

uOttawa High School Track & Field Invitational

Jeudi le 2 mai & Vendredi le 3 mai, 2019

Installation d'athlétisme Terry Fox, Parc Mooney's Bay, Ottawa

***** 2 journées de compétition identiques *****

Cet excellent événement offre deux journées de compétitions identiques, créant ainsi deux horaires gérables et efficace (11h00-16h00). Chaque compétition aura une limite d'environ 600 participants.

10h00	Début des inscriptions - Ramasser les paquets d'équipes et payer les frais
10h45	Rencontre des entraîneurs à la ligne d'arrivée
11h15	Débuts des événements sur la piste
12h00	Débuts des événements de pelouse
16h00	Heure approximatif de fin de la compétition

Cinq étapes faciles pour participer à la compétition:

1. Envoyer une demande de participation afin d'obtenir une invitation pour votre école.
2. Indiquer clairement la journée de compétition à laquelle vous désirez participer.
3. Recevez l'information d'inscription deux semaines avant la compétition.
4. Compléter vos inscriptions en ligne (vous pouvez faire des changements à tout moment) jusqu'au : **Mardi le 30 avril (11 :59 PM)**.

Étape 1: Demander une invitation de compétition

Envoyer un message courriel à meetentry@ottawalions.com. Dans ce message, indiquer la journée à laquelle vous désirez participer ainsi qu'une estimation du montant de participants que ferons partie de votre équipe.

SVP indiquer comme sujet de votre message "Nom d'école- uOttawa Invitational" ! Vous allez recevoir une confirmation d'acceptation à la compétition pour votre équipe et pour votre montant de participants. Les demandes d'invitation ont commencé dès le 1e février. Les invitations seront acceptées à la manière de "premier arrivé, premier servis" jusqu'à ce que les journées de compétitions se remplissent. Les compétitions ont un nombre maximal d'inscriptions d'environ **600 athlètes**. Si la compétition se remplit, les écoles seront avisées qu'ils ont été mis sur une liste d'attente ou ils peuvent choisir une journée de participation alternative.

Étape 2: Recevoir vos directives d'inscription- le processus se fait en ligne

Les écoles recevront un message courriel 2-3 semaines avant la date de compétition pour l'inscription en ligne. Veuillez nous contacter immédiatement si votre école a été accepté à la

compétition mais n'a pas reçu cette information avant le vendredi précédant la compétition.

Étape 3: Inscrivez-vous à la compétition – effectuer les modifications et les scratches.

Scratch / Ajouts et modifications se font jusqu'à la fin de la période d'inscription.

AUCUNE INSCRIPTION PAR FAX-AUCUNE INSCRIPTION PAR TÉLÉPHONE. VEUILLEZ NOUS APPELER OU NOUS ENVOYER UN MESSAGE COURRIEL À MEETENTRY@OTTAWALIONS.COM SI VOUS AVEZ DE LA DIFFICULTÉ.

**ÉPREUVES DE PISTE: MAX inscription individuel par épreuve
2 équipes de relais par catégorie d'âge
IL EST INTERDIT D'INSCRIRE VOS ATHLÈTES PLUS JEUNES DANS
DES CATÉGORIES PLUS AGÉES**

**Épreuves de pelouse: MAX limite de 5 athlètes dans chaque épreuve de pelouse par sexe et par catégorie d'âge.
IL EST INTERDIT D'INSCRIRE VOS ATHLÈTES PLUS JEUNES DANS DES
CATÉGORIES PLUS AGÉES**

Les athlètes doivent être inscrits par leurs entraîneurs d'école. Les temps de performance peuvent être incluses (voir information plus-bas).

\$6.00 + HST 13% = \$6.78 / par athlète par épreuve. \$10 + HST 13% = \$11.30 par équipe de relai.

FRAIS MAXIMUM PAR ÉCOLE: \$450 + HST 13% = \$508.50

**** L'ARC Nous charge de la taxe sur tout frais ramassé.**

Date limite d'inscription: Mardi le 1e mai @ 23h59

Étape 4: Revoir la liste d'inscription - Modifications

Les entraîneurs recevront un message courriel le mercredi avant la compétition avec un horaire mise-à-jour. Les inscriptions seront visibles en ligne @ TRACKIE.REG sur la page de la compétition. Nous accepterons aussi d'autres modifications (ajouts/scratches/épreuves etc.) s'ils nous sont envoyés avant MIDI le mercredi avant la compétition (les ajouts seront acceptés en fonction de la disponibilité). Les entraîneurs devraient apporter leur information d'inscription ainsi qu'une copie de confirmation d'ajouts/de modifications à la compétition.

Les scratches figureront seulement dans le calcul des frais des équipes s'ils sont envoyés AVANT 12H00. AUCUNE inscription sera acceptée la journée-même de la compétition!

Étape 5: Venez participer à la compétition et payer vos frais d'inscriptions

Les frais doivent être payés lors de l'arrivée à l'installation Terry Fox avant le début de la compétition. Les chèques, les cartes crédit (**VISA ou MasterCard** seulement) ou de l'argent comptant seront acceptés.

