

DOCUMENT D'INSCRIPTION / ENTRY FORM

---

# 42<sup>e</sup> RENCONTRE INVITATION D'ATHLÉTISME VERT & OR 2024

(Épreuves de sélection en vue du Match Cadet Québec-Ontario)

**VOLET CLUBS ET ATHLÈTES DE LA FQA**

(via <https://www.avs-sport.com/>)



13-14 janvier 2024 / January 13<sup>th</sup>-14<sup>th</sup>

Service du sport et de l'activité physique  
Université de Sherbrooke

(Date limite d'inscription :  
Vendredi, le 5 janvier 2024 / 17 h)



## RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

1. Date :
  - 13 janvier 2024 (junior-vétéran-ouverte-universitaire)
  - 14 janvier 2024 (benjamine-cadette-jeunesse)
2. Endroit :  
Le stade intérieur du Centre sportif Yvon-Lamarche
3. Heures :
  - Le samedi : 12 h à 21 h 30
  - Le dimanche : 9 h à 17 h

## RENSEIGNEMENTS TECHNIQUES

1. Directeur de la compétition :  
Daniel Quirion  
athletismesherbrooke@videotron.ca
2. Sanctions:
  - Fédération Québécoise d'athlétisme (FQA)
  - Réseau du Sport étudiant du Québec (RSEQ)
  - Athlétisme Canada
3. Installations et équipement :
  - 6 couloirs ovales à revêtement synthétique Mondo Rubber et 8 couloirs pour sprints courts;
  - Pointes 7mm Max;
  - Apporter vos engins
  - Chronométrage électronique
4. Inscriptions :
  - a) Les inscriptions seront faites directement sur internet sur le site :  
<https://www.avs-sport.com/main.php>  
avant 17 h, le vendredi, 5 janvier 2024  
  
(Les inscriptions par téléphone et par courriel ne seront pas acceptées)  
**Aucune inscription ne sera acceptée après la date limite.**
  - b) Coût (taxes en sus) :  
Junior-Vétéran-Ouverte ..... 26,00 \$ / épreuve  
**Cadette**  
.....  
**26,00 \$ / épreuve**  
Benjamine et Jeunesse ..... 23,00 \$ / épreuve  
Relais  
.....  
26,00 \$ / relais

## GENERAL INFORMATION

1. Date :
  - January 13<sup>th</sup>, 2023 (junior-master-open-university)
  - January 14<sup>th</sup>, 2023 (bantam-midget-youth)
2. Site:  
The indoor stadium of the sport center Yvon-Lamarche
3. Time:
  - Saturday: 12:00 AM to 9:30 PM
  - Sunday: 9:00 AM to 5:00 PM

## TECHNICAL INFORMATION

1. Meet director :  
Daniel Quirion  
athletismesherbrooke@videotron.ca
2. Sanctions:
  - Quebec Track and Field Federation
  - RSEQ
  - Athletics Canada
3. Facilities and equipment :
  - 6 lanes oval with Mondo Rubber surface and 8 lanes runway;
  - Spikes 7mm;
  - Bring your own implements
  - Electronic timing
4. Entries:
  - a) Before 5:00 PM, Friday, January 5<sup>th</sup>, 2024 on line, to the website :  
<https://www.avs-sport.com/main.php>  
  
(All entries by phone and e-mail will not be accepted)  
  
**No entry will be accepted after dead line .**
  - b) Entry fees (furthermore taxes) :  
Junior-Master-Open ..... 26.00 \$ / event  
**Midget**  
..... **26.00 \$ / event**  
Bantam and youth ..... 23.00 \$ / event  
Relays  
..... 26.00 \$ / relays

- c) Modalité de paiement :  
Paiement obligatoire sur le site d'inscription en ligne

5. Règlements :

- a) Catégories :
- Benjamine (U-14) : 2011-2012
  - Cadette (U-16) : 2009-2010
  - Jeunesse (U-18) : 2007-2008
  - Junior (U-20) : 2005-2006
  - Sénior (20-34) : 1990-2004
  - Ouvert (16-99) : 1924-2008
  - Vétéran (35-99) : 1924-1989

**Affiliation à Athlétisme Québec**

Pour les athlètes du Québec, toutes les affiliations doivent être enregistrées dans AthleticReg par les responsables de club au plus tard le **jeudi 4 janvier 2024 / 23 h 59**, afin de pouvoir participer à l'Invitation Vert et Or.

