techniques de franchise donnent l'orientation hockey de ses programmes en plus de s'assurer de l'application rigoureuse de ceux-ci.
5. Chaque franchise doit être un leader dans son territoire de recrutement et doit collaborer avec les associations régionales. Cette collaboration doit être mutuelle et faite dans le respect des intervenants.

6. Hockey Québec met en place un environnement sécuritaire pour les joueuses par la mise en place d'une réglementation adéquate et par une application rigoureuse des règles de jeu. Le niveau AAA se jouera avec la règle du contact physique. Le programme officiel féminin sera mis à contribution.
7. Hockey Québec réitère l'importance de maintenir un environnement académique adéquat pour les joueuses élites et de favoriser la réussite et la persévérance scolaire. D'ailleurs, le calendrier des matchs et activités doit tenir compte des calendriers scolaires pour minimiser les absences.
8. Hockey Québec par le biais du cahier de charge approuvé par son Conseil d'administration reconnaît aux franchises les compétences et la capacité à assurer le développement des jeunes hockeyeuses.

### **3. SAISON 2024-2025**

#### **3.1 Objectifs**

Favoriser le plein développement des joueuses élites au Québec:

- Favoriser le développement des joueuses de premier niveau;
- Proposer des activités favorables à l'essor du hockey féminin;
- Établir une structure de développement orienté sur le niveau de jeu de la joueuse;
- Développer des incitatifs afin que les filles évoluant au hockey masculin s'inscrivent au hockey féminin.

#### **3.2 Système hybride**

Afin d'être en mesure de sélectionner les meilleures joueuses au Québec pour chacune des divisions, pour la saison 2024-2025, les équipes M15 AAA et M18 AAA auront l'opportunité d'œuvrer dans un système hybride. En d'autres mots, les joueuses pourront pratiquer dans un centre d'entraînement régional (Sport-études reconnu) ou dans une concentration hockey de leur école, et se joindre à leur équipe AAA. Les centres d'entraînement régionaux, sport-études reconnus par Hockey Québec, sont des partenaires majeurs dans le développement des meilleures joueuses du Québec. La structure mise en place par Hockey Québec et le Ministère de l'Éducation place les étudiantes-athlètes féminines en situation de réussite autant sportive qu'académique tout en leur offrant des outils futurs pour évoluer dans les rangs collégiaux et universitaires du RSEQ.

### 3.3 Calendrier de saison

- Début de saison : 28 septembre 2024
- Fin de saison: 23 mars 2025

<b>DIVISION EST 4 FRANCHISES</b>	<b>DIVISION OUEST 4 FRANCHISES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>AS DE QUÉBEC</u></b></p> <p style="text-align: center;">Régions : Québec- Chaudière-Appalaches Bas-St-Laurent Gaspésie-les-îles Saguenay–Lac-Saint-Jean Côte-Nord Bas Saint-Laurent</p>	<p style="text-align: center;"><b><u>AMAZONES DE LAVAL-MONTRÉAL</u></b></p> <p style="text-align: center;">Régions : Laval Montréal</p>
<p style="text-align: center;"><b><u>STARS 55 MAURICIE-CDQ</u></b></p> <p style="text-align: center;">Régions : Mauricie Estrie</p>	<p style="text-align: center;"><b><u>ÉTOILES LAURENTIDES-LANAUDIÈRE</u></b></p> <p style="text-align: center;">Région : Laurentides-Lanaudière</p>
<p style="text-align: center;"><b><u>HARFANGS DE SHERBROOKE</u></b></p> <p style="text-align: center;">Région : Estrie</p>	<p style="text-align: center;"><b><u>INTRÉPIDE DE L'OUTAOUAIS</u></b></p> <p style="text-align: center;">Régions : Outaouais Abitibi-Témiscamingue</p>
<p style="text-align: center;"><b><u>REMPARTS DU RICHELIEU</u></b></p> <p style="text-align: center;">Région : Richelieu</p>	<p style="text-align: center;"><b><u>WARRIORS DU LAC ST-LOUIS</u></b></p> <p style="text-align: center;">Région : Lac St-Louis</p>

### 3.4 Matrices

- M13 AAA

-6 matchs contre chaque équipe de sa division (Est ou Ouest)

-4 showcases incluant chacun 2 matchs pour toutes les équipes, majoritairement contre les autres équipes de l'autre division.