Tous frais sont payables à: Ottawa Lions Track & Field

Catégories d'âge Midget / Junior / Sénior / Ouvert

Épreuves

Catégories d'âge - Midget, Junior, Sénior

100m, 400m, 1500m, Haies 80m, 100m, 110m, Relai 4 x 100m

Pelouse - Saut en Hauteur, Saut en longueur, lancer du poids, javelot, lancer du disque

Ouvert: 300m Haies (G @ 30"/76cm / B @ 33"/84cm, 3000 mètres (G/B), Relai Medley (G/B) order - 400-200-200-800

Limites d'inscription

Épreuves de piste - 6 athlètes par groupe d'âge, par épreuve

Relais - 2 équipes par groupe d'âge par relai

Épreuves de pelouse - 5 athlètes par groupe d'âge par événement

**IL EST INTERDIT D'INSCRIRE VOS ATHLÈTES PLUS JEUNES
DANS DES CATÉGORIES PLUS AGÉES**

Temps de performance

Les temps de performances seront acceptés pour tout épreuve de piste. SVP utiliser des résultats de 2017.

Les athlètes sans temps de performance seront placées ensemble en tant qu'individus "unseeded".

Les athlètes de pelouse n'ont pas besoin de soumettre des performances.

Uniformes

Les athlètes doivent porter l'uniforme de leur école respectif

Crampons ("spikes")

Seulement les crampons en forme de cônes, de longueur maximum 7mm seront permis. Les crampons seront vérifiés à la ligne de départ et avant le début des épreuves de pelouse. Des crampons seront en vente à l'installation d'athlétisme Terry Fox en tout temps.

Check - In

Événements de piste: Les athlètes doivent se rendre à la ligne d'arrivée de leur course lorsqu'ils seront appelés, soit environ 15 minutes avant le départ.

Épreuves de pelouse: Les athlètes se rendent directement à leur lieu d'épreuve 30 minutes avant le début de l'évènement.

Tous les échauffements doivent être terminés avant le début de l'épreuve.

Pesée d'outils de lancer

Il n'y aura aucune pesée officiel. Les athlètes peuvent utiliser leur propre équipement. Cependant, un morceau d'équipement qui est jugé "suspect" les officiels, sera enlevé de la compétition.

Résultats

Les résultats seront affichés sur place lors de la compétition ainsi qu'en ligne à » .

www.ottawalions.com - "Results"

uOttawa High School Invitational

Jeudi le 2 mai & vendredi le 3 mai 2019

Installation d'athlétisme Terry Fox, Parc Mooney's Bay, Ottawa

HORAIRE TENTATIVE / L'HORARIRE FINAL SERA ENVOYÉ AUX ÉCOLES

(*Si possible, nous prendront jusqu'à 30 minutes d'avance sur l'horaire)

11h15	300m Haies Sections (aucun blocques) Relais 4 x 100 mètres Sections	Ouvert Féminin (30"/76cm) / Ouvert masculin (33"/84cm) MF suivi par MM / JF suivi par JM / SF par SM Écoles - NOUS FOURNISSONS LES BATONS
	1500m Sections	MF suivi par MM
	1500m Sections	JF suivi par JM
	1500m Sections	SF suivi par SM
	400m Sections (aucun bloque de départ, départ *4pt)	MF suivi par MM (aucun bloque de départ)
	400m Sections (aucun bloque de départ, départ *4pt)	JF suivi par JM (aucun bloque de départ)
	400m Sections (aucun bloque de départ, départ *4pt)	SF suivi par SM
	100m Vagues (aucun bloque de départ, départ *4pt.)	MF, MM (8 Temps les plus rapides avancent à la finale)
	100m Vagues (aucun bloque de départ, départ *4pt)	JF, JM (8 Temps les plus rapides avancent à la finale)
	100m Vagues (bloques de départ permis)	SF, SM (8 Temps les plus rapides avancent à la finale)
	Haies (80m) Sections	MF, JB (30"/76cm)
	Haies (100m) Sections	SF, MM, JM (30"/76cm) (33"/84cm) (36"/91cm)
	Haies (110m) Sections	SM (36"/91cm)
	100m Final (aucun bloque de départ, départ *4pt)	MF suivi par MM
	100m Final (aucun bloque de départ, départ *4pt)	JF suivi par JM
	100m Final (bloques de départ permis)	SF suivi par SM
	3000m	Ouvert féminin
	3000m	Ouvert masculin
	Relai Medley (400,200,200,800)	Ouvert féminin & Ouvert masculin

Épreuves de pelouse:

11h45	Saut en Hauteur	Tous les athlètes masculin / Hauteur de départ de 1.40 + incréments de 5cm *Les résultats seront divisés par catégorie d'âge
12h00	Javelot	MM suivi par JM suivi par SM (3 lancers chacun) Suivi par SF suivi par JF suivi par MF
12h00	Lancer du poids	MF suivi par JF suivi par SF (3 lancers chacun) suivi par MM suivi par JM suivi par SM
12h30	Saut en longueur (2 terrains)	MM suivi par JM suivi par SM (3 sauts chacun) suivi par SF suivi par JF suivi par MF
12h30	Lancer du disque Preuves	SF suivi par JF suivi par MF (3 lancers chacun) suivi par SM suivi par JM suivi par MM
14h00	Saut en hauteur	Tous les athlètes féminines / Hauteur de départ de 1.20 + incréments de 5cm * Les résultats seront divisés par catégorie d'âge