**POUR LES VÉTÉRANS**

S'il n'y a pas assez de vétérans pour faire une vague, ceux-ci courront avec la catégorie ouverte.

**POUR LES BENJAMINS**

Dans votre épreuve, s'il n'y a pas assez de participants de votre catégorie, vous serez jumelés avec la catégorie suivante.

**Chambre d'appel**

Il y aura une chambre d'appel pour les épreuves de piste seulement. Tous les athlètes devront confirmer leur présence 40 MINUTES avant leurs épreuves.

les enveloppes de clubs ainsi que les horaires de la rencontre seront disponibles.

- c) Method of payment :  
On line, to the website.

5. Rules:

- a) Categories:
- Bantam (U-14) : 2011-2012
  - Midget (U-16) : 2009-2010
  - Youth (U-18) : 2007-2008
  - Junior (U-20) : 2005-2006
  - Senior (20-34) : 1990-2004
  - Open (16-99) : 1924-2008
  - Master (35-99) : 1924-1989

**Memberships to the FQA**

In order to be eligible to participate in this competition, Quebec athletes must have a new or renewed FQA membership via AthleticReg at the latest **Thursday, January 4th 2024 / 11:59 PM**

**MASTERS CATEGORY**

If there are not enough participants to make one heat, the masters will have to run with the open.

**BANTAM CATEGORY**

In your event, if there are not enough participants, you will be included in the next

**Marshalling area**

There will be a marshalling area for track events only. All athletes will have to confirm their participation in the event they are entered 40 MINUTES prior to the event.

## INFORMATION LOGISTIQUE

- 1) Centre d'information technique :  
Le centre d'information technique, situé près des escaliers menant aux gradins, sera ouvert 1 heure avant le début de chacune des journées. Toutes
- 2) Hébergement :  
Réserver directement auprès des hôtels. Voir information en annexe.
- 3) Alimentation :  
Un casse-croûte sera sur place dans les gradins du stade.
- 4) Premiers soins :  
Des services de premiers soins (glace, examen diagnostique) seront offerts au local 214 du Pavillon Univestrie pendant la compétition. L'application préventive des bandes adhésives (taping) sera faite au coût de 3,00 \$. Gratuit si le matériel est fourni.
- 5) Stationnement :  
Les stationnements sont payants en tout temps
- 6) En cas d'urgence :
  - Pavillon Univestrie : (819) 821-8000, poste 62575
  - Service de la sécurité : (819) 821-7699

### NOTE :

Advenant un litige à la suite de la traduction du document, le texte français tiendra lieu de texte officiel.

### **Sélection de l'équipe du Québec en vue du Match Cadet (U16) Québec vs Ontario**

**L'invitation Vert & Or 2024 est la troisième d'une série de compétitions servant à la sélection de l'Équipe du Québec en vue du duel opposant « Québec vs Ontario » dans la catégorie cadette qui aura lieu à Toronto le samedi 10 février 2024.**

**Pour que leurs performances soient admises aux fins de la sélection de l'équipe du Québec, les athlètes devront concourir dans les épreuves de catégorie cadette.**

## OTHER INFORMATION

- 1) Technical information center :  
Located near the stairs to the bleachers, the technical information center will be open 1 hour prior the beginning of each day. All the information for the coaches will be available.
- 2) Lodging:  
Please reserve directly with the hotel. See the information included.
- 3) Snack Bar:  
A snack bar will be on the 3<sup>rd</sup> floor beside the mezzanine.
- 4) First Aid:  
First aid services (ice, examinations) will be offered in room 214 in the Pavillon Univestrie during the meet. You must supply your own materiel (tape) or pay 3,00 \$ for a taping.
- 5) Parking:  
There's fees for parking.
- 6) In case of emergency:
  - Pavillon Univestrie : (819) 821-8000, ext. 62575
  - University security: (819) 821-7699

### NOTE :

If there are any misunderstandings with the info provided in this document, the french version will be the official one.

