

COMPLEXE SPORTIF CLAUDE-ROBILLARD



**13e Championnats canadiens vétérans en athlétisme en salle
conjointement avec les championnats du Québec en salle
U18/U20/Open**

GUIDE DE L'ATHLÈTE

16-17-18 FÉVRIER 2024



ORGANISÉ PAR :

Club Vainqueurs Plus



**CANADIAN MASTERS
ATHLETICS
VÉTÉRANS CANADIENS
EN ATHLÉTISME**

Récapitulatif des informations

Vendredi 16 février 2024
- 16h à 20h30

Samedi 17 février 2024
- 8h30 à 20h30

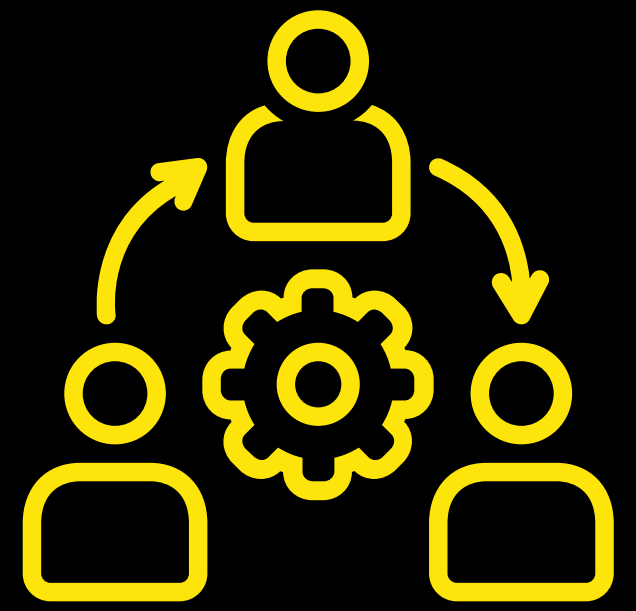
Dimanche 18 février 2024
- 8h30 à 18h



Complexe Sportif Claude-Robillard
1000 avenue Émile-Journault
Montréal, Québec, H2M 2E7

Bienvenue - Le Club Vainqueurs Plus, Athlétisme Québec et les Vétérans Canadiens en Athlétisme aimeraient souhaiter la bienvenue à tous les athlètes vétérans aux 13e Championnats canadiens d'athlétisme en salle des vétérans qui se tiendront en même temps que les Championnats d'athlétisme en salle U18, U20 et ouverts d'Athlétisme Québec. Les athlètes canadiens et étrangers sont les bienvenus à la compétition.

Comité organisateur local



Club hôte: Club Vainqueurs Plus

Directrice de la rencontre:

Danielle Boulanger

(presidente@clubvainqueursplus.com)

Déléguée technique d'Athlétisme Québec:

Émilie Rochefort

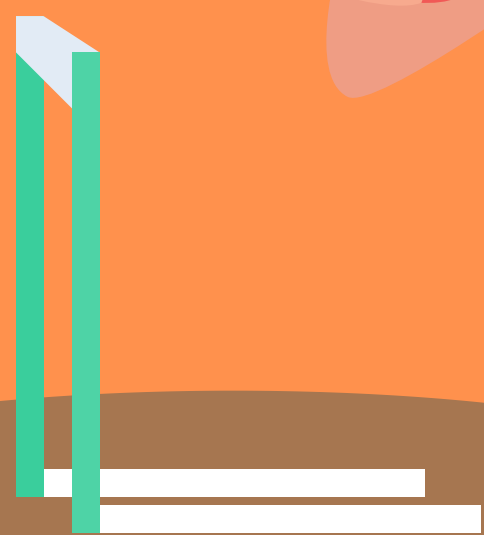
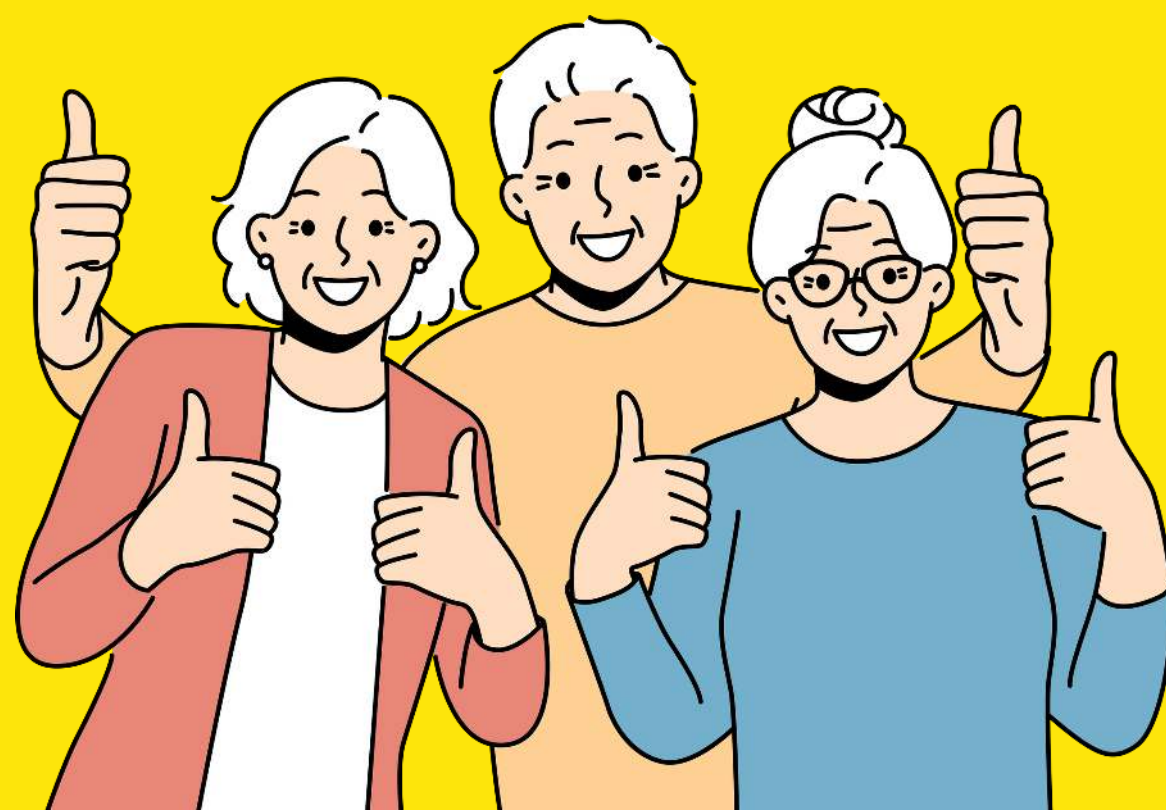
(erochefort@athletisme.qc.ca)

Agent de liaison de la WMA:

Vern Christensen

Groupes d'âge

- Toutes les épreuves disputées se déroulent par tranche d'âge de 5 ans dans le championnat masters en commençant par 30-34, 35-39, etc. jusqu'au membre le plus âgé de la compétition.
- L'âge est calculé à partir du premier jour de compétition, le 16 février 2024.

