

Bulletin d'équipe Match cadet



Dimanche 1 février 2026 au centre Claude Robillard à Montréal

Contact en cas d'urgence :

La gérante Ingrid Sandy : 514-4427403
L'entraîneur Chef Éric Beaudoin : 514-6067802

Entraîneur par épreuve :

Endurance et marche - **Brigitte Paradis**
Sprint-haies et relais - **Ingrid Sandy**
Hauteur et lancer - **Galina Todorova**
Perche : **Yannick LeMouël**
Entraîneur en mentorat- **Magalie Charon**
Saut longitudinaux et relais - **El-Hadj N'Doye**

Horaire prévisionnel du samedi 31 janvier

- **17h45-18h00** Accueil des participants
- **18h00** Présentation de l'entraîneur Chef Éric, et de la Gérante d'équipe Ingrid, par Derek
- **18h15** Présentation des entraîneurs par Éric
- **18h30** Ice breaker tous ensemble
- **18h50** Distribution des Camisoles Éric et El-Hadj pour les Garçons et Ingrid et Brigitte pour les Filles
- **19h10** Début de Souper
- **20h00** Fin du repas et de la rencontre

Adresse du restaurant de l'hôtel:

[Travelodge Montreal Centre](#)

50 Boul. René-Lévesque O, Montréal, QC H2Z 1A2

Horaire du dimanche matin

7h30 Rendez-vous devant l'entrée de la piste intérieure du Complexe Sportif Claude Robillard (Voir photo ci-dessous).



Horaire prévisionnel du dimanche 1^{er} février

- **7h30** Accueil des athlètes au Centre Claude Robillard
- **08h30** Début des épreuves (**vous devez penser à prendre tout ce dont vous avez besoin sur la piste car aucun retour au vestiaire ne sera possible sans la présence d'un entraîneur**).
- **11h30** Dîner; il faudra se rendre dans la salle de distribution de repas. **SVP si vous mangez des collations dans notre vestiaire, veiller à laisser l'endroit propre.**
- **12h30** fin de la compétition et remise de prix
- **13h00** Photos d'équipe et **13h30-14h00** départ Team Ontario

Repas

Un lunch vous sera servi à partir de 11h30. Vous devez vous présenter à la salle de distribution de repas, pas loin de notre vestiaire et donner votre nom et prénom au bénévole à la porte. Il faudra lui indiquer que vous êtes de l'Équipe Québec du match cadet. **Sans cette indication vous ne pourrez être servi.** Vous avez le droit à une salade, un plat chaud, une boisson et un dessert. Il y aura aussi des pizzas froides à disposition. **Si vous êtes végétarien, ou ne mangez pas de porc, ou avez d'autres restrictions alimentaires, merci de l'indiquer au bénévole.**

Vous devez apporter vos collations. Vous devez avoir une bouteille d'eau réutilisable. Il est interdit de consommer de la nourriture telle qu'elle soit sur la piste.

Fin de compétition

- La fin de la rencontre est prévue pour 13h30.
- Vous avez la possibilité de rester regarder la compétition Classique Héloïse.

Horaire Final des épreuves du match en date du 27-01-2026

Match Qc-On						
Piste / Track						
9h30	60m haies / hurdles	Match Qc-On	F	Finale	6	1
9h35	60m haies / hurdles	Match Qc-On	H	Finale	6	1
9h45	60m	Match Qc-On	F	Finale	8	2
9h50	60m	Match Qc-On	H	Finale	9	2
10h00	2000 m	Match Qc-On	F	Finale	6	1
10h15	2000 m	Match Qc-On	H	Finale	6	1
10h40	1500 m marche / walk	Match Qc-On	mixte	Finale	6	1
11h00	300 m	Match Qc-On	F	Finale	8	2
11h10	300 m	Match Qc-On	H	Finale	9	3
11h25	800 m	Match Qc-On	F	Finale	6	1
11h30	800 m	Match Qc-On	H	Finale	6	1
11h45	4 x 200 m	Match Qc-On	mixte	Finale	4	1
concours / Field						
8h30	marteau / Hammer throw	Match Qc-On	mixte	Finale	10	
8h45	hauteur / High jump	Match Qc-On	H	Finale	7	
9h30	longueur long jump	Match Qc-On	mixte	Finale	16	
10h15	hauteur / High jump	Match Qc-On	F	Finale	7	
10h00	perche / Pole vault	Match Qc-On	mixte	Finale	7	
10h30	poids / shut put	Match Qc-On	mixte	Finale	12	
11h30	triple saut / Triple jump	Match Qc-On	mixte	Finale	15	

Communication avec l'équipe

Pour joindre un responsable de l'équipe en cas d'**urgence**, communiquez avec :

La gérante Ingrid Sandy : 514-4427403

L'entraîneur Chef Éric Beaudoin : 514-6067802

Aide-mémoire

N'oubliez pas d'apporter :

- Souliers de course, spikes et vêtements de compétition (le vêtement d'Équipe du Québec sera distribué sur place le matin).
- **Merci d'apporter votre short de course car nous n'en fournissons pas.**
- **N'oubliez pas vos collations et une bouteille d'eau réutilisable**
- Merci de vous présenter sur vos épreuves 30-45 mn avant pour les épreuves de pelouse et surtout si c'est votre 1ère épreuve de la journée. **N'oubliez pas de prioriser les courses sur les épreuves de pelouse (saut et lancer).**
Communiquez toujours avec votre coach référent de groupe d'épreuves.
- **N.B. : Nous faisons les inscriptions en ligne et vous recevrez un dossard sur place**