### **Selection of the Quebec team for the Ontario vs Québec Midget (U16) dual meet**

**The 2024 Vert & Or Invitation is the third in a series of competitions used to select Team Quebec for the Ontario vs Québec Midget (U16) dual meet to be held in Toronto on Saturday February 10<sup>th</sup> 2024.**

**In order for their performances to be eligible for the Quebec team selection, the athletes will have to compete in the midget category events.**

**VERT & OR INVITATION - UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE**  
**13-14 JANVIER 2024 / JANUARY 13<sup>th</sup>-14<sup>th</sup> 2024**

**Liste des épreuves / Events list**

ÉPREUVE	CATÉGORIE										
	<u>Benjamine</u>		<u>Cadette</u>		<u>Jeunesse</u>		<u>Junior</u>	<u>Ouverte</u>		<u>Vétéran</u>	
	<u>Bantam</u>		<u>Midget</u>		<u>Youth</u>		<u>Junior</u>	<u>Open</u>		<u>Master</u>	
	F	H	F	H	F	H	H	F	H	F	H
60 m	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X
150 m	X	X									
200 m					X	X					
300 m			X	X				X	X	X	X
400 m					X	X					
600 m								X	X	X	X
800 m			X	X	X	X					
1 000 m								X	X	X	X
1 200 m	X	X									
1 500 m					X	X		X	X	X	X
2 000 m			X	X							
3 000 m								X	X	X	X
60 m Haies	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
4 X 200 m								X	X		
4 x 400 m								X	X		
4 x 800 m								X	X		
Longueur	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X
Triple			X	X				X	X	X	X
Hauteur	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X
Perche			X	X				X	X	X	X
Poids	2 Kg	3 Kg	3 Kg	4 Kg	3 Kg	5 Kg	6 Kg	4 Kg	16 lbs	X	X
Marteau			12 lbs	16 lbs	16 lbs	20 lbs	25 lbs	20 lbs	35 lbs	X	X

**VERT & OR INVITATION - UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE**  
**Universitaire, junior, ouverte et vétéran**  
**University, junior, open and master**  
**SAMEDI 13 JANVIER 2024 / SATURDAY, JANUARY 13<sup>th</sup> 2024**

**Horaire provisoire / Tentative schedule**

**HORAIRE DE PISTE / TRACK SCHEDULE**

12 h	1 500 m	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	F & H / F.S.C. / T.S.
12 h 15	60 m	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	F & H / Prélim.
13 h 15	60 m haies / hurdles	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	F & H / Prélim.
14 h	60 m	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	F & H / Finale B & A
14 h 30	1 000 m	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	F & H / F.S.C. / T.S.
15 h 15	60 m haies / hurdles	Jun - Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	F & H / Finale
15 h 40	600 m	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	F & H / F.S.C. / T.S.
16 h 20	300 m	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	F & H / F.S.C. / T.S.
<b>17 h 15</b>	<b>Souper</b>		
18 h	Relais 4 x 200 m / Relay	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	F & H / F.S.C. / T.S.
18 h 15	3 000 m	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	F & H / F.S.C. / T.S.
19 h 45	Relais 4 x 800 m / Relay	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	F & H / F.S.C. / T.S.
20 h 30	Relais 4 x 400 m / Relay	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	F & H / F.S.C. / T.S.

**CONCOURS / FIELD EVENTS**

12 h	Longueur / Long Jump	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master (gr. "A")	H (groupe faible)
	Marteau / Weight Throw	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	F
	Perche / Pole Vault	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	F & H (groupe fort)
	Hauteur / High Jump	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master (gr. "A")	H (groupe faible)
13 h 30	Longueur / Long Jump	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master (gr. "B")	H (groupe fort)
13 h 45	Marteau / Weight Throw	Jun + Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	H
14 h	Hauteur / High Jump	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master (gr. "B")	H (groupe fort)
15 h	Triple saut / Triple Jump	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	F
15 h	Perche / Pole Vault	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	F & H (groupe moyen)
15 h	Poids / Shot Put	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master (gr. "A")	F (groupe faible)
15 h 45	Hauteur / High Jump	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master (gr. "A")	F (groupe faible)
16 h 15	Poids / Shot Put	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master (gr. "B")	F (groupe fort)
<b>17 h 15</b>	<b>Souper</b>		
18 h	Hauteur / High Jump	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master (gr. "B")	F (groupe fort)
	Triple saut / Triple Jump	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	H
18 h 30	Poids / Shot Put	Jun + Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	H (groupe faible)
18 h 45	Perche / Pole Vault	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	F & H (groupe faible)
19 h 15	Longueur / Long Jump	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master (gr. "A")	F (groupe faible)
20 h	Poids / Shot Put	Jun + Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master	H (groupe fort)
20 h 30	Longueur / Long Jump	Univ. - Ouv. / Open – Vét / Master (gr. "B")	F (groupe fort)