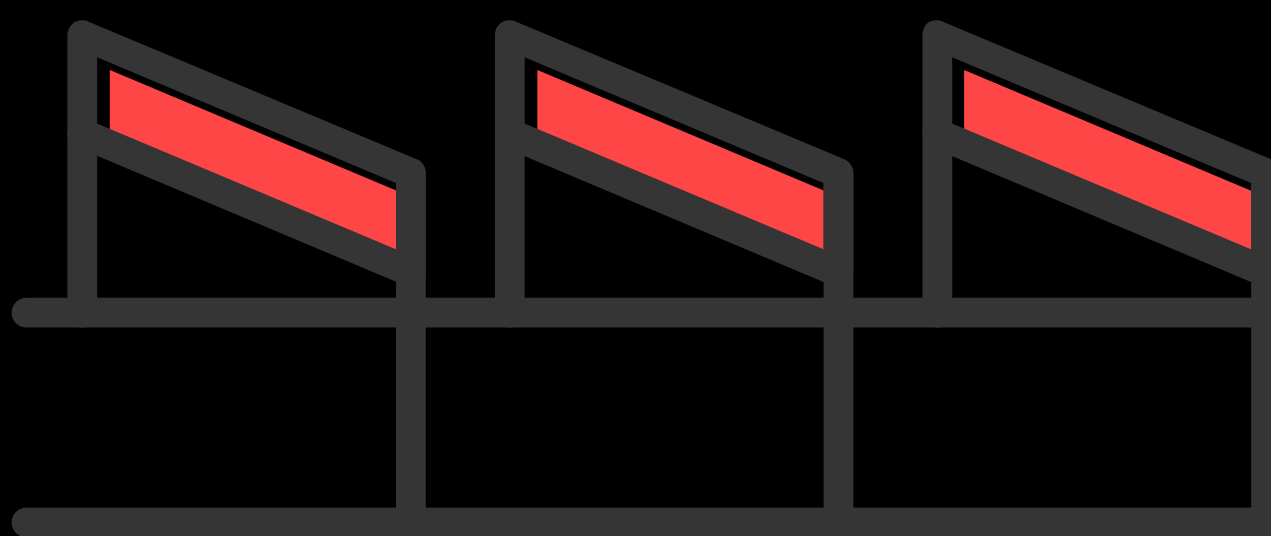


Installations

- Les Championnats se dérouleront dans le célèbre Complexe Sportif Claude-Robillard qui a accueilli de nombreux championnats nationaux et québécois.
- L'installation comprend une piste de 200m avec un ovale à 4 couloirs et une ligne droite de sprint à 6 couloirs.
 - Fosses de saut et cage de lancer sur place.
 - Toutes les pointes seront limitées à une longueur de 7 mm.
- Les athlètes et les officiel.le.s doivent porter des chassures de sport dans la salle de sport.
- Des vestiaires et des douches avec casiers sont disponibles. Vous devez apporter votre propre cadenas et l'enlever à la fin de la compétition.
- L'échauffement n'est pas autorisé sur la piste pendant les compétitions. Il y a une zone d'échauffement derrière les sièges des spectateurs qui donne sur la piste.
- Un service de premiers soins sera disponible sur place.
- Un service de vente de nourriture payable en espèces sera disponible sur place.

Matériel

- Tous les engins de lancer seront fournis, mais les athlètes qui souhaitent peuvent apporter leurs propres engins.
- Tous les engins fournis par les athlètes seront pesés et enregistrés avant la compétition et devront rester sur le site de l'épreuve jusqu'à ce qu'ils soient rendus par les officiels.le.s.



- Certaines perches seront fournies par l'organisateur, mais en nombre limité.
- Il y a 5 à 6 couloirs complets de haies de 27 pouces et plus pouvant accommoder tous.tes les athlètes.

Règles du championnat



- Règles de l'athlétisme mondial, telles qu'amendées par l'athlétisme mondial des vétérans (WMA).
- L'ordre de passage des épreuves sur piste se fera du plus âgé au plus jeune, les femmes concourant en première dans chaque groupe d'âge.
- La CMA acceptera les records canadiens par groupe d'âge établis lors des Championnats sans exiger de formulaire de demande dûment rempli. Toutefois, les formulaires de demande de la WMA sont requis pour la ratification des records du monde des groupes d'âge.

Règles du championnat



- Les appels doivent être adressés au délégué technique et non aux officielles.
- Si un.e athlète a des épreuves simultanées, l'épreuve en ligne droite a la priorité sur l'épreuve ovale et l'épreuve ovale a la priorité sur l'épreuve de terrain. Les athlètes doivent avertir les officielles des épreuves en conflits. Les officielles ne retarderont pas une épreuve pour les athlètes individuelles, mais les athlètes peuvent rejoindre une épreuve de terrain en retard, à condition que cela n'interfère pas avec son déroulement.
- À moins que le nombre de concurrent.e.s dans le 200m ou moins n'exige pas une demi-finale, toutes les épreuves seront des finales chronométrées.

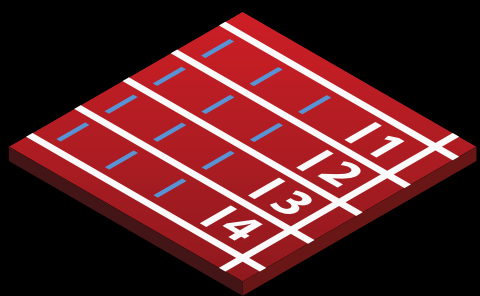
RAMASSAGE DES TROUSSES

- Les trousse de compétition seront disponibles au comptoir de la compétition, à la piste du centre sportif le vendredi de 15h00 à 20h30 le samedi de 8h00 à 17h00 et exceptionnellement le dimanche matin de 8h00 à 9h00. Nous invitons les athlètes ou les clubs à venir les chercher le plus tôt possible.



CHAMBRE D'APPEL

PISTE



LES ATHLÈTES DEVRONT OBLIGATOIREMENT SE PRÉSENTER À LA TABLE D'APPEL 1 HEURE AVANT L'ÉPREUVE.

CONCOURS



DIRECTEMENT À LA TABLE DE CONCOURS À L'AIRE DE COMPÉTITION, 45 MINUTES AVANT L'ÉPREUVE

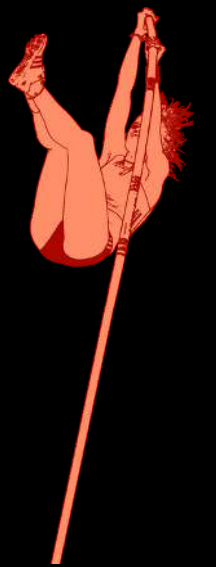
PERCHE

DIRECTEMENT À L'AIRE DE COMPÉTITION 60 MINUTES AVANT L'ÉPREUVE.

DOSSARD



TOUS.T.ES LES ATHLÈTES DEVRONT SE RENDRE À LA TABLE D'ACCUEIL. PRÉVOIR UN DÉLAI DE PLUS DE 30 MINUTES CAR NOUS ATTENDONS 700 ATHLÈTES CE WEEK-END. UN DOSSARD OFFICIEL DE LA COMPÉTITION SERA REMIS À CHACUN DES PARTICIPANTS ET DEVRA ÊTRE OBLIGATOIREMENT PORTÉ.



TOUT ATHLÈTE NE RESPECTANT PAS CETTE CONSIGNE SERA EXCLU DE L'ÉPREUVE. IL EST DU DEVOIR DE L'ATHLÈTE ET DE SON ENTRAÎNEUR DE S'ASSURER DU RESPECT DE CETTE RÈGLE.

LA CHAMBRE D'APPEL SERA SITUÉE AU FOND À DROITE DE LA PISTE INTÉRIEURE. VOUS PRÉVOIR UN DÉLAI D'ATTENTE DE QUELQUES MINUTES À LA TABLE D'APPEL.

AUCUN MANQUE DE RESPECT DE LA PART D'UN ENTRAÎNEUR OU ATHLÈTE NE SERA TOLÉRÉ. DANS LE CAS OÙ IL Y AURAIT UN MANQUE DE RESPECT, L'ATHLÈTE ET SON ENTRAÎNEUR SE VERRONT OBLIGÉS DE QUITTER LE SITE DE COMPÉTITION POUR LE WEEK-END.

Prix vétérans

- Les médailles des CMA seront décernées aux premiers.ières, deuxième et troisième Canadien.ne de chaque genre et de chaque groupe d'âge dans chaque épreuve. Les non-Canadiens.nes terminant aux trois premières places recevront également une médaille en double.
- La portion championnats québécois vétérans les médailles seront remis selon les 3 catégories suivantes: 35-49 ans, 50-64 ans et 65 ans +
- Les membres de l'équipe de relais qui terminent à la première place pour chaque genre et groupe d'âge recevront également des médailles des CMA.
- Les médailles seront remises sur le podium environ 40 minutes après l'affichage des résultats de chaque épreuve. Elles peuvent également être récupérées ultérieurement par les athlètes, leurs entraîneur.e.s ou un membre de leur équipe, mais les médailles non réclamées ne seront pas envoyées par la poste.

Prix vétérans

- Le trophée Karla Del Grande sera remis à la fin de la rencontre au club canadien inscrit qui aura obtenu le plus grand nombre de points au championnat, en fonction du nombre de points obtenus dans chaque épreuve pour chaque groupe d'âge et chaque genre, à l'exclusion des relais : 1er - 7 points; 2e - 6 points; 3e - 5; 4e - 4; 5e - 3; 6e - 2 et 7e - 1 points.