Showcase 1 : 28 septembre 2024, Sherbrooke

Showcase 2 : 16 novembre 2024, Boucherville

Showcase 3 : 11 janvier 2025, Gatineau

Showcase 4 :

MATRICE LHEQ 2024-2025										
M13 AAA										
VISITEUR ↓   LOCAL ⇒	M	AMAZ.	ÉTOI.	INTRÉ	WARR.	AS-QUÉ.	HARFA.	REMPA.	STARS	T
AMAZONES LAVAL-MONTRÉAL	13		3	3	3	1	1	1	1	26
ÉTOILES LAURENTIDES-LANAUDIÈRE	13	3		3	3	1	1	1	1	26
INTRÉPIDE OUTAOUAIS	13	3	3		3	1	1	1	1	26
WARRIORS LAC ST-LOUIS	13	3	3	3		1	1	1	1	26
AS DE QUÉBEC	13	1	1	1	1		3	3	3	26
HARFANGS TRIOLET	13	1	1	1	1	3		3	3	26
REMPARTS RICHELIEU	13	1	1	1	1	3	3		3	26
STARS 55 MAURICIE C.DU QUÉBEC	13	1	1	1	1	3	3	3		26
<b>Matches</b>	<b>104</b>	<b>13</b>	<b>208</b>							

- M15 AAA

-6 matchs contre chaque équipe de sa division (Est ou Ouest)

-4 showcases incluant chacun 2 matchs pour toutes les équipes, majoritairement contre les autres équipes de l'autre division.

Showcase 1 : 5 octobre 2024, Québec

Showcase 2 : 7 décembre 2024, Drummondville

Showcase 3 : 22 février 2025, Laplaine

Showcase 4 : 9 mars 2025, Laval

MATRICE LHEQ 2024-2025											
M15 AAA											
VISITEUR ↓   LOCAL ⇒	M	AMAZ.	ÉTOI.	INTRÉ	WARR.	AS-QUÉ.	HARFA.	REMPA.	STARS	T	
AMAZONES LAVAL-MONTRÉAL	14		3	3	3	1	2	1	1	28	
ÉTOILES LAURENTIDES-LANAUDIÈRE	14	3		3	3	1	1	2	1	28	
INTRÉPIDE OUTAOUAIS	14	3	3		3	1	1	1	2	28	
WARRIORS LAC ST-LOUIS	14	3	3	3		2	1	1	1	28	
AS DE QUÉBEC	14	2	1	1	1		3	3	3	28	
HARFANGS TRIOLET	14	1	2	1	1	3		3	3	28	
REMPARTS RICHELIEU	14	1	1	2	1	3	3		3	28	
STARS 55 MAURICIE C.DU QUÉBEC	14	1	1	1	2	3	3	3		28	
<b>Matches</b>	<b>112</b>	<b>14</b>	<b>224</b>								

- M18 AAA

-4 matchs contre chacune des équipes (Calendrier équilibré)

MATRICE LHEQ 2024-2025										
M18 AAA										
VISITEUR ↓   LOCAL ⇒	M	AMAZ.	ÉTOI.	INTRÉ.	WARR.	AS-QUÉ.	HARFA.	REMPA.	STARS	T
AMAZONES LAVAL-MONTRÉAL	14		2	2	2	2	2	2	2	28
ÉTOILES LAURENTIDES-LANAUDIÈRE	14	2		2	2	2	2	2	2	28
INTRÉPIDE OUTAOUAIS	14	2	2		2	2	2	2	2	28
WARRIORS LAC ST-LOUIS	14	2	2	2		2	2	2	2	28
AS DE QUÉBEC	14	2	2	2	2		2	2	2	28
HARFANGS TRIOLET	14	2	2	2	2	2		2	2	28
REMPARTS RICHELIEU	14	2	2	2	2	2	2		2	28
STARS 55 MAURICIE C.DU QUÉBEC	14	2	2	2	2	2	2	2		28
<b>Matches</b>	<b>112</b>	<b>14</b>	<b>224</b>							

