



# NBIAA South-West Regional Cross Country Meet Championnat régionaux de l'ASINB de Cross-Country du Sud-Ouest

October 13<sup>th</sup>, 2018 / 13 octobre 2018

Organized by/organisée par Saint John High School

Location: Hampton Middle School

11 School Street, Hampton NB

**Meet Director / Directeur de la rencontre:** Bill MacMackin

[bill@Selectfh.ca](mailto:bill@Selectfh.ca) 506-647-4931

<p><b>Registration to be completed online through ANB by midnight Tuesday, October 9th, 2018</b> Go to: <a href="https://www.trackie.com">https://www.trackie.com</a> *late registrations will not be accepted</p> <p>Coaches must pick up the numbers and pay the registration fee no later than 11:30 am on the day of the event.</p> <p>Registration is \$5 per athlete. Make cheques payable to Saint John High School</p> <p>Schools may enter up to 7 athletes in each of the four categories.</p> <p><b>A school identified uniform / jersey is required when competing.</b></p>	<p><b>L'inscription doit se faire en ligne par ANB avant minuit le 9 octobre au site :</b>  <a href="https://www.trackie.com">https://www.trackie.com</a>  *les inscriptions en retard ne seront pas acceptées</p> <p>Les entraîneurs doivent ramasser les numéros et payer les frais d'inscription au plus tard à 11 h 30 le jour de la compétition.</p> <p>L'inscription est de 5 \$ par athlète. Les chèques doivent être faits à l'ordre de Saint John High School</p> <p>Les équipes peuvent inscrire jusqu'à 7 athlètes par catégorie.</p> <p><b>Il faut porter un maillot d'identification de l'école lors des compétitions.</b></p>
---	---

Event start time	Course walk / marche du cours & coach meeting/reunion	L'heure du début de course
10:30 am	Junior Girls / Filles Junior	4000m
12:00 pm	Junior Boys / Garçons Junior	4000m
12:35 pm	Senior Girls / Filles Sénior	6000m
1:05 pm	Senior Boys / Garçons Sénior	6000m
1:45 pm		

**Course Information** – Loops consist of soccer fields and hard pack trail portions. Spikes should not be necessary and would not provide any real advantage.

