



**LONG TRACK
CHAMPIONSHIPS
CHAMPIONNATS
LONGUE PISTE**
QUÉBEC 2024



TOUTES LES INFORMATIONS SUR LA COMPÉTITION SONT TROUVÉES SUR SPEEDSKATING.CA / ALL COMPETITION INFORMATION CAN BE FOUND AT SPEEDSKATING.CA

Mercredi 16 octobre / Wednesday October 16

19:00 Réunion des entraîneurs / Coaches meeting Centre de glaces Intact Assurance : Salle 121 / Room 121

TOUTES LES INFORMATIONS SUR LA COMPÉTITION SONT TROUVÉES SUR SPEEDSKATING.CA / ALL COMPETITION INFORMATION CAN BE FOUND AT SPEEDSKATING.CA

Jeudi 17 octobre / Thursday October 17

13:09	Échauffement / Warm-up		
13:54	Resurfaçage de la glace / Ice resurfacing*	Patineurs / Skaters	Nombre de paires / Number of pairs
14:24	500 m Québec invitation	Femmes / Women	12 Paire / Pair 1-6
14:33	500 m Québec invitation	Hommes / Men	12 Paire / Pair 1-6
14:42	Cérémonie des médailles Femmes et Hommes 500 m / 500 m Women and Men medal ceremony		
14:52	Resurfaçage de la glace / Ice resurfacing		
15:17	3000 m Québec invitation	Femmes / Women	12 QT 3
15:36	3000 m Junior Québec invitation	Hommes / Men	4 QT 1
15:43	5000 m Québec invitation	Hommes / Men	4 QT 1
15:51	Cérémonie des médailles Femmes et Hommes 3000-5000 m / 3000-5000 m Women and Men medal ceremony		
16:01	Entraînement / Training**		
16:31	Fin entraînement / End of training		
16:31	Échauffement + souper / Warm-up + dinner		
17:01	Resurfaçage de la glace / Ice resurfacing		
17:31	500 m CC***	Femmes / Women	16 Paire / Pair 1-8
17:42	500 m CC	Hommes / Men	21 Paire / Pair 1-11
17:58	Cérémonie des médailles Femmes et Hommes 500 m / 500 m Women and Men medal ceremony		
18:08	Resurfaçage de la glace / Ice resurfacing		
18:28	3000 m CC	Femmes / Women	14 Paire / Pair 1-7
19:10	Cérémonie des médailles Femmes 3000 m / 3000 m Women medal ceremony		
19:15	Resurfaçage de la glace / Ice resurfacing		
19:35	5000 m CC	Hommes / Men	14 Paire / Pair 1-7
20:31	Cérémonie des médailles Hommes 5000 m / 5000 m Men medal ceremony		
20:36	FIN (approximative) / END (approximate)		

*Aucun patineur autorisé sur la glace avant que la surfaceuse à glace n'ait terminé. / No skaters allowed on ice until resurfacer is off.

**Pas plus de deux patineurs à la fois pendant les entraînements. / No trains of more than 2 skaters together.

***CC = Championnats canadiens / Canadian Championships

→ Pas d'accélération au premier virage et dans la zone de départ. / No accelerations on the start turn and through the start area.

→ Tous les patineurs doivent fournir leurs propres brassards. / All skaters must provide their own armbands.