### 3.5 Heures des matchs

Les heures des matchs seront déterminées selon le tableau du nombre de kilométrage à parcourir entre les deux franchises participantes (Aller seulement)

Nombre de kilomètres entre les 2 franchises participantes	Heure de début minimale de la partie	Heure de début maximale de la partie
Moins de 100 KM	9:30 AM	8:00 PM
Entre 100 et 200 KM	10:30 AM	7:00 PM
Plus de 200 KM	11:00 AM	6:00 PM

### 3.6 Disponibilités de la glace

Afin de faciliter la confection du calendrier, les franchises doivent envoyer le maximum de disponibilités de glace à Sylvain Labonté ([statslheq@hockey.qc.ca](mailto:statslheq@hockey.qc.ca)) d'ici le 30 juillet 2024.

### 3.7 Formation des équipes

La franchise fait le suivi des joueuses de niveau AAA et des évaluations de celles-ci pour créer la liste des joueuses potentielles.

#### **CAMP DE SÉLECTION**

- Les dates des camps de sélection seront établies annuellement par Hockey Québec avant chaque début de saison.
- Camp ouvert ou sur invitation incluant les joueuses évoluant au hockey masculin.
- 6 matchs hors-concours pour les divisions M15 et M18, selon la matrice établie par la Ligue.
- 4 matchs hors-concours pour la division M13, selon la matrice établie par la Ligue. Un maximum de 2 autres matchs hors-concours peut être ajouté, à la discrétion de la franchise.
- Afin de faciliter l'intégration des joueuses retranscrites à une autre franchise, il est recommandé d'atteindre le nombre minimal ou maximal de joueuses le plus rapidement possible. De plus, il est fortement recommandé que la sélection finale des équipes soit complétée au plus tard le 15 septembre.

#### **FORMATION CONTACT PHYSIQUE**

- Formation contact physique pour toutes les joueuses (théorique et sur glace).
- Les joueuses n'ayant pas participé antérieurement à la formation contact physique doivent obligatoirement être inscrites à cette formation.
- Le parent doit inscrire la joueuse à la formation Mise en échec 1 dans le HCR.

### 3.8 Composition de l'équipe

#### **Alignements des équipes**

Les équipes M13, M15 et M18 doivent avoir un minimum de 17 joueuses et un maximum de 18 joueuses sur leur formulaire d'enregistrement d'équipe avant le premier match (15 ou 16 joueuses et 2 gardiennes).

#### **Affiliation**

Les équipes AAA et AA sont indissociables. Les équipes AA féminines de la région doivent obligatoirement fournir les joueuses affiliées à l'équipe AAA, et ce sans restriction et en tout temps. Ces joueuses doivent apparaître sur le formulaire d'enregistrement d'équipe.

- Les joueuses des équipes AA sont prioritairement affiliées aux équipes AAA.
- Toute joueuse affiliée de niveau AA doit obligatoirement avoir suivi la formation contact physique avant de participer à un match AAA.

#### **Personnel d'entraîneur(e)s**

Au moins une femme doit faire partie du personnel d'entraîneurs et posséder les grades requis. À tous les matchs, le nombre minimal d'entraîneurs requis derrière le banc est de deux.

