

**Championnats provinciaux Universitaires RSEQ et
Championnat québécois de pentathlon/heptathlon juniors et
séniors**



**RSEQ University Provincial Championships &
Quebec Junior and Senior Pentathlon/Heptathlon
Championships**



**Dates: February 24-25 février, 2023
Site: Université McGill, Montréal, QC**



1. ORGANIZING COMMITTEE / COMITÉ ORGANISATEUR

Address: McGill University, Athletics and
Recreation 475 ave des pins ouest
Montreal,
Quebec H2W
1S4

Phone: (514) 398 –7000 ext 0132

Fax: (514) 398– 3754

Website: www.mcgillathletics.ca

POSITION	NAME	TELEPHONE	EMAIL
Convenor	Lisen Moore	(514) 398-7000 ext 0132	lisen.moore@mcgill.ca
Technical Assistant	Zachary Pilling	(438) 354-3692	zachary.pilling@mcgill.ca
Administrative Assistant	Maggie Chrzaszcz	(514) 398-7000 ext 7003	malgorzata.chrzaszcz@mcgill.ca
Meet Manager	Stephen Debardi	(514)244-1828	sdebardi@hotmail.com
Communications	Earl Zukerman	(514) 983-7012	earl.zukerman@mcgill.ca
Results—Timing	Sylvain Richard	(514) 293-9582	info@rsstiming.com
Announcer	François Jarry		Francois.jarry@mail.mcgill.ca
Medical Staff	Julie Gardiner	(514) 398-2355	julie.gardiner@mcgill.ca
Facilities	Dana Carleton	(514) 398-7000 ext 09609	dana.carleton@mcgill.ca
Medal Ceremonies	Kevin MacSween	(514) 398-7000 ext 01637	kevin.macsween@mcgill.ca
RSEQ League Office	Karine Côté	(514) 252-3300 ext 3978	kcote@rseq.ca
Volunteer Coordinator	Stephen Debardi	(514)834-4573	sdebardi@hotmail.com

2. SCHEDULE OF EVENTS / CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS

Friday Feb. 24 Vendredi le 24 fév.	11h45	Championship begins
	14h25	<u>Medals:</u> Pole Vault F - 60m F/M - 1500m F/M - 4 X 200m F/M
	17h55	<u>Opening Ceremonies /National Anthem</u>
	18h00	<u>Medals:</u> Pole Vault M - Triple Jump M - 600m F/M Shot Put M - Pent F
	18h55	<u>Medals:</u> Triple Jump F - Shot Put F - 4 X 800m F/M
	19h10	End of Session
Saturday Feb. 25 Samedi le 25 fév.	11h00	Championship begins
	13h50	<u>Medals:</u> Weight Throw F/M - High Jump M - 1000m F/M
	14h50	<u>Medals:</u> 60mH F/M - 300m F/M - Long jump F
	16h45	<u>Medals:</u> High Jump F - Long Jump M 3000m F/M - 4 X 400m F/M - Hept M—Closing Ceremonies

**Medal presentations will take place even if the athlete is absent, a teammate can step forward to accept.

**Les présentations auront lieu même si l'athlète est absent. Un membre de l'équipe pourrait accepter la médaille.

3. WARM UP TIMES / PÉRIODES D'ÉCHAUFFEMENT

Thursday February 23 Jeudi le 23 février	17h—20h	Track available only. McGill University, Currie Gym
Friday February 24 Vendredi le 24 février	8h—11h	Track available only. McGill University, Currie Gym

Please RSVP with Zachary Pilling (Zachary.pilling@mcgill.ca) before Monday February 20th if you require to use the track on Thursday February 23rd for warm-up.

Veillez RSVP avec Zachary Pilling (Zachary.pilling@mcgill.ca) avant le lundi 20 février si vous avez besoin d'utiliser la piste le jeudi 23 février pour l'échauffement.