Résultats

- Les listes de départ, les finales et les résultats seront affichés dès qu'ils seront disponibles au Complexe sportif Claude-Robillard sur le plateau d'affichage prévu à cet effet, et en ligne sur AVS Sport www.AVS-sport.com. Les résultats complets seront affichés sur les sites internet suivants après la rencontre :

Athlétisme Québec - www.athletisme-quebec.ca/calendrier-et-resultats

Canadian Masters - www.CanadianMasters.ca

RÉCEPTION ET RÉUNION ANNUELLE DES CMA

- Pour célébrer les championnats en salle des CMA et son assemblée annuelle à Montréal, toutes les personnes intéressées sont invitées à une réception gratuite à 18 h le samedi 17 février, après les événements de la journée, dans le salon VIP au 3^e étage. Tous les membres des CMA et autres passionnés d'athlétisme sont cordialement invités à cette réception informelle et à la réunion annuelle qui suivra.
- La réunion annuelle des Vétérans Canadiens en athlétisme (CMA) aura lieu après la réception, vers 19h, le samedi 17 février, dans la même salle. Tout le monde est invité à rester pour cette courte réunion, au cours de laquelle nous passerons en revue les activités des CMA au cours de l'année écoulée.

PREMIERS SOINS

Un service de massothérapie et de premiers soins sera disponible sur place.



Si les athlètes désirent un tapping, vous devrez déboursier le coût en argent comptant, un montant de 10\$ à la massothérapeute. Si l'athlète n'a pas l'argent, il ne pourra avoir de tapping.

Service traiteur



Il y aura un service de traiteur payant pour prévoir de l'argent comptant !

Disponible :

- Sandwichs
- Chips
- Barres tendres ...



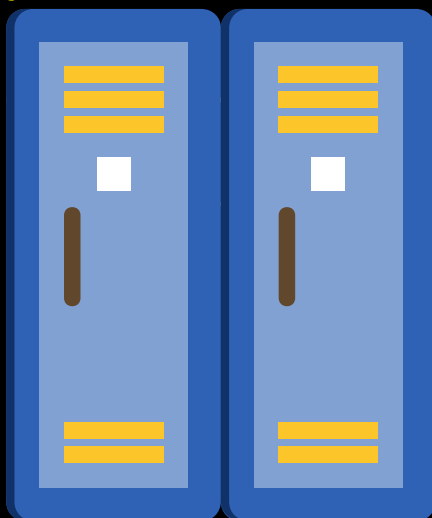
Vêtements du club

Les vêtements du club seront en vente sur place !



VESTIAIRES, TOILETTES ET DOUCHES

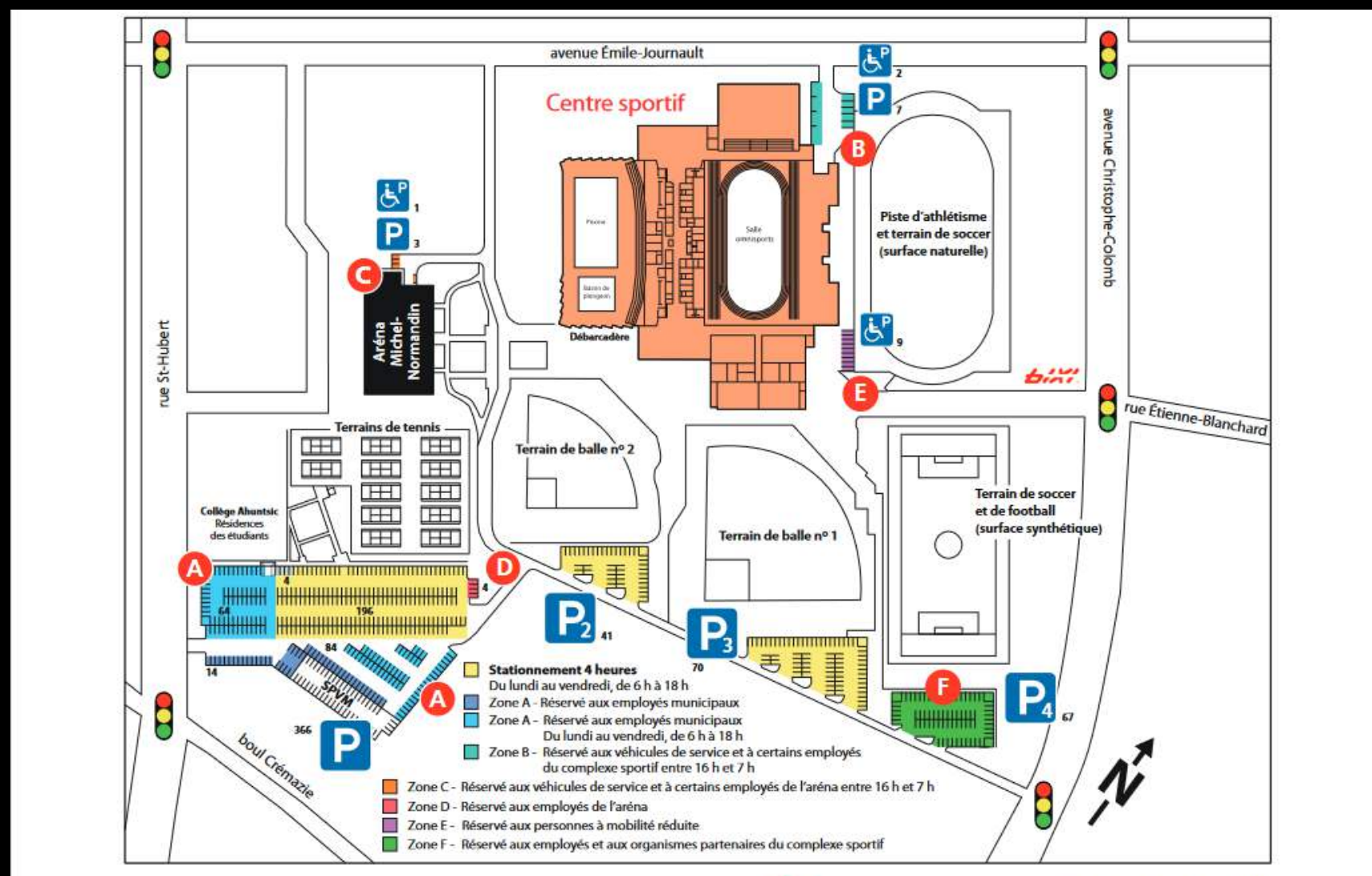
VESTIAIRES, TOILETTES ET DOUCHES



VOUS AUREZ ACCÈS AUX VESTIAIRES DU COMPLEXE CLAUDE ROBILLARD. VEUILLEZ NOTER QUE VOUS DEVREZ PRÉVOIR UN CADENAS.

STATIONNEMENT

PLUSIEURS STATIONNEMENTS DISPONIBLES À L'ARRIÈRE DU COMPLEXE SPORTIF CLAUDE-ROBILLARD. VOUS POUVEZ CONSULTER LE PLAN [ICI](#).



GRADINS

LES GRADINS ACCUEILLERONS TOUS.TES LES SPECTATEURS.TRICES DURANT L'ÉVÉNEMENT. AUCUN ACCÈS À LA PISTE INTÉRIEURE DE COURSE DE SERA AUTORISÉ POUR LES NON-ATHLÈTES, COACHS, BÉNÉVOLES ET OFFICIEL.L.E.S.

SOIRÉES BÉNÉVOLES !



LE CLUB VAINQUEURS PLUS INVITE TOUS SES BÉNÉVOLES, OFFICIELS ET COACHS À UNE SOIRÉE DE REMERCIEMENTS, LE SAMEDI 17 FÉVRIER, BOUCHÉES, ANIMATIONS SERONT AU RDV. ON VOUS ATTENDS NOMBREUX.EUSES !