### 3.9 Libération d'une joueuse

- 1) Toute joueuse doit obligatoirement se présenter à l'équipe du territoire de recrutement reconnu par Hockey Québec où est situé son domicile légal (voir article 5.2. des Règlements administratifs).
- 2) L'objectif de la Ligue étant de réunir les meilleures joueuses du Québec; lorsqu'une joueuse est retranchée, elle peut être invitée à participer au camp de sélection d'une autre équipe AAA (selon les conditions présentées au point 3). En aucun cas, le maraudage ne sera toléré, que ce soit avant qu'une joueuse soit retranchée ou avant d'avoir obtenu l'approbation des directeurs techniques de la franchise et des régions impliquées. Quiconque est reconnu fautif de maraudage, sera sanctionné par un comité mis sur pied par la LHEQ et Hockey Québec.

Est considéré comme un acte de maraudage, toute approche, contact, évènement, communication de toute nature que ce soit, par tout représentant de la franchise, et dont le but est de faire adhérer une joueuse d'un autre territoire de recrutement à sa franchise.

- 3) Pour qu'une joueuse puisse participer au camp d'une autre franchise, voici la procédure à suivre :
  - a) À la suite des camps printaniers, les directeurs techniques de franchise pourront référer exceptionnellement à une autre franchise, selon les besoins précis de ladite franchise, une joueuse qui ne fera pas partie de son camp de sélection estival. Les directeurs techniques de franchises impliqués devront s'assurer du suivi de cette démarche.
  - b) Lors de la sélection finale de ses équipes, le directeur technique de la franchise devra envoyer à Hockey Québec sa liste des 5 dernières patineuses et 2 gardiennes de but retranchées par division. Aucune autre joueuse ne pourra évoluer au camp estival d'une autre franchise. \*
  - c) Dès la réception d'une liste des dernières coupures d'une équipe, Hockey Québec la fera parvenir aux autres directeurs techniques de franchise.
  - d) Parmi ces listes, pour chaque joueuse invitée au camp d'une nouvelle franchise, les deux directeurs de franchise concernés devront donner leur approbation, tout en informant les régions impliquées. Aucun autre intervenant ne pourra donner son autorisation.
  - e) Une fois les étapes b à d complétées, une invitation pourra être envoyée à la joueuse afin qu'elle participe au camp de sélection estival de la franchise d'accueil.
  - f) Lors de la sélection d'une joueuse par une autre franchise, la procédure administrative habituelle de transfert de joueuse devra être effectuée (partage HCR, etc).
  - g) Le transfert n'est valide que pour l'année en cours et aucun autre changement ne sera autorisé.
- 4) À talent égal, une équipe devra privilégier les joueuses de sa région.
- 5) Si une ou l'autre de ces étapes n'est pas respectée, le transfert de la joueuse ne sera pas accepté.

\*Dans le cas d'une situation exceptionnelle, un comité externe de la LHEQ analysera la demande pour une patineuse/gardienne additionnelle.

### 3.10 Tournois

Toutes les équipes M13, M15 et M18 peuvent participer à un minimum de 2 et un maximum de 3 tournois durant la saison. Elles peuvent s'inscrire au tournoi de leur choix. Cependant, le tournoi hockey féminin de la vallée de Gatineau ainsi que le tournoi hockey féminin de Québec sont obligatoires pour toutes les divisions. De plus, pour les équipes M13, il est fortement recommandé que les joueuses participent à la Célébration Caroline en inscription individuelle.

### 3.11 Activités de la Ligue

- Showcase collégial M18: 16 novembre 2024, TBD
- Journée des étoiles: 25 janvier 2025, Boucherville

### 3.12 Coupe Chevrolet

- La Coupe Chevrolet aura lieu du 3 au 6 avril 2025 dans la région du Saguenay-Lac St-Jean.
- Toutes les équipes M13, M15 et M18 participeront à la Coupe Chevrolet.

### 3.13 Coupe Esso – M18

- L'équipe M18 qui remportera la Coupe Chevrolet représentera le Québec à la Coupe Esso.