4. COMPETITION SCHEDULE / HORAIRE DE LA COMPÉTITION

Vendredi le 24 février 2023 / Friday, February 24, 2023 - SESSION # 1

HEURE/TIME

11h45	60m	F	Pent
12h00	60m	F	Prelim
12h15	60m	M	Prelim
12h30	60m	M	Hept
12h55	60m	F	Finale
13h00	60m	M	Finale
13h05	Perche/Pole Vault	F	Finale
13h10	Longueur/Long Jump	M	Hept
13h15	1500m	F	T.S.C.
13h25	Hauteur / High Jump	F	Pent
13h35	1500m	M	T.S.C.
13h55	600m	F	Finale
14h15	600m	M	Finale
14h20	Poids / Shot Put	M	Hept
14h25	Médailles/Medals: Perche/ Pole Vault F - 60m F/M - 1500m F/M - 600m F/M		
14h45	Triple saut / Triple Jump	M	Finale
15h00	Perche/Pole Vault	M	Finale
15h15	Poids / Shot Put	F	Pent
15h25	4x200m	F	T.S.C.
15h30	Hauteur / High Jump	M	Hept
15h40	4x200m	M	T.S.C.
16h15	Longueur/Long Jump	F	Pent
16h30	Poids / Shot Put	M	Finale
17h20	800m	F	Pent
17h30	Triple saut / Triple Jump	F	Finale
17h50	Poids / Shot Put	F	Finale
17h55	Opening Ceremony - National Anthem		
18h00	Médailles/Medals: Perche/ Pole Vault M - Triple saut/ Triple Jump M - 4 X 200m F/ M/ Poids/Shot Put M - Pent F		
18h25	4 X 800m		
18h40	4 X 800m		
18h55	Médailles/Medals: Triple saut/Triple Jump F - Poids/ Shot Put F - 4 X 800m F/M		
19h10	FIN DE LA SESSION		

*Note: T.S.C. = Timed Section/Finale, sections chronométrées

4. COMPETITION SCHEDULE / HORAIRE DU COMPÉTITION

Samedi le 25 février 2023 / Saturday, February 25, 2023 - SESSION # 2

<u>HEURE/TIME</u>	<u>ÉPREUVE/EVENT</u>	<u>F/M</u>	
09h45	Marteau/Weight Throw	F	Finale
11h00	Marteau/Weight Throw	M	Finale
11h05	Hauteur/High Jump	M	Finale
12h50	60mH	M	Hept
13h00	60mH	F	Prelim
13h05	Longueur/Long Jump	F	Finale
13h15	60mH	M	Prelim
13h25	<i>Perche/Pole Vault</i>	M	Hept
13h30	1000m	F	T.S.C.
13h45	1000m		
13h50	<i>Médailles/Medals: Marteau/Weight Throw F/M - Hauteur/High Jump M - 1000m F/M</i>		
14h00	60mH	F	Finale
14h10	60mH	M	Finale
14h25	300m	F	T.S.C.
14h40	Hauteur/High Jump	F	Finale
14h45	300m		
14h50	<i>Médailles/Medals: 60mH F/ M - 300m F/M - Longueur F/Longjump F</i>		
15h00	Longueur/Long Jump	M	Finale
15h10	3000m	F	Finale
15h35	3000m	M	Finale
16h05	1000m	M	Hept
16h15	4 X 400m	F	Finale
16h25	4 X 400m		
16h45	<i>Médailles/Medals: Hauteur/High Jump F - Longueur/Long Jump M/3000m F/M - 4 X 400m F/M - Hept M</i>		
	<i>Closing Ceremonies (avec/Équipe d'étoiles) / Cérémonie Protocolaire (w/ All Stars)</i>		

Note: T.S.C. = Timed Section/Finale, sections chronométrées

5. REGISTRATION AND ACCREDITATION / INSCRIPTION ET ACCRÉDITATIONS

5.1 Registrations/Inscriptions

Registrations for the competition must be submitted no later than **5pm** on the **Monday February 20, 2023**. Registrations must be completed using Trackie (<https://www.trackie.com/online-registration/find-event/>). Please send completed HYTEK file to dennis.barrett@mcgill.ca

Les inscriptions doivent être soumises au plus tard à 17h00 lundi, le 20 février 2023. Les inscriptions peuvent être complétées sur Trackie (<https://www.trackie.com/online-registration/find-event/>). Veuillez envoyer le fichier HYTEK complété à dennis.barrett@mcgill.ca

5.2 Bibs/Dossards

Each athlete will be provided a bib by the RSEQ for the championship. Athletes will be charged \$5 for a replacement bib. These fees are invoiced (charged) by the host institution after the meet. Athletes competing in the FQA pentathlon and heptathlon championships must use their permanent FQA bib.

