

ANNEX A

CFMWS HQ
Ottawa, ON K1A 0K2

5596-17 (MCAFS)

January 11th 2024

CANADIAN ARMED FORCES NATIONAL
TRIATHLON CHAMPIONSHIP
CFMWS HQ, -05-07 JULY 2024

References:

- A. [PSP Policy Manual](#)
- B. [CAF Sports Championships Operations Manual, Chapter 22](#)
- C. NRSM Meeting Record of Decision 2023

The Joining Instructions concerning the subject championship are included in Annex A.

Le gestionnaire des sports des FAC,
QG des Services de bien-être et moral des Forces canadiennes,



Denis Gaboury
Manager, CAF Sports
Canadian Forces Morale and Welfare Services HQ

Distribution List

Patron/MGen S.Y. Menard
Chief Official/TBC
CISM TM/LCol E.J. Travis
CISM Coach/Maj D.M. Simpkin
RSMgrs
CAFSSO

ANNEXES:

Annex A – Joining Instructions
Annex B – CAF Triathlon Rules, Chapter 22
Annex C – Eligibility Form
Annex D – Schedule of Events

ANNEXE A

QG SBMFC
Ottawa ON K1A 0K2

5596-17 (GSFAC)

Le 11 janvier 2024

CHAMPIONNAT NATIONAL DE TRIATHLON DES
FORCES ARMÉES CANADIENNES
QG SBMFC, DU 5 AU 7 JUILLET 2024

Références :

- A. [Manuel des politiques des Programmes de soutien du personnel](#)
- B. [Manuel de référence des championnats des FAC, chapitre 22](#)
- C. Compte rendu de la réunion nationale des GSR, 2023

Vous trouverez, à l'Annexe A, les instructions de rattachement ayant trait au championnat en objet.

Liste de distribution

Président d'honneur : Mgen S. Y. Menard
Officiel en chef : À confirmer
Gérant d'équipe CISM : Lcol E.J. Travis
Entraîneur CISM : Maj D.M. Simpkin
GSR
BSFAC

ANNEXES :

Annexe A – Instructions de rattachement
Annexe B – Règlements du triathlon des FAC, chapitre 22
Annexe C – Liste d'admissibilité
Annexe D – Calendrier des événements

2024 CANADIAN ARMED FORCES
NATIONAL TRIATHLON CHAMPIONSHIP
JOINING INSTRUCTIONS

GENERAL

1. The 2024 Canadian Armed Forces National Triathlon Championship will be held in conjunction with the Gatineau Triathlon, 05 - 07 July 2024.

ORGANIZATION

2. The following members have been appointed to the organizing committee:

Patron/MGen S.Y. Menard
Chairperson/Mr. D. Gaboury
Organizer & Technical Advisor/Mr. Jean-François Delorme
Assist. Organizer/Mr. P. Gibson
Chief Official/TBD
Event Head Trainer/TBD

CHAMPIONSHIP

3. The championship will be conducted in accordance with the [CAF Sports Championships Operations Manual](#) and any changes voted at the annual RSMgrs Meeting.
4. The CAF National Triathlon Championship shall consist of two events:
 - a. Olympic
1.5 km swim, 40 km bike, 10 km run
 - b. Sprint
750 m swim, 20 km, 5 km run

ELIGIBILITY

5. To be eligible, athletes must meet the requirements of the above-mentioned references.

Note: Class A salaries are NOT covered by the CAFSO. Class A members are eligible to participate, however they must be in receipt of pay and on duty for the duration of the championship by their respective Base/Wing/Unit (this includes dates of travel).

CHAMPIONSHIP REGISTRATION

6. Members with qualifying times as per Annex B must submit Annex C in full to their respective PSP Base Sports Coordinator, **NLT 10 May 2024**, not through

INSTRUCTIONS DE RALLIEMENT –
CHAMPIONNAT NATIONAL DE TRIATHLON DES
FORCES ARMÉES CANADIENNES DE 2024

GÉNÉRALITÉS

1. Le Championnat national de triathlon des Forces armées canadiennes (FAC) de 2024 aura lieu du 5 au 7 juillet 2024, conjointement avec le Triathlon de Gatineau.

ORGANISATION

2. Le comité organisateur est composé des membres suivants :

Président d'honneur : Mgen S.Y. Menard
Président : Denis Gaboury
Organisateur/conseiller technique : Jean-François Delorme

Organisateur adjoint : Peter Gibson
Officiel en chef : À confirmer
Soigneur en chef : À confirmer

CHAMPIONNAT

3. Le championnat se déroