



Fédération québécoise
d'athlétisme



Bulletin d'équipe

**Championnats Canadiens de Cross-Country
Abbotsford, C.-B. – 28 novembre au 1^{er} décembre 2019**

Départ de l'équipe : jeudi après-midi, 28 novembre 2019

deux aéroports

Départ de l'aéroport Jean-Lesage, à Québec : Accueil à compter de 11h45

Les 8 athlètes et 2 entraîneurs doivent être présents à 11h45 au comptoir Air Canada. Le vol est prévu pour 13h55. Voici l'itinéraire du 28 novembre pour ce groupe de 10 personnes :

AC 8719 : Québec (YQB) 13h55 - Montréal (YUL) 14h54
AC 309 : Montréal (YUL) 18h20 - Vancouver (YVR) 20h52

Contact en cas d'urgence au départ de Québec : Félix-Antoine Lapointe 418-803-8110

Départ de l'aéroport Pierre Elliott Trudeau, à Montréal : Accueil à compter de 16h00

Les 12 athlètes qui partiront de Montréal doivent être présents à 16h00 au comptoir Air Canada. Le vol est prévu pour 18h20. Voici l'itinéraire du 28 novembre pour ce groupe de 12 personnes :

AC 309 : Montréal (YUL) 18h20 - Vancouver (YVR) 20h52

Contact en cas d'urgence au départ de Montréal : Nana Momoh 438-406-7528

Frais d'équipe

Les frais d'équipe sont de CINQ CENT CINQUANTE DOLLARS (550\$). La **date limite** de paiement est le samedi 16 novembre à 16h:

<http://www.trackiereg.com/canadiensXC2019>

Contact en cas d'urgence la journée du départ

Pour nous permettre de vous contacter au besoin la journée du départ, et pour nous confirmer du même coup que ce bulletin d'équipe a bien été reçu par les athlètes, n'oubliez pas de retourner à Mme Nana Momoh le message reçu par courriel après avoir complété la ligne demandée.

Pièces d'identité

Conformément au Règlement sur la sûreté des déplacements aériens, vous devez avoir une pièce d'identité valide (non expirée) pour voyager en avion à l'intérieur du Canada. Des pièces d'identité valides délivrées par le gouvernement comprenant le nom, la date de naissance et le sexe peuvent être requises au moment de s'enregistrer pour un vol.

Le nom figurant sur la pièce d'identité doit correspondre à celui inscrit dans la réservation ou sur le billet, et le passager doit ressembler à la photo sur sa pièce d'identité.

Préparation de vos bagages

Vous aurez droit à **un** bagage enregistré de 23 kg (qui sera transporté dans la soute de l'avion) et **un** bagage de cabine (que vous pourrez apporter avec vous à votre siège. Nous vous invitons à lire attentivement la page du site web d'Air Canada qui présente toutes les informations utiles pour bien préparer votre bagage enregistré ainsi que votre bagage de cabine.

Assurez-vous de garder en votre possession pendant le vol tous vos articles essentiels, notamment vos pièces d'identité, spikes (souliers) et vêtements de compétition, etc.

Transport

Tous les déplacements de l'équipe à Abbotsford se feront en autos louées.

Hébergement

Vous serez logés en occupation double au *Coast Abbotsford Hotel and Suites*, 2020 Sumas Way, V2S 2C7.



Repas

Les repas sont entièrement aux frais des athlètes.

Horaire de l'équipe (sujet à changements)

JEUDI 28 NOVEMBRE :

- 11h45 : Québec - rassemblement à l'aéroport Jean-Lesage **(AC 8719)**
- 16h00 : Montréal - rassemblement à l'aéroport Pierre Elliott Trudeau **(AC 309)**
- 20h52 : Arrivée à Vancouver

VENDREDI 29 NOVEMBRE :

Visite du site, activation, etc.

SAMEDI 30 NOVEMBRE

Horaire provisoire de la compétition

- 12h30 : U20 féminin 6 km
- 13h15 : U20 masculin 8 km
- 14h00 : Sénior féminin 10 km
- 14h45 : Sénior masculin 10 km

DIMANCHE 1ER DÉCEMBRE

- 7h30 : Rassemblement à l'aéroport de Vancouver
- 9h30 : Départ de Vancouver vers Montréal **(AC 314)**
- 17h12 : Arrivée de l'équipe à Montréal
- 18h05 : Départ de Montréal à Québec **(AC 8726)**
- 18h59 : Arrivée de l'équipe à Québec

Site de compétition

Les championnats seront courus sur les terrains de Clearbrook Park, à Abbotsford. Il s'agit d'un parcours gazonné et relativement plat qui comprend une côte abrupte par boucle.



À bientôt !

Le personnel d'encadrement de l'équipe :

- Entraîneur-chef : Félix-Antoine Lapointe
- Entraîneur adjoint : Jean-Marc Normandin