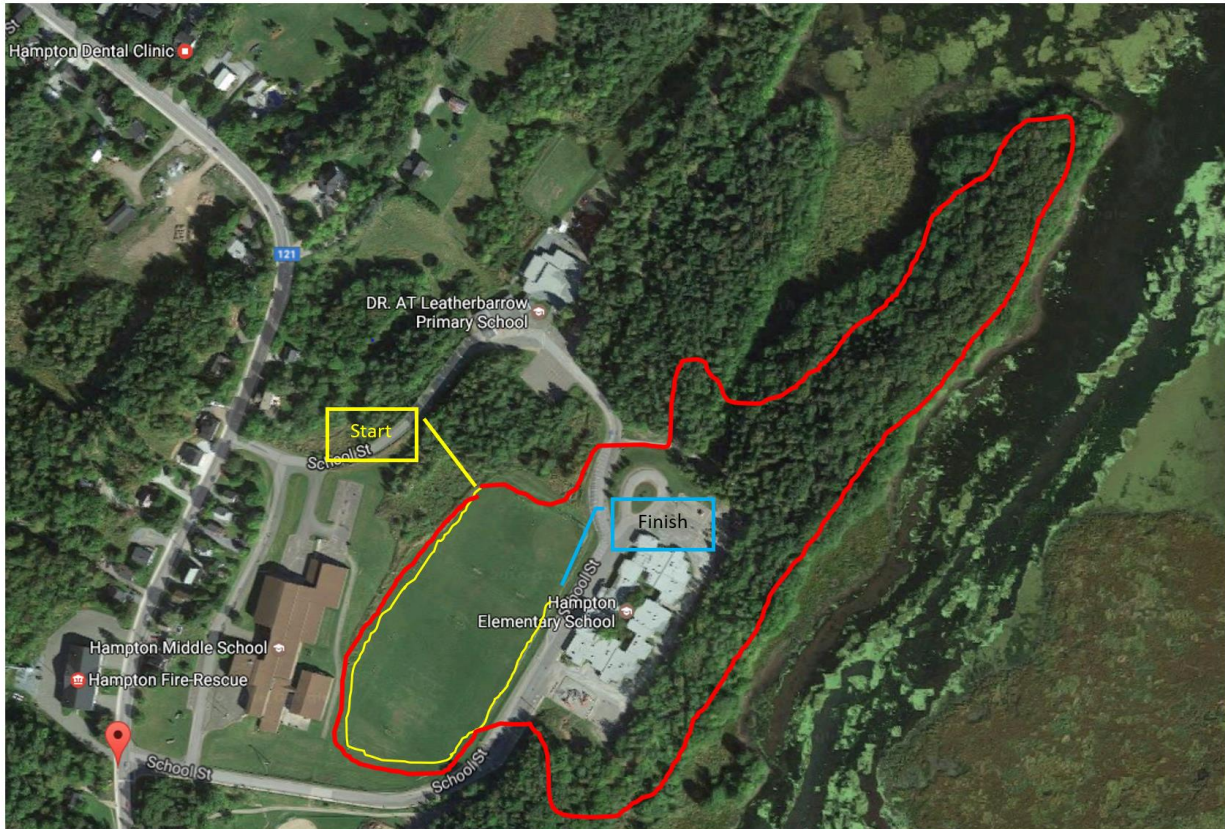


Figure 1 High School 4km course: 2 x 1.8 km loop(red), then 0.4 km yellow loop to finish/

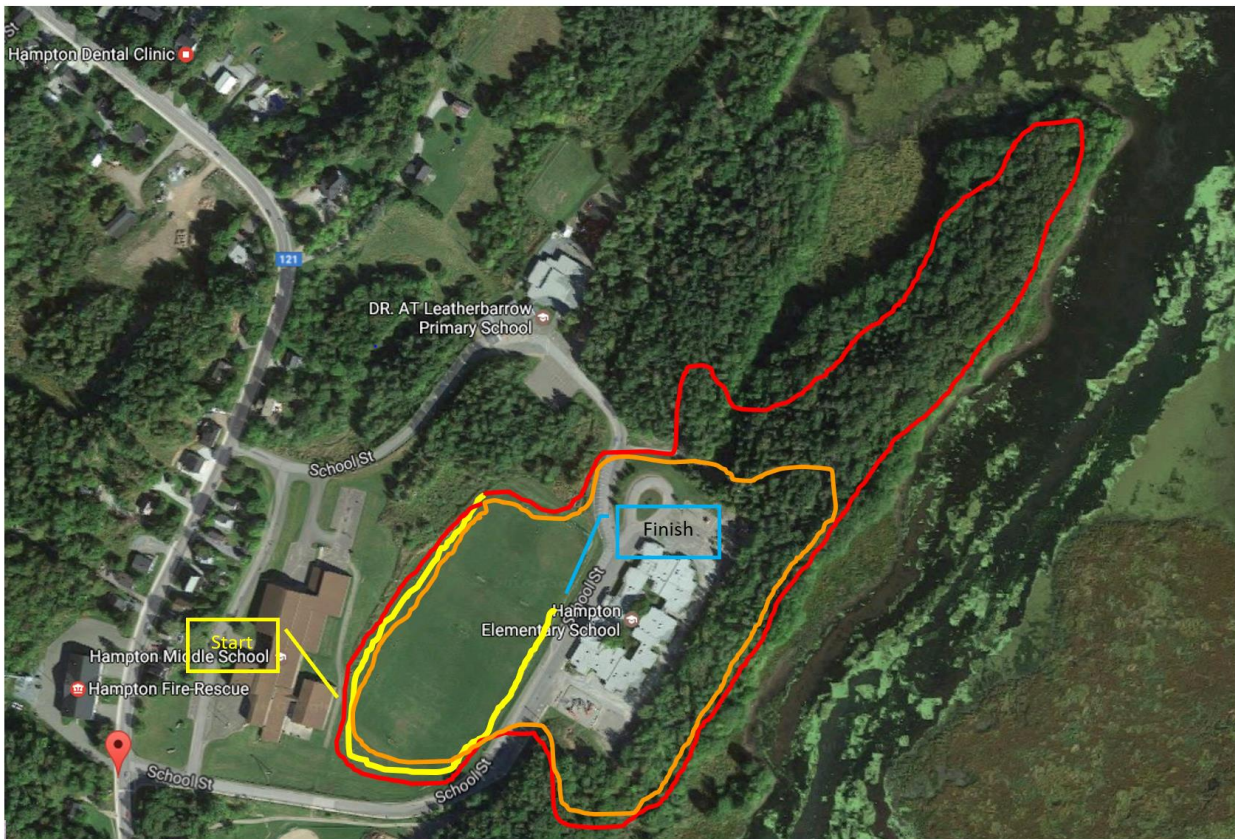


Figure 1 NBIAA Senior Boys & Girls 6km: 2 x red loop (1.8 km), 2 x 1.1 km orange loop then 0.4 km yellow loop to finish (start adjusted to measure to 6.0)