PHILOSOPHIE DES ÉVÈNEMENTS VAINQUEURS PLUS

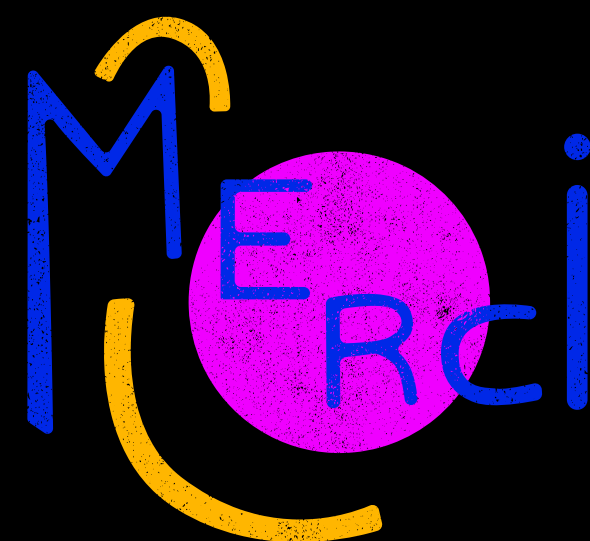
RESPECT

AUCUN MANQUE DE RESPECT DE LA PART D'UN ENTRAÎNEUR OU ATHLÈTE NE SERA TOLÉRÉ. DANS LE CAS OÙ IL Y AURAIT UN MANQUE DE RESPECT, L'ATHLÈTE ET SON ENTRAÎNEUR SE VERRONT OBLIGÉS DE QUITTER LE SITE DE COMPÉTITION POUR LE WEEK-END.



RECONNAISSANCE

LES OFFICIELS ET LES BÉNÉVOLES DONNENT DE LEUR TEMPS BÉNÉVOLEMENT POUR FAIRE DE CET ÉVÈNEMENT UN SUCCÈS. NOUS VOUS DEMANDONS DE RECONNAÎTRE LEUR TRAVAIL ET DE LEUR DIRE UN PETIT MERCI QUI LEUR FERA TELLEMENT PLAISIR !



ÉCO-RESPONSABILITÉ

AFIN DE NOUS AIDER À FAIRE UN PETIT PAS POUR L'ENVIRONNEMENT, NOUS VOUS DEMANDONS DE NOUS AIDER GRÂCE À SES ACTIONS :

- AMENER VOTRE BOUTEILLE D'EAU RÉUTILISABLE. IL N'Y AURA PAS DE BOUTEILLES D'EAU À VENDRE SUR LE SITE.
- NE LAISSER AUCUN DÉCHET SUR PLACE. LES JETER DANS LES BACS APPROPRIÉS (POUBELLE, RECYCLAGE OU COMPOST).
- SI VOUS ÊTES DE MONTRÉAL, NOUS VOUS ENCOURAGEONS À VENIR EN VÉLO OU EN TRANSPORT EN COMMUN.
- SI VOUS ÊTES DE L'EXTÉRIEUR DE MONTRÉAL, NOUS VOUS ENCOURAGEONS À FAIRE DU COVOITURAGE.

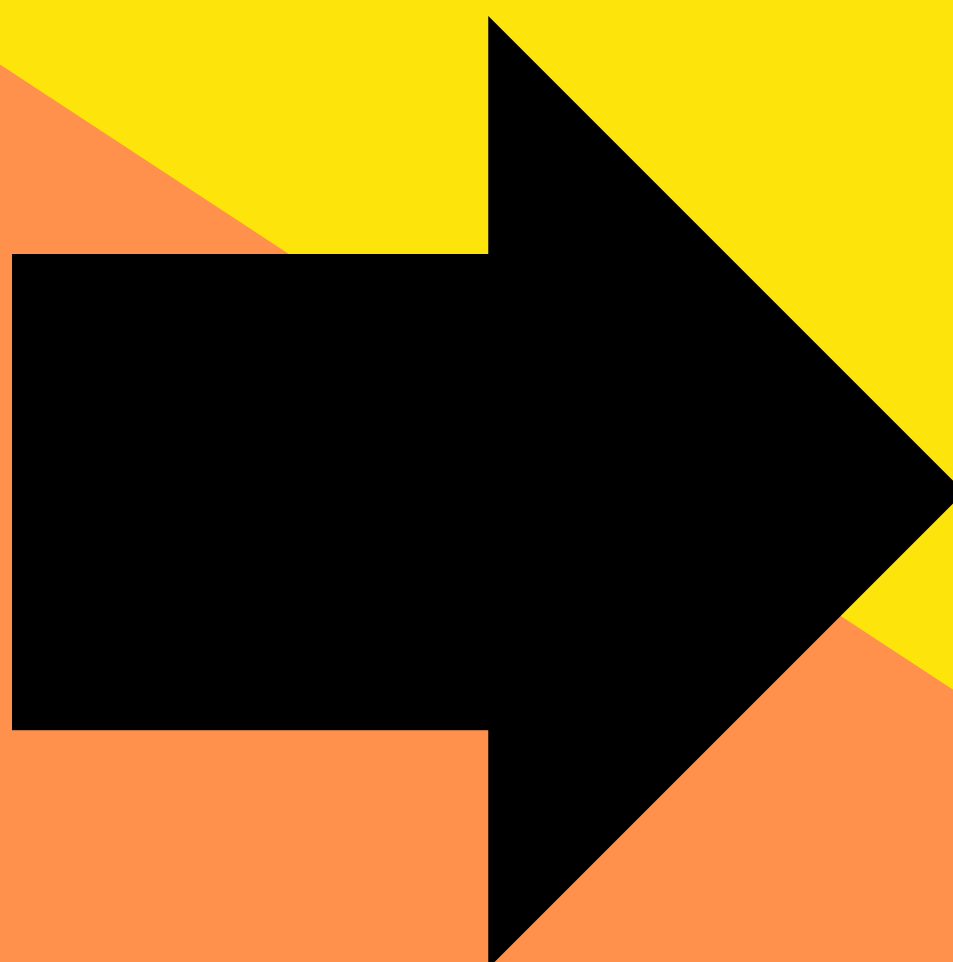


MERCI À L'AVANCE DE VOTRE COLLABORATION !

HORAIRES DE COMPÉTITIONS

- À noter :

Les championnats provinciaux se dérouleront en même temps que les championnats canadiens vétérans ; les épreuves ne seront pas accessibles aux vétérans.



HORAIRES



HORAIRE FINALE /FINAL SCHEDULE

Vendredi 16 février, 2024 – Session en soirée

Concours:

| Heure | Épreuve | Catégorie | Genre | Tour | Nb de participants | Heure de fin |
|-------|----------|------------------------------------|--------|-------|--------------------|--------------|
| 16h00 | Marteau | Masters | F | Final | 9 | 17h00 |
| 17h00 | Longueur | Masters (fosse mur) | F | Final | 12 | 18h15 |
| 17h00 | Hauteur | Masters groupe 1 - 35-54 ans | H | Final | 9 | 18h00 |
| 18h30 | Marteau | U20 et sénior | F et H | Final | 10 | 19h30 |
| 19h00 | Longueur | Masters groupe 2- 55 + (fosse mur) | H | Final | 12 | 20h15 |
| 19h00 | Hauteur | Masters | F | Final | 7 | 19h45 |

Samedi 17 février 2024 – Session du matin

Piste:

| Heure | Épreuve | Catégorie | Genre | Tour | Vague | Participants | Heure de fin |
|-------|-----------|---------------------------|-------|--------|-------|--------------|--------------|
| 9h30 | 60m haies | Masters pentathlon | F | F.S.C | 2 | 7 | 9h40 |
| 9h45 | 60m haies | Masters pentathlon | H | F.S.C | 3 | 14 | 10h00 |
| 10h05 | 50m haies | Masters | F | Final | 1 | 4 | 10h10 |
| 10h15 | 50m haies | Masters | H | Final | 2 | 10 | 10h30 |
| 10h35 | 60m | U20 | F | prelim | 4 | 21 | 10h43 |
| 10h45 | 60m | Senior | F | Prelim | 2 | 12 | 10h50 |
| 10h50 | 60m | Masters | F | F.S.C. | 3 | 17 | 10h56 |
| 11h00 | 60m | U20 | H | Prelim | 8 | 44 | 11h20 |
| 11h25 | 60m | Senior | H | Prelim | 8 | 46 | 11h45 |
| 11h45 | 60m | Masters 40-44 ans | H | Prelim | 3 | 13 | 11h51 |
| 11h55 | 60m | Masters 50-54 ans | H | Prelim | 2 | 11 | 12h00 |
| 12h00 | 60m | Masters autres catégories | H | F.S.C | 6 | 32 | 12h15 |
| 12h20 | 4 x 200m | Masters | F | F.S.C | 2 | 8 | 12h30 |
| 12h35 | 4 x 200m | Masters | H | F.S.C | 3 | 10 | 12h50 |