Chaque athlète recevra un dossard du RSEQ pour le championnat. Les frais pour un dossard perdu sont de 5\$. Les athlètes participant au Championnat FQA pentathlon et heptathlon doivent porter leur dossard permanent de la FQA.

5.3 Fees/Frais d'inscription

- Single entrance: \$25 fees per athlete/tryout. These fees are invoiced (charged) by the host institution/25\$ par athlète. *Les frais seront facturés par le comité organisateur.*
- Provincial Championship: \$400/female team and \$400/male team / *Championnat provincial : 400\$ par équipe féminine, 400\$ par équipe masculine.*
- Teams will be invoiced by the RSEQ/ *Les équipes seront facturées par le comité organisateur*

5.4 Team staff accreditation / Accréditation de l'équipe d'encadrement

Please complete the **Accreditation Form** on the last page of the bulletin and return no later than **5pm** on **Monday February 20 2023** to zachary.pilling@mcgill.ca

All team accreditation bracelets & staff lanyard accreditations will be distributed at the technical meeting.

Veillez remplir le Formulaire d'accréditation à la dernière page de ce bulletin, au plus tard **lundi le 20 février 2023** à **17h00** : zachary.pilling@mcgill.ca

Tous les bracelets d'accréditation d'équipe et les lanières d'accréditation du personnel seront distribués lors de la réunion technique.

6. SPONSORSHIP/COMMANDITAIRES

Vos bracelets d'accréditation seront distribués lors de la réunion technique.

Please support our sponsors—We encourage our guests and participating RSEQ teams to support these important partnerships. /*Nous encourageons nos participants d'appuyer nos commanditaires.*



7. THERAPY & MEDICAL SERVICES / SOINS MÉDICAUX

Physiotherapy—Event Coverage / Services de physiothérapie

A McGill medical team member will meet with the visiting team therapist to review event etiquette and establish an Emergency Reaction Plan. The McGill medical team will coordinate transportation of any emergency that may occur during an athletic event. Medical assistance will be available for one half hour (30 minutes) following the conclusion of the meet each day.

Un membre de l'équipe médicale de McGill rencontrera chaque thérapeute d'équipe afin de revoir les procédures du plan d'action d'urgence. L'équipe médicale de McGill coordonnera la transportation pour toute urgence qui survient. Les soins médicaux seront disponibles durant les 30 minutes qui suivent la fin de chaque journée de compétition.

Visiting Team Therapists / Thérapeutes des équipes

In the case of a therapist not traveling with a visiting team, we ask that you notify **Julie Gardiner** at 514-398-7000 ext. 2355, in advance (by Wednesday February 8th), to make alternative arrangements. A taping area will be provided for the visiting teams to use. Ice will be available prior to the meet each day.

Si vous voyagez sans équipe, veuillez en aviser Julie Gardiner au 514-398-7000, poste 2355 (avant mercredi le 8 février). Un endroit pour effectuer des soins athlétiques sera fourni aux équipes. La glace sera disponible en tout temps.

Emergency Hospital / Hôpital

The official receiving hospital of the McGill Athletics Department is the Montreal General Hospital which is located at 1650 Cedar Avenue, 514-934-1934.

L'hôpital officiel est l'Hôpital Général de Montréal, 1650 Avenue des Cèdres, 514-934-1934.

Information

For further information contact: **Julie Gardiner** at 514-398-7000 ext 2355 or the Sports Medicine Clinic reception at 514-398-7007.

Pour plus de renseignements, veuillez contacter Julie Gardiner au 514-398-7000, poste 2355

8. HOST HOTEL / HÔTEL HÔTE

It will be the responsibility of each university to call and confirm the reservation.

If rooming lists are required, it is the responsibility of each university to forward that information to the Delta Hotel.

Address/ Adresse: 475 Avenue President Kennedy

Website/Site Web: <https://www.deltahotels.com/Hotels/Delta-Montreal>

Phone/ Téléphone: Group requests, call **Sylvie Viens** at (514) 284-4335 (sylvie.viens@deltahotels.com)

Groups are required to specify that they are with the McGill Athletics / Les groupes doivent préciser qu'ils font partie de McGill Athletics.