**VERT & OR INVITATION - UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE**  
**Benjamine, cadette et jeunesse / Bantam, midget and youth**  
**DIMANCHE 14 JANVIER 2024 / SUNDAY, JANUARY 14<sup>th</sup> 2024**

**Horaire provisoire / Tentative schedule**

**HORAIRE DE PISTE / TRACK SCHEDULE**

10 h	60 m	Benj. à Jeunesse / Bantam to Youth	F & H / Prélím.
11 h 15	1 200 m	Benjamine / Bantam	F & H / F.S.C. / T.S.
11 h 20	800 m	Cadette – Jeunesse / Midget - Youth	F & H / F.S.C. / T.S.
11 h 50	400 m	Jeunesse / Youth	F & H / F.S.C. / T.S.
<b>12 h</b>	<b>Dîner</b>		
13 h	60 m haies	Benj. à Jeunesse / Bantam to Youth	F & H / F.S.C./ T.S.
13 h 45	60 m	Benj. à Jeunesse / Bantam to Youth	F & H (Finale)
14 h 10	1 500 m	Jeunesse / Youth	F & H / F.S.C. / T.S.
14 h 40	2 000 m	Cadette / Midget	F & H / F.S.C. / T.S.
15 h	300 m	Cadette / Midget	F & H / F.S.C. / T.S.
15 h 15	150 m	Benjamine / Bantam	F & H / F.S.C. / T.S.
15 h 30	200 m	Jeunesse / Youth	F & H / F.S.C. / T.S.
<b>16 h</b>	<b>Fin de la piste</b>		

Notes :

- 1 - L'horaire final sera déterminé par le nombre d'inscriptions dans chaque épreuve  
The schedule will be finalized when all entries in each event are completed.
- 2 - Les épreuves de haies sont des finales sections chronométrées  
Hurdles events will be timed section finals.

**CONCOURS / FIELD EVENTS**

9 h	Longueur / Long Jump	Cadette / Midget (groupe fort)	H (fosse gradins)
	Longueur / Long Jump	Cadette / Midget (groupe faible)	H (fosse 60 m)
	Hauteur / High Jump	Cadette / Midget	F
	Poids / Shot Put	Cadette / Midget	H
10 h	Hauteur / High Jump	Cadette / Midget	H
10 h 15	Longueur / Long Jump	Benjamine / Bantam	H (fosse 60 m)
10 h 30	Longueur / Long Jump	Jeunesse / Youth	F (fosse gradins)
	Poids / Shot Put	Benjamine / Bantam	F
11 h 15	Hauteur / High Jump	Benjamine / Bantam	F & H
11 h 30	Poids / Shot Put	Benjamine / Bantam	H
	Longueur / Long Jump	Benjamine / Bantam	F (fosse 60 m)

13 h	Triple saut	Cadette / Midget	F & H (fosse gradins)
	Hauteur / High Jump	Jeunesse / Youth	F
13 h 15	Marteau / Weight Throw	Cadette / Midget + Jeunesse / Youth	F & H
13 h 30	Perche / Pole Vault	Cadette / Midget	F & H
13 h 45	Longueur / Long Jump	Jeunesse / Youth	H (fosse gradins)
14 h 15	Poids / Shot Put	Cadette / Midget	F
14 h 30	Hauteur / High Jump	Jeunesse / Youth	H
15 h 30	Longueur / Long Jump	Cadette / Midget	F (fosse gradins et 60 m)
15 h 30	Poids / Shot Put	Jeunesse / Youth	F & H



## Directives pour accès au complexe sportif

