



14<sup>ième</sup> ANNUELLE  
INVITATION NATIONALE D'HIVER  
DE L'UNIVERSITÉ D'OTTAWA

---

**Vendredi le 17 janvier (HP 300M & 800M)**  
**Samedi le 18 janvier (Toutes épreuves)**

***INFORMATION TECHNIQUES***

- Lieu : Le Dôme à Louis-Riel — une piste de 400 m à 4 couloirs (à 6 couloirs pour les « straights »). Situé sur le campus de l'école Louis Riel au 1659, chemin Bearbrook à Blackburn Hamlet (Ottawa-Est). Des vestiaires y seront disponibles/ Cependant, les athlètes devront apporter leurs propres cadenas, serviettes, etc.
- Durée : En raison des réservations de l'installation antérieure, cet événement s'étendra sur une période de 4-5 heures le samedi, avec un petit événement le vendredi soir. Prière que les équipes arrivent à 10 h le samedi matin. Cependant, l'accès au champ de soccer intérieur ne sera possible qu'avant 11 h. Les champs intérieurs de soccer devront être libérés avant 16 h.
- Invitation : Les universités, collèges et les clubs sont priés de contacter le directeur de la compétition ([rjohnston@ottawalions.com](mailto:rjohnston@ottawalions.com)) pour être invités et avoir accès au processus d'enregistrement sur [trackie.ca](http://trackie.ca). Les inscriptions des universités seront considérées comme prioritaires lorsqu'on tiendra compte des limites en termes du nombre de participants. ÂGE MINIMUM — Athlètes nés en 2004 ou avant (16 ans et plus)

***Épreuves :***

- Vendredi : 800m Ouvert, HP 300m.  
Samedi : 60m, 60mH, 300m, 600m, 1000m, 1500m, 3000m, 4 x 200m, 4 x 400m  
SàP, SH, SL, TS, LP

***Inscriptions :***

- Trackie : Toutes inscriptions seront complétées par l'entremise du site trackiereg.ca. Pour avoir accès au processus d'inscription, envoyez un courrier électronique au directeur de la compétition.
- Paielement : Le paielement doit être effectué pour que la participation soit acceptée. Les chèques et l'argent comptant ne seront acceptés que pour l'inscription d'institutions académiques. Les paielements ne sont pas remboursables peu importe le motif.
- Frais : 15.00\$/Épreuve  
\$20.00\$/Relais  
Frais d'inscription maximum par équipe 300,00 \$ / genre
- Quota : Chaque épreuve aura des limites en termes d'inscriptions de sorte à assurer le maintien l'horaire de l'événement. Les quotas sont indiqués ci-dessous.
- Ouverture : Les inscriptions débuteront le mercredi 1 janvier 2020.
- Échéance : L'échéance des inscriptions sera le mercredi 15 janvier 2020 à 23 h 59.
- Retard : Les inscriptions soumises en retard ou soumises le jour même de l'événement seront soumis à un prix de 25.00\$/épreuves
- Biffement : Le biffement d'épreuves est non-remboursable. Prière d'indiqué le biffement d'épreuves à l'équipe de chronométrage le plus tôt que possible.
- Relais : Les cartes relais seront disponibles à la table d'enregistrement et devront être remises à l'équipe de chronométrage au plus tard 20 minutes avant le début de la course. Les substitutions de dernière minute DOIVENT être signalées à l'équipe de chronométrage.

### ***EQUIPMENT:***

- Crampons : Les pointes ne dépassent pas 6 mm (1/4).
- Lancés : Nous aurons de l'équipement de lancer disponible, mais les athlètes sont priés d'apporter leurs propres équipements de sorte à être partagés entre les athlètes qui participent à l'événement.
- Perches : Les athlètes qui comptent participer à l'épreuve du saut de la perche sont tenus d'apporter leurs propres perches à l'aire de compétition
- Relais : Les témoins seront distribués par le club des Lions au départ de la course.
- Thérapeute : Les équipes sont invitées à avoir des thérapeutes installés sur le terrain.

### ***RÉSULTATS :***

- Chrono : Tous les événements seront chronométrés électroniquement par l'équipe de chronométrage des Lions d'Ottawa.
- Publication : Des copies papier seront affichées sur le panneau d'affichage et les résultats en direct seront disponibles sur [www.ottawalions.com](http://www.ottawalions.com).

# DRAFT – Horaire de l'événement



L'HORAIRE FINAL SERA AJUSTÉ EN FONCTION DU NOMBRE D'INSCRIPTIONS DE SORTE À ÊTRE PUBLIÉES ET REMISES LE JEUDI 16 JANVIER

- \* L'HORAIRE ROULERA SUR UNE BASE CONTINUELLE DE SORTE A CE QUE LES ÉPREUVES COMMENCERONT AU MAXIMUM 20 MINUTES AVANT L'HEURE ÉTABLIE
- \* TOUS LES ÉVÉNEMENTS SERONT RÉALISÉS PAR DES FEMMES SUIVIES PAR DES HOMMES (À MOINS D'INSTRUCTION CONTRAIRE)
- \* TOUS LES ÉVÉNEMENTS SERONT DES FINALES CHRONOMÉTRÉES (À MOINS D'INSTRUCTION CONTRAIRE)
- \* LES SECTIONS SERONT ÉTABLIES DES TEMPS LES PLUS RAPIDES AU PLUS LENT

HEURE	ÉPREUVES (QUOTA/GENDRE)	NOTE D'ÉPREUVE
-------	-------------------------	----------------

## Vendredi – 17 janvier

18 h 00	PÉRIODE D'ÉCHAUFFEMENT SUR LA PISTE
17 h 30	800m (20)
7 h 45	300m (9)

## Samedi – 18 janvier

**10 h — Athlètes/Équipes peuvent arrivés — Aucun accès aux terrains de soccer**

**11 h —** Les athlètes peuvent déplacer tous leurs équipements/choses sur 2 des terrains. Les lancers seront effectués sur le terrain le plus éloigné. Veuillez effectuer les échauffements sur les champs d'herbe. Les crampons de courses peuvent être portés sur le gazon.

<b>11h 30</b>	1000m (40)
	60m Haies (60) (top 12 avances [2 sections finales])
	60m Haies (24) (top 12 avances [2 sections finales])
	600m (40)
	Finales 60m Haies (12) (Hommes suivis par Femmes)
	Finales 60m (12)
	3000m (25)
	300m (60) (Les 4 premières vagues de chaque genre auront l'option aux blocs de départ — Aucune accélération permise avant le départ de chaque course)
	1500m (30)

Relais 4 x 200m (8)  
Relais 4 x 400m (10)

**11h30** Lancé du poids (20) Hommes suivis pas les Femmes (Épreuves combiné si possible)  
Saut en Hauteur (15) Femmes suivies par Hommes

**12h00** Saut à la perche (15) Épreuve combinée

**13h00** Lancé du poids ("WT") (15) Hommes suivis pas les Femmes (Épreuves combiné si possible)  
Saut en longueur (20) Hommes & Femmes (Deux allées séparer \*\* Limité à 4 sauts)

**15h00** Triples Sauts – (Femmes / Hommes) – 4 Sauts