Room Rates / Frais: For all **group reservations** (based on 5 guestrooms or more per night) Delta Montreal (Delta Hotels by Marriott Montreal) will quote the client the best available group rate. Guestrooms and rates are on an upon availability basis. Guestrooms must be part of a specific group block. All rooms reserved outside of the block will not be considered. / Pour toutes les réservations de groupe (basées sur 5 chambres ou plus par nuit), Delta Montréal (Delta Hotels par Marriott Montréal) indiquera au client le meilleur tarif de groupe disponible. Les chambres et les tarifs sont sous réserve de disponibilité. Les chambres doivent faire partie d'un bloc de groupe spécifique. Toutes les chambres réservées à l'extérieur du bloc ne seront pas prises en compte.

Distance from Competition Site / Distance du stade : 8 minute walk / 8 minutes à pied



9. FOOD / RESTAURATION

The cafeteria, as well as concessions, will be open on both days of the competition. Additionally, several markets and restaurants are on Park Avenue, south of the Avenue des Pins intersection. For a team dinner try **Ye Olde Orchard Pub & Grill** located at 20 Price Arthur West. They can be contacted at 514-845-7772 or carl@yooopubs.com (Carl Bieman).

Officials and volunteers will be fed throughout the competition.

La cafétéria, ainsi que les concessions, seront ouvertes les deux jours de compétition. De plus, plusieurs marchés et restaurants se trouvent sur l'avenue du Parc, au sud de l'intersection de l'avenue des Pins. Pour un dîner d'équipe, essayez le **Ye Olde Orchard Pub & Grill** situé au 20 Price Arthur ouest. Ils peuvent être contactés au 514-845-7772 ou carl@yooopubs.com (Carl Bieman).

Officiels et bénévoles seront nourris tout au long de la compétition.



10. TECHNICAL MEETING / RÉUNION TECHNIQUE

Meeting will be held on **FRIDAY FEBRUARY 24, 2023 at 8h45 in the Currie Gym room 352**. Attendance for the technical meeting is mandatory for :

*La réunion aura lieu **vendredi le 22 février à 8h45 au gymnase Currie (salle 352)**. La présence est obligatoire pour :*


- Head Coaches / *Entraîneurs-chef*
- Head of Officials / *Responsable des officiels*
- Organizing Committee Chair and delegates (including medical) / *Chef du comité organisateur et l'équipe médicale*
- RSEQ delegates / *Délégués du RSEQ*


Agenda to follow / Ordre du jour à suivre

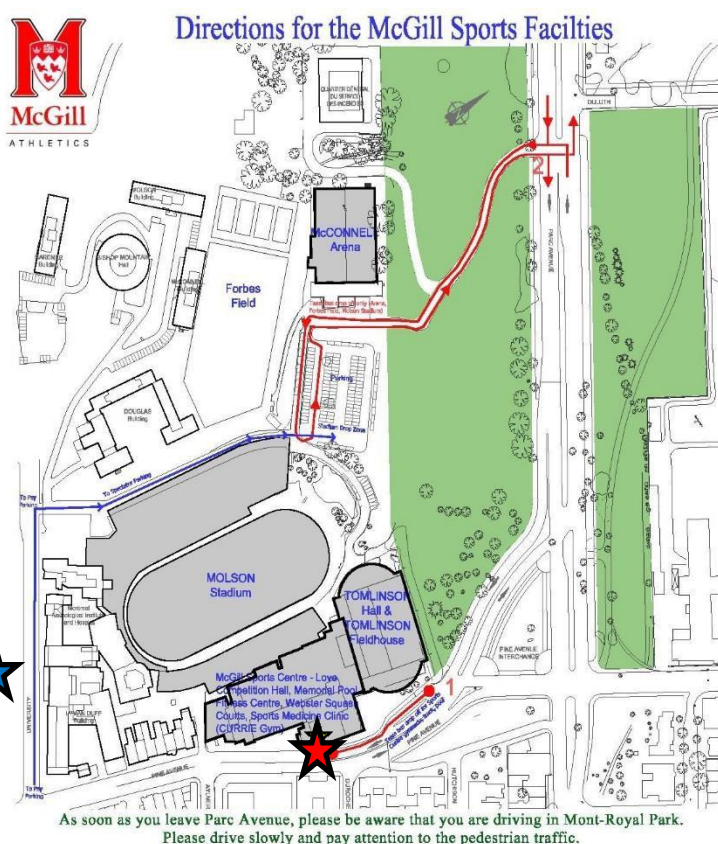
11. DIRECTIONS AND BUS DROP-OFF / DIRECTIONS ET DÉPOSE EN BUS