HORAIRES

Samedi 17 février 2024 – Session du matin

Concours:

| Heure | Épreuve | Catégorie | Genre | Tour | Nb de participants | Heure de fin |
|--------------|-----------------|---|----------|--------------|--------------------|--------------|
| 8h30 | Marteau | Masters groupe 1 (35-54 ans) | H | Final | 10 | 9h30 |
| 9h00 | Hauteur | Masters groupe 2 (55+) | H | Final | 8 | 10h30 |
| 9h00 | Longueur | U20 (fosse piste) | H | Final | 12 | 10h00 |
| 10h00 | Marteau | Masters groupe 2 (55 +) | H | Final | 8 | 10h50 |
| 10h45 | Longueur | Masters pentathlon (fosse piste) | H | Final | 14 | 11h30 |
| 10h45 | Hauteur | Masters pentathlon | F | Final | 7 | 11h30 |
| 11h00 | Perche | U20-senior-masters | F | Final | 5 | 12h00 |

Samedi 17 février 2024 – Sessions d'après-midi et de soirée

Piste :

| Heure | Épreuve | Catégorie | Genre | Tour | Vague | Participants | Heure de fin |
|--------------|--------------|---------------------------|----------|--------------|----------|--------------|--------------|
| 13h45 | 1500m | Masters | F | F.S.C | 1 | 14 | 13h55 |
| 13h55 | 1500m | Masters | H | F.S.C | 2 | 35 | 14h22 |
| 14h25 | 1500m | Senior | F | F.S.C | 1 | 11 | 14h35 |
| 14h35 | 1500m | Senior | H | F.S.C | 2 | 21 | 14h45 |
| 14h45 | 1500m | U20 | F | F.S.C | 2 | 27 | 14h55 |
| 14h55 | 1500m | U20 | H | F.S.C | 1 | 17 | 15h00 |
| 15h05 | 60m | U20 | F | Final | 1 | 6 | 15h08 |
| 15h10 | 60m | Senior | F | Final | 1 | 6 | 15h13 |
| 15h15 | 60m | U20 | H | Final | 1 | 6 | 15h18 |
| 15h20 | 60m | Senior | H | Final | 1 | 6 | 15h23 |
| 15h25 | 60m | Masters 40-44 | H | Final | 2 | 6 | 15h28 |
| 15h30 | 60m | Masters 50-54 | H | Final | 1 | 6 | 15h33 |
| 15h40 | 800m | Pentathlon masters | F | F.S.C | 1 | 7 | 15h45 |
| 15h50 | 400m | U20 | F | F.S.C | 4 | 15 | 16h02 |
| 16h02 | 400m | Masters | F | F.S.C | 3 | 10 | 16h12 |
| 16h15 | 1000m | Pentathlon masters | H | F.S.C | 1 | 14 | 16h25 |
| 16h30 | 400m | U20 | H | F.S.C | 4 | 15 | 16h42 |
| 16h42 | 400m | Senior | H | F.S.C | 2 | 6 | 16h48 |
| 16h48 | 400m | Masters | H | F.S.C | 9 | 36 | 17h15 |
| Pause | | | | | | | |

HORAIRES

| Heure | Épreuve | Catégorie | Genre | Tour | Vague | Participants | Heure de fin |
|-------|--------------|--------------------|-------|-------|-------|--------------|--------------|
| 18h30 | 3000m marche | U20/Senior/Masters | F | F.S.C | 2 | 5 + 3 + 18 | 19h30 |
| 19h30 | 3000m marche | Masters/Senior | H | Final | 1 | 10 | 20h00 |
| 20h05 | 4 X 200m | U20 | F | F.S.C | 1 | 2 | 20h10 |
| 20h15 | 4 x 200m | U20 | H | F.S.C | 1 | 4 | 20h20 |
| 20h25 | 4 x 200m | Senior | H | F.S.C | 1 | 2 | 20h30 |

Samedi 17 février 2024 – Sessions d'après-midi et de soirée

Concours:

| Heure | Épreuve | Catégorie | Genre | Tour | Nb de participants | Heure de fin |
|-------|-------------|---------------------------------------|-------|-------|--------------------|--------------|
| 12h30 | Poids | Masters Pentathlon | H-F | Final | 21 | 13h30 |
| 14h15 | Poids | U20 / Senior | F | Final | 11 | 15h20 |
| 14h30 | Longueur | Pentathlon masters (fosse piste) | F | Final | 7 | 15h00 |
| 14h30 | Hauteur | Pentathlon masters | H | Final | 14 | 15h30 |
| 16h30 | Hauteur | U20 et Senior | H | Final | 5 | 17h30 |
| 16h00 | Poids | U20/senior | H | Final | 7 | 16h45 |
| 16h00 | Triple saut | Masters group 2 (55+) (fosse piste) | H | Final | 7 | 16h50 |
| 17h30 | Triple saut | Masters group 1 (40-54) (fosse piste) | H | Final | 10 | 18h30 |
| 19h30 | Triple saut | Junior et senior (fosse piste) | H + F | Final | 8 | 20h30 |

HORAIRES

Dimanche 18 février 2024 – Session du matin

Piste :

| Heure | Épreuve | Catégorie | Genre | Tour | Vague | Participants | Heure de fin |
|-------|--------------|---------------------------|-------|--------|-------|--------------|--------------|
| 9h00 | 1500m marche | Masters | F | F.S.C | 1 | 19 | 9h12 |
| 9h15 | 1500m marche | Masters | H | F.S.C | 1 | 13 | 9h25 |
| 9h35 | 60m haies | Masters | F | Final | 1 | 5 | 9h37 |
| 9h40 | 60m haies | U20 + seniors | F | prelim | 1 | 5 | 9h42 |
| 9h45 | 60m haies | Masters | H | Final | 3 | 14 | 9h55 |
| 10h00 | 60m haies | U20 | H | prelim | 1 | 6 | 10h02 |
| 10h05 | 60m haies | Senior | H | Prelim | 1 | 4 | 10h07 |
| 10h15 | 50m | Masters | F | Final | 3 | 16 | 10h21 |
| 10h25 | 50m | Masters 50-54 ans | H | prelim | 2 | 8 | 10h30 |
| 10h30 | 50m | Masters autres catégories | H | Final | 6 | 31 | 10h42 |
| 10h50 | 3000m | U20 | F | F.S.C | 1 | 8 | 11h02 |
| 11h05 | 3000m | Seniors | F | F.S.C | 1 | 10 | 11h17 |
| 11h20 | 3000m | Masters | F | F.S.C | 1 | 11 | 11h35 |
| 11h35 | 3000m | U20 | H | F.S.C | 1 | 17 | 11h45 |
| 11h50 | 3000m | Senior | H | F.S.C | 1 | 16 | 12h00 |
| 12h05 | 3000m | Masters | H | F.S.C | 2 | 26 | 12h30 |
| 12h35 | 4 x 800 m | Junior / senior/masters | F+H | Final | 1 | 3 | 12h45 |

Dimanche 18 février 2024 – Session du matin

Concours:

| Heure | Épreuve | Catégorie | Genre | Tour | Nb de participants | Heure de fin |
|-------|-------------|--------------------------|-------|-------|--------------------|--------------|
| 9h00 | Triple saut | Masters (fosse piste) | F | Final | 8 | 9h50 |
| 9h30 | Poids | Master groupe 1 (35-49) | H | Final | 10 | 10h30 |
| 10h30 | Perche | Masters | H | Final | 13 | 12h30 |
| 11h00 | Poids | masters Groupe 2 (50-54) | H | Final | 8 | 11h50 |
| 11h00 | Longueur | U20-Senior (fosse piste) | F | Final | 11 + 5 | 12h20 |

HORAIRES

Dimanche 18 février 2024 – Session d'après-midi

Piste:

| Heure | Épreuve | Catégorie | Genre | Tour | Vague | Participants | Heure de fin |
|-------|------------|-------------------|-------|-------|-------|--------------|--------------|
| 13h40 | 50m | Masters 50-54 ans | H | Final | 1 | 6 | 13h43 |
| 13h50 | 60m Haies | U20/Senior | F | Final | 1 | 5 | 13h53 |
| 14h00 | 60m haies | U20 | H | Final | 1 | 6 | 14h05 |
| 14h10 | 60 m haies | senior | H | Final | 1 | 4 | 14h13 |
| 14h20 | 200m | U20 | F | F.S.C | 6 | 24 | 14h38 |
| 14h40 | 200m | senior | F | F.S.C | 3 | 9 | 14h50 |
| 14h50 | 200m | masters | F | F.S.C | 5 | 17 | 15h05 |
| 15h10 | 200m | U20 | H | F.S.C | 9 | 35 | 15h40 |
| 15h40 | 200m | senior | H | F.S.C | 6 | 23 | 16h00 |
| 16h00 | 200m | masters | H | F.S.C | 12 | 48 | 16h40 |
| 16h45 | 800m | U20 + senior | F | F.S.C | 3 | 18 + 4 | 17h00 |
| 17h00 | 800m | masters | F | F.S.C | 1 | 11 | 17h05 |
| 17h10 | 800m | U20 | H | F.S.C | 3 | 21 | 17h25 |
| 17h25 | 800m | senior | H | F.S.C | 2 | 13 | 17h35 |
| 17h35 | 800m | masters | H | F.S.C | 3 | 38 | 17h50 |
| 18h00 | 4 x 400m | masters | H | F.S.C | 1 | 4 | 18h10 |
| 18h15 | 4 x 400m | U20 | F + H | F.S.C | 1 | 3 + 1 | 18h20 |