### 3.14 Tâches des représentants de la franchise

- Respecter le cahier de charge et le cadre de référence établi par Hockey Québec.
- Établir le calendrier des activités avec le directeur (trice) technique de franchise.
- Organiser la logistique de la clinique sur la mise en échec 1.
- Organiser les séances de tests physiques avec le préparateur physique de la franchise.
- Planifier la logistique et faire le suivi des camps avec le directeur (trice) technique de franchise.
- Effectuer le suivi administratif de la sélection des joueuses.
- Effectuer les envois de promotions de recrutement des joueuses au besoin.
- Voir aux différents détails au niveau de l'organisation de ses équipes AAA.

### 3.15 Activités Hockey Québec – Obligation de participation

Les équipes (joueuses, entraîneurs et dirigeants) doivent participer et respecter les activités planifiées par Hockey Québec comme : Équipe Québec, perfectionnement, tournois, matchs des étoiles, activités prévues dans les protocoles avec nos partenaires et commanditaires, ainsi que les autres activités prévues dans la programmation. Les joueuses et entraîneurs sélectionnés doivent être libérés de toutes activités d'équipe pour participer à ces événements.

### 3.16 Tâches des directeurs techniques de franchise : À venir

#### 3.13 Cadre de référence

CADRE DE REFERENCE PROPOSE	STANDARD
Nombre d'heures entraînement sur glace / semaine avec la franchise AAA	<p><b>Joueuse Sport-Études :</b> Toutes les séances Sport-Études + maximalement 1 séance de 1h30 avec la franchise</p> <p><b>Joueuse Non Sport-Études :</b> M13: Minimalement 2 séances de 1h30 M15: Minimalement 2 séances de 1h30 M18: Minimalement 2 séances de 1h30</p>
Fréquence d'entraînement hors glace / semaine avec la franchise AAA	<p><b>Joueuse Sport-Études :</b> Toutes les séances Sport-Études</p> <p><b>Joueuse Non Sport-Études :</b> M13: Minimalement 1 séance M15: 1 à 2 séances M18: 1 à 2 séances</p>
Nombre de matchs de saison régulière	M13: 26 matchs M15: 28 matchs M18: 28 matchs
Nombre de tournois	2 à 3 tournois. Le tournoi hockey féminin de la vallée de Gatineau et le tournoi hockey féminin de Québec sont obligatoires. Il est fortement recommandé que les joueuses M13 participent à la Célébration Caroline Ouellette en inscription individuelle.
Nombre de matchs hors-concours	M15 et M18 : Maximum de 6 matchs, selon la matrice établie par la Ligue. M13 : 4 matchs selon la matrice établie par la Ligue. Un maximum de 2 autres matchs hors-concours peut être ajouté, à la discrétion de la franchise.
Durée des matchs	1h30 (périodes de 15 minutes) M13 et M15 2h00 (période de 15-20-20 minutes) M18
Nombre de joueuses par équipe	Un minimum de 17 et un maximum de 18 joueuses, incluant les 2 gardiennes
Formation des joueuses	Formation Mise en échec 1 (Contact physique) obligatoire
Formation des entraîneurs niveau de qualification requis	<p><b>Entraîneur-chef :</b> Formation Haute-Performance certifiée (M18 seulement) Formation Entraîneur-Compétition 1 (M15 doit être certifié) Respect et Sport Formation Contact physique (profil d'enseignement mise en échec 1)</p> <p><b>Entraîneur adjoint :</b> Formation Entraîneur-Compétition 1 (M18 doit être certifié) Respect et Sport Formation Contact physique (profil d'enseignement mise en échec 1)</p> <p>Au moins une femme doit faire partie du personnel d'entraîneurs et posséder les grades requis.</p>
Formation des officiels niveau de qualification requis	Niveau 3: arbitre Niveau 2: juge de lignes
Santé et sécurité	Un thérapeute est obligatoire pour tous les matchs locaux pour le M18. Il est facultatif pour le M13 et M15.
Tests hors glace	2 évaluations par le préparateur physique pour le M15 et M18 effectuées entre : 1 <sup>er</sup> test : entre le 1 <sup>er</sup> et 31 octobre 2024 2 <sup>e</sup> test : entre le 1 <sup>er</sup> et 28 février 2025