The McGill Sports Complex is located at 475 avenue des Pins West, less than a 10 minute walk from the Delta Montreal.

 **Access to parking** is from University Street. The parking lot is located behind the North Stands and in front of McConnell Arena. There is a daily charge for parking.

 **Drop off point** for team buses is located on Ave des Pins west in front of R.H. Tomlinson Fieldhouse. **No parking for an extended period allowed in this area.** Entrance to the sports complex is at 475 avenue des Pins West.



As soon as you leave Parc Avenue, please be aware that you are driving in Mont-Royal Park. Please drive slowly and pay attention to the pedestrian traffic.

12. LIVE STREAMING / DIFFUSION WEB

The meet will be streamed live on the McGill website at <https://mcgill.yaretv.com/>

La diffusion en direct sera disponible au <https://mcgill.yaretv.com/>

13. Tickets / Billets

Tickets are available online (<https://mcgillathletics.tuxedobillet.com/>) or at the door: \$15 a day or \$25 for two. For all ticketing inquiries, please contact dana.carleton@mcgill.ca.

Les billets sont disponibles en ligne (<https://mcgillathletics.tuxedobillet.com/>) ou à la porte : 15 \$ par jour ou 25 \$ pour deux. Pour toute demande de billetterie, veuillez contacter dana.carleton@mcgill.ca.

14. MEDIA ACCREDITATIONS / ACCRÉDITATION DES MÉDIAS

Please submit all Media accreditation requests to Earl Zukerman at earl.zukerman@mcgill.ca by Friday, February 24, 2023.

Veillez soumettre toute demande d'accréditation à Earl Zukerman : earl.zukerman@mcgill.ca, au plus tard vendredi le 24 février, 2023

15. ROOM LIST / LISTE DES SALLES

USE / USAGE	ROOM / SALLE
Officials / Officiels	152
Timing / Chronométrage	252
Technical Meeting / Réunion technique	352
Drug Testing / Dépistage des drogues	341
Video Review / Examen vidéo	G11
Massage & Therapy / Massage thérapeutique	172/173
Overflow / Débordement	167
Overflow & Warm-up / Débordement & échauffement	Mezzanine
VIP Room / Salle VIP	Tomlinson Student Lounge / Salon étudiant
Concessions	Tomlinson Hall

16. RELAY CARD / CARTE RELAIS

2023 RSEQ Track and Field Championship

ÉQUIPE DE RELAIS / RELAY TEAM

Épreuve / Event : 4 x 200 m Catégorie : Univ / Ouv Sexe : Femme / Women
 4 x 400 m Homme / Men
 4 x 800 m

Université / University : _____
 Club

		<u>Dossard</u> Bib number	<u>Nom</u> Last name	<u>Prénom</u> First name
<u>Ordre :</u>	# 1	_____	_____	_____
<u>Order :</u>	# 2	_____	_____	_____
	# 3	_____	_____	_____
	# 4	_____	_____	_____
	# 5	_____	_____	_____
	# 6	_____	_____	_____

ACCREDITATION FORM / FORMULAIRE D'ACCRÉDITATION

Please complete form and return by 5 p.m. on Monday February 20, 2023 to:

Veillez remplir le formulaire et le retourner avant 17 h. le lundi 20 février 2023 à :

zachary.pilling@mcgill.ca

C – Coach, A – Assistant Coach, T – Therapist, VIP – Senior University Official

	Name /Nom	Category/ Catégorie
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		

For athlete bracelet accreditations, please also indicate the number of student athletes participating.

Pour les accréditations de bracelet d'athlète, veuillez également indiquer le nombre d'étudiants-athlètes participants.

Number of athletes / Nombre d'athlètes	
--	--