Concours :

| Heure | Épreuve | Catégorie | Genre | Tour | Nb de participants | Heure de fin |
|-------|----------|---|-------|-------|--------------------|--------------|
| 13h15 | Poids | Master group 3 (55+) | H | Final | 14 | 14h30 |
| 13h00 | Hauteur | U20-senior | F | Final | 2 + 2 | 13h45 |
| 13h30 | Longueur | Masters groupe 1 (35-54) (fosse piste) | H | Final | 17 | 15h |
| 14h30 | Perche | U20 et senior | H | Final | 7 | 16h |
| 15h00 | Poids | Masters | F | Final | 16 | 16h40 |
| 15h45 | Longueur | Senior (fosse piste) | H | Final | 14 | 17h |

Chambre d'appel

- **Saut à la perche : se présenter sur le site de l'épreuve 60 minutes avant le début de l'épreuve.**

2024-02-12 13:29:32

Page 1

Instructions pour la Chambre d'appel virtuelle (SMS)

Les championnats Québécois provinciaux juniors/séniors

Pour confirmer votre inscription (chambre d'appel) vous devez envoyer un message texte (SMS) avec votre **Numéro de Dossard** au: **(450) 912-2937**

Pour confirmer seulement une épreuve, ajoutez le **Code d'Épreuve** (voir ci-bas).

Exemples si votre dossard est **1234**:

- Pour confirmer **Toutes vos Épreuves**, envoyez: **1234**
- Pour confirmer le **Hauteur (JunH)** dont le code est Hauteur (JunH) **56**, envoyez: **1234 56**

Vous recevrez une réponse vous confirmant votre participation en moins d'une minute.

Codes d'Épreuve

| Épreuve | Code |
|-------------------|------|
| 50m (30-34 Femme) | 732 |
| 50m (30-34 Homme) | 733 |
| 50m (35-39 Femme) | 734 |
| 50m (35-39 Homme) | 735 |
| 50m (40-44 Femme) | 736 |
| 50m (40-44 Homme) | 737 |
| 50m (45-49 Femme) | 738 |
| 50m (45-49 Homme) | 739 |
| 50m (50-54 Femme) | 741 |
| 50m (50-54 Homme) | 740 |
| 50m (55-59 Femme) | 742 |
| 50m (55-59 Homme) | 743 |
| 50m (60-64 Femme) | 744 |
| 50m (60-64 Homme) | 745 |

| Épreuve | Code |
|-------------------|------|
| 50m (65-69 Femme) | 746 |
| 50m (65-69 Homme) | 747 |
| 50m (70-74 Femme) | 748 |
| 50m (70-74 Homme) | 749 |
| 50m (75-79 Femme) | 751 |
| 50m (75-79 Homme) | 750 |
| 50m (80-84 Femme) | 752 |
| 50m (80-84 Homme) | 753 |
| 50m (85-89 Femme) | 754 |
| 50m (85-89 Homme) | 755 |
| 50m (90-94 Femme) | 756 |
| 50m (90-94 Homme) | 757 |
| 50m (95-99 Femme) | 758 |
| 50m (95-99 Homme) | 759 |

Chambre d'appel

2024-02-12 13:29:32

Page 2

Instructions pour la Chambre d'appel virtuelle (SMS)

Les championnats Québécois provinciaux juniors/séniors

Codes d'Épreuve - Suite

| Épreuve | Code |
|--------------------|------|
| 50m (100+ Fille) | 760 |
| 50m (100+ Garçon) | 761 |
| 60m (Junior Femme) | 1 |
| 60m (Junior Homme) | 2 |
| 60m (Senior Femme) | 3 |
| 60m (Senior Homme) | 4 |
| 60m (30-34 Femme) | 131 |
| 60m (30-34 Homme) | 132 |
| 60m (35-39 Femme) | 133 |
| 60m (35-39 Homme) | 134 |
| 60m (40-44 Femme) | 135 |
| 60m (40-44 Homme) | 136 |
| 60m (45-49 Femme) | 137 |
| 60m (45-49 Homme) | 138 |
| 60m (50-54 Femme) | 139 |
| 60m (50-54 Homme) | 141 |
| 60m (55-59 Femme) | 140 |
| 60m (55-59 Homme) | 142 |
| 60m (60-64 Femme) | 143 |
| 60m (60-64 Homme) | 144 |
| 60m (65-69 Femme) | 145 |

| Épreuve | Code |
|-------------------|------|
| 60m (65-69 Homme) | 146 |
| 60m (70-74 Femme) | 147 |
| 60m (70-74 Homme) | 148 |
| 60m (75-79 Femme) | 149 |
| 60m (75-79 Homme) | 151 |
| 60m (80-84 Femme) | 150 |
| 60m (80-84 Homme) | 152 |
| 60m (85-89 Femme) | 153 |
| 60m (85-89 Homme) | 154 |
| 60m (90-94 Femme) | 155 |
| 60m (90-94 Homme) | 156 |
| 60m (95-99 Femme) | 157 |
| 60m (95-99 Homme) | 158 |
| 60m (100+ Fille) | 159 |

Chambre d'appel

2024-02-12 13:29:32

Page 3

Instructions pour la Chambre d'appel virtuelle (SMS)

Les championnats Québécois provinciaux juniors/séniors

Codes d'Épreuve - Suite

| Épreuve | Code |
|---------------------|------|
| 60m (100+ Garçon) | 160 |
| 200m (Junior Femme) | 7 |
| 200m (Junior Homme) | 8 |
| 200m (Senior Femme) | 9 |
| 200m (Senior Homme) | 10 |
| 200m (30-34 Femme) | 161 |
| 200m (30-34 Homme) | 162 |
| 200m (35-39 Femme) | 163 |
| 200m (35-39 Homme) | 164 |
| 200m (40-44 Femme) | 165 |
| 200m (40-44 Homme) | 166 |
| 200m (45-49 Femme) | 167 |
| 200m (45-49 Homme) | 168 |
| 200m (50-54 Femme) | 169 |
| 200m (50-54 Homme) | 170 |
| 200m (55-59 Femme) | 171 |
| 200m (55-59 Homme) | 172 |
| 200m (60-64 Femme) | 173 |
| 200m (60-64 Homme) | 174 |
| 200m (65-69 Femme) | 175 |
| 200m (65-69 Homme) | 176 |

| Épreuve | Code |
|--------------------|------|
| 200m (70-74 Femme) | 177 |
| 200m (70-74 Homme) | 178 |
| 200m (75-79 Femme) | 179 |
| 200m (75-79 Homme) | 180 |
| 200m (80-84 Femme) | 181 |
| 200m (80-84 Homme) | 182 |
| 200m (85-89 Femme) | 183 |
| 200m (85-89 Homme) | 184 |
| 200m (90-94 Femme) | 185 |
| 200m (90-94 Homme) | 186 |
| 200m (95-99 Femme) | 187 |
| 200m (95-99 Homme) | 188 |
| 200m (100+ Fille) | 189 |
| 200m (100+ Garçon) | 190 |

Chambre d'appel

2024-02-12 13:29:32

Page 4

Instructions pour la Chambre d'appel virtuelle (SMS)

Les championnats Québécois provinciaux juniors/séniors

Codes d'Épreuve - Suite

| Épreuve | Code |
|---------------------|------|
| 400m (Junior Femme) | 13 |
| 400m (Junior Homme) | 14 |
| 400m (Senior Femme) | 15 |
| 400m (Senior Homme) | 16 |
| 400m (30-34 Femme) | 191 |
| 400m (30-34 Homme) | 192 |
| 400m (35-39 Femme) | 193 |
| 400m (35-39 Homme) | 194 |
| 400m (40-44 Femme) | 195 |
| 400m (40-44 Homme) | 196 |
| 400m (45-49 Femme) | 197 |
| 400m (45-49 Homme) | 198 |
| 400m (50-54 Femme) | 199 |
| 400m (50-54 Homme) | 200 |
| 400m (55-59 Femme) | 201 |
| 400m (55-59 Homme) | 202 |
| 400m (60-64 Femme) | 203 |
| 400m (60-64 Homme) | 204 |
| 400m (65-69 Femme) | 205 |
| 400m (65-69 Homme) | 207 |
| 400m (70-74 Femme) | 206 |

| Épreuve | Code |
|--------------------|------|
| 400m (70-74 Homme) | 208 |
| 400m (75-79 Femme) | 209 |
| 400m (75-79 Homme) | 210 |
| 400m (80-84 Femme) | 211 |
| 400m (80-84 Homme) | 212 |
| 400m (85-89 Femme) | 213 |
| 400m (85-89 Homme) | 214 |
| 400m (90-94 Femme) | 215 |
| 400m (90-94 Homme) | 216 |
| 400m (95-99 Femme) | 217 |
| 400m (95-99 Homme) | 218 |
| 400m (100+ Fille) | 219 |
| 400m (100+ Garçon) | 220 |
| 50mH (30-34 Femme) | 762 |

Chambre d'appel

2024-02-12 13:29:32

Page 5

Instructions pour la Chambre d'appel virtuelle (SMS)

Les championnats Québécois provinciaux juniors/séniors

Codes d'Épreuve - Suite

| Épreuve | Code |
|--------------------|------|
| 50mH (30-34 Homme) | 763 |
| 50mH (35-39 Femme) | 764 |
| 50mH (35-39 Homme) | 765 |
| 50mH (40-44 Femme) | 766 |
| 50mH (40-44 Homme) | 767 |
| 50mH (45-49 Femme) | 768 |
| 50mH (45-49 Homme) | 769 |
| 50mH (50-54 Femme) | 770 |
| 50mH (50-54 Homme) | 771 |
| 50mH (55-59 Femme) | 772 |
| 50mH (55-59 Homme) | 773 |
| 50mH (60-64 Femme) | 775 |
| 50mH (60-64 Homme) | 774 |
| 50mH (65-69 Femme) | 776 |
| 50mH (65-69 Homme) | 777 |
| 50mH (70-74 Femme) | 778 |
| 50mH (70-74 Homme) | 779 |
| 50mH (75-79 Femme) | 780 |
| 50mH (75-79 Homme) | 781 |
| 50mH (80-84 Femme) | 782 |
| 50mH (80-84 Homme) | 783 |

| Épreuve | Code |
|-----------------------------|------|
| 50mH (85-89 Femme) | 784 |
| 50mH (85-89 Homme) | 785 |
| 50mH (90-94 Femme) | 786 |
| 50mH (90-94 Homme) | 787 |
| 50mH (95-99 Femme) | 789 |
| 50mH (95-99 Homme) | 788 |
| 50mH (100+ Fille) | 790 |
| 50mH (100+ Garçon) | 791 |
| 60mH (Junior Femme) - 0.84m | 37 |
| 60mH (Junior Homme) - 0.99m | 38 |
| 60mH (Senior Femme) - 0.84m | 39 |
| 60mH (Senior Homme) - 1.07m | 40 |
| 60mH (30-34 Femme) | 251 |
| 60mH (30-34 Homme) | 252 |

Chambre d'appel

2024-02-12 13:29:32

Page 6

Instructions pour la Chambre d'appel virtuelle (SMS)

Les championnats Québécois provinciaux juniors/séniors

Codes d'Épreuve - Suite

| Épreuve | Code |
|--------------------|------|
| 60mH (35-39 Femme) | 253 |
| 60mH (35-39 Homme) | 254 |
| 60mH (40-44 Femme) | 255 |
| 60mH (40-44 Homme) | 256 |
| 60mH (45-49 Femme) | 257 |
| 60mH (45-49 Homme) | 258 |
| 60mH (50-54 Femme) | 259 |
| 60mH (50-54 Homme) | 260 |
| 60mH (55-59 Femme) | 261 |
| 60mH (55-59 Homme) | 262 |
| 60mH (60-64 Femme) | 263 |
| 60mH (60-64 Homme) | 264 |
| 60mH (65-69 Femme) | 265 |
| 60mH (65-69 Homme) | 266 |
| 60mH (70-74 Femme) | 267 |
| 60mH (70-74 Homme) | 268 |
| 60mH (75-79 Femme) | 269 |
| 60mH (75-79 Homme) | 270 |
| 60mH (80-84 Femme) | 271 |
| 60mH (80-84 Homme) | 272 |
| 60mH (85-89 Femme) | 273 |

| Épreuve | Code |
|---------------------|------|
| 60mH (85-89 Homme) | 274 |
| 60mH (90-94 Femme) | 275 |
| 60mH (90-94 Homme) | 276 |
| 60mH (95-99 Femme) | 277 |
| 60mH (95-99 Homme) | 278 |
| 60mH (100+ Fille) | 279 |
| 60mH (100+ Garçon) | 280 |
| 800m (Junior Femme) | 19 |
| 800m (Junior Homme) | 20 |
| 800m (Senior Femme) | 21 |
| 800m (Senior Homme) | 22 |
| 800m (30-34 Femme) | 281 |
| 800m (30-34 Homme) | 282 |
| 800m (35-39 Femme) | 283 |

Chambre d'appel

2024-02-12 13:29:32

Page 7

Instructions pour la Chambre d'appel virtuelle (SMS)

Les championnats Québécois provinciaux juniors/séniors

Codes d'Épreuve - Suite

| Épreuve | Code |
|--------------------|------|
| 800m (35-39 Homme) | 284 |
| 800m (40-44 Femme) | 285 |
| 800m (40-44 Homme) | 286 |
| 800m (45-49 Femme) | 287 |
| 800m (45-49 Homme) | 288 |
| 800m (50-54 Femme) | 289 |
| 800m (50-54 Homme) | 290 |
| 800m (55-59 Femme) | 291 |
| 800m (55-59 Homme) | 292 |
| 800m (60-64 Femme) | 293 |
| 800m (60-64 Homme) | 294 |
| 800m (65-69 Femme) | 295 |
| 800m (65-69 Homme) | 296 |
| 800m (70-74 Femme) | 297 |
| 800m (70-74 Homme) | 298 |
| 800m (75-79 Femme) | 299 |
| 800m (75-79 Homme) | 300 |
| 800m (80-84 Femme) | 301 |
| 800m (80-84 Homme) | 302 |
| 800m (85-89 Femme) | 303 |
| 800m (85-89 Homme) | 304 |

| Épreuve | Code |
|----------------------|------|
| 800m (90-94 Femme) | 305 |
| 800m (90-94 Homme) | 306 |
| 800m (95-99 Femme) | 307 |
| 800m (95-99 Homme) | 308 |
| 800m (100+ Fille) | 309 |
| 800m (100+ Garçon) | 310 |
| 1500m (Junior Femme) | 25 |
| 1500m (Junior Homme) | 26 |
| 1500m (Senior Femme) | 27 |
| 1500m (Senior Homme) | 28 |
| 1500m (30-34 Femme) | 311 |
| 1500m (30-34 Homme) | 312 |
| 1500m (35-39 Femme) | 313 |
| 1500m (35-39 Homme) | 314 |

Chambre d'appel

2024-02-12 13:29:32

Page 8

Instructions pour la Chambre d'appel virtuelle (SMS)

Les championnats Québécois provinciaux juniors/séniors

Codes d'Épreuve - Suite

| Épreuve | Code |
|---------------------|------|
| 1500m (40-44 Femme) | 315 |
| 1500m (40-44 Homme) | 316 |
| 1500m (45-49 Femme) | 317 |
| 1500m (45-49 Homme) | 318 |
| 1500m (50-54 Femme) | 319 |
| 1500m (50-54 Homme) | 320 |
| 1500m (55-59 Femme) | 321 |
| 1500m (55-59 Homme) | 322 |
| 1500m (60-64 Femme) | 323 |
| 1500m (60-64 Homme) | 324 |
| 1500m (65-69 Femme) | 325 |
| 1500m (65-69 Homme) | 326 |
| 1500m (70-74 Femme) | 327 |
| 1500m (70-74 Homme) | 328 |
| 1500m (75-79 Femme) | 329 |
| 1500m (75-79 Homme) | 330 |
| 1500m (80-84 Femme) | 331 |
| 1500m (80-84 Homme) | 332 |
| 1500m (85-89 Femme) | 333 |
| 1500m (85-89 Homme) | 334 |
| 1500m (90-94 Femme) | 335 |

| Épreuve | Code |
|----------------------|------|
| 1500m (90-94 Homme) | 336 |
| 1500m (95-99 Femme) | 337 |
| 1500m (95-99 Homme) | 338 |
| 1500m (100+ Fille) | 339 |
| 1500m (100+ Garçon) | 340 |
| 3000m (Junior Femme) | 31 |
| 3000m (Junior Homme) | 32 |
| 3000m (Senior Femme) | 33 |
| 3000m (Senior Homme) | 34 |
| 3000m (30-34 Femme) | 341 |
| 3000m (30-34 Homme) | 342 |
| 3000m (35-39 Femme) | 343 |
| 3000m (35-39 Homme) | 344 |
| 3000m (40-44 Femme) | 345 |

Chambre d'appel

2024-02-12 13:29:32

Page 9

Instructions pour la Chambre d'appel virtuelle (SMS)

Les championnats Québécois provinciaux juniors/séniors

Codes d'Épreuve - Suite

| Épreuve | Code |
|---------------------|------|
| 3000m (40-44 Homme) | 346 |
| 3000m (45-49 Femme) | 347 |
| 3000m (45-49 Homme) | 348 |
| 3000m (50-54 Femme) | 349 |
| 3000m (50-54 Homme) | 350 |
| 3000m (55-59 Femme) | 351 |
| 3000m (55-59 Homme) | 352 |
| 3000m (60-64 Femme) | 353 |
| 3000m (60-64 Homme) | 355 |
| 3000m (65-69 Femme) | 354 |
| 3000m (65-69 Homme) | 356 |
| 3000m (70-74 Femme) | 357 |
| 3000m (70-74 Homme) | 358 |
| 3000m (75-79 Femme) | 359 |
| 3000m (75-79 Homme) | 360 |
| 3000m (80-84 Femme) | 361 |
| 3000m (80-84 Homme) | 362 |
| 3000m (85-89 Femme) | 363 |
| 3000m (85-89 Homme) | 364 |
| 3000m (90-94 Femme) | 365 |
| 3000m (90-94 Homme) | 366 |

| Épreuve | Code |
|----------------------|------|
| 3000m (95-99 Femme) | 367 |
| 3000m (95-99 Homme) | 368 |
| 3000m (100+ Fille) | 369 |
| 3000m (100+ Garçon) | 370 |
| 1500mW (30-34 Femme) | 371 |
| 1500mW (30-34 Homme) | 372 |
| 1500mW (35-39 Femme) | 373 |
| 1500mW (35-39 Homme) | 374 |
| 1500mW (40-44 Femme) | 375 |
| 1500mW (40-44 Homme) | 376 |
| 1500mW (45-49 Femme) | 377 |
| 1500mW (45-49 Homme) | 378 |
| 1500mW (50-54 Femme) | 379 |
| 1500mW (50-54 Homme) | 380 |

Chambre d'appel

2024-02-12 13:29:32

Page 10

Instructions pour la Chambre d'appel virtuelle (SMS)

Les championnats Québécois provinciaux juniors/séniors

Codes d'Épreuve - Suite

| Épreuve | Code |
|----------------------|------|
| 1500mW (55-59 Femme) | 381 |
| 1500mW (55-59 Homme) | 382 |
| 1500mW (60-64 Femme) | 383 |
| 1500mW (60-64 Homme) | 384 |
| 1500mW (65-69 Femme) | 385 |
| 1500mW (65-69 Homme) | 386 |
| 1500mW (70-74 Femme) | 387 |
| 1500mW (70-74 Homme) | 388 |
| 1500mW (75-79 Femme) | 389 |
| 1500mW (75-79 Homme) | 390 |
| 1500mW (80-84 Femme) | 391 |
| 1500mW (80-84 Homme) | 392 |
| 1500mW (85-89 Femme) | 393 |
| 1500mW (85-89 Homme) | 394 |
| 1500mW (90-94 Femme) | 395 |
| 1500mW (90-94 Homme) | 396 |
| 1500mW (95-99 Femme) | 397 |
| 1500mW (95-99 Homme) | 398 |
| 1500mW (100+ Fille) | 399 |
| 1500mW (100+ Garçon) | 400 |
| 3kmW (Junior Femme) | 67 |

| Épreuve | Code |
|---------------------|------|
| 3kmW (Junior Homme) | 68 |
| 3kmW (Senior Femme) | 69 |
| 3kmW (Senior Homme) | 70 |
| 3kmW (30-34 Femme) | 402 |
| 3kmW (30-34 Homme) | 401 |
| 3kmW (35-39 Femme) | 403 |
| 3kmW (35-39 Homme) | 404 |
| 3kmW (40-44 Femme) | 405 |
| 3kmW (40-44 Homme) | 406 |
| 3kmW (45-49 Femme) | 407 |
| 3kmW (45-49 Homme) | 408 |
| 3kmW (50-54 Femme) | 409 |
| 3kmW (50-54 Homme) | 411 |
| 3kmW (55-59 Femme) | 410 |

Chambre d'appel

2024-02-12 13:29:32

Page 11

Instructions pour la Chambre d'appel virtuelle (SMS)

Les championnats Québécois provinciaux juniors/séniors

Codes d'Épreuve - Suite

| Épreuve | Code |
|--------------------|------|
| 3kmW (55-59 Homme) | 412 |
| 3kmW (60-64 Femme) | 413 |
| 3kmW (60-64 Homme) | 414 |
| 3kmW (65-69 Femme) | 415 |
| 3kmW (65-69 Homme) | 416 |
| 3kmW (70-74 Femme) | 417 |
| 3kmW (70-74 Homme) | 418 |
| 3kmW (75-79 Femme) | 419 |
| 3kmW (75-79 Homme) | 420 |
| 3kmW (80-84 Femme) | 421 |
| 3kmW (80-84 Homme) | 422 |
| 3kmW (85-89 Femme) | 423 |
| 3kmW (85-89 Homme) | 424 |
| 3kmW (90-94 Femme) | 425 |
| 3kmW (90-94 Homme) | 426 |
| 3kmW (95-99 Femme) | 427 |
| 3kmW (95-99 Homme) | 428 |
| 3kmW (100+ Fille) | 429 |
| 3kmW (100+ Garçon) | 430 |

Chambre d'appel

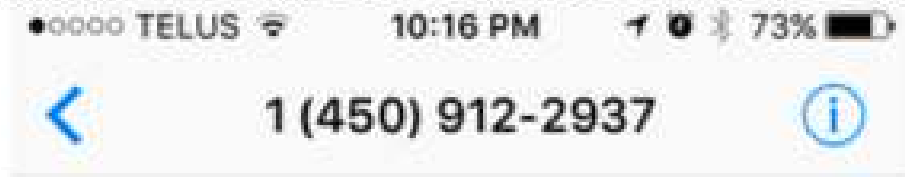
2024-02-12 13:29:32

Page 12

Instructions pour la Chambre d'appel virtuelle (SMS)

Les championnats Québécois provinciaux juniors/séniors

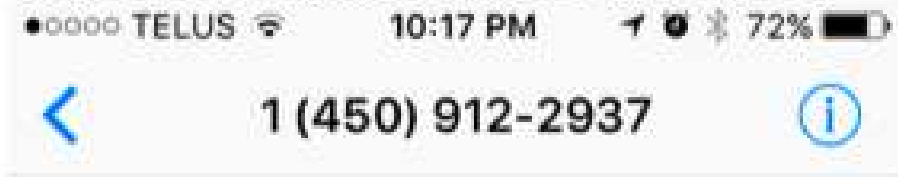
Confirmer dossard 4921 pour toutes les épreuves:



Text Message
Today 10:16 PM

4921

Réponse confirmant les épreuves:



Text Message
Today 10:16 PM

4921

Relais Vaudreuil-Dorion
- Émile Leblanc (#4921):
200m (OuvH) ->
Confirmé
60m (OuvH) ->
Confirmé
60mH (JunH) ->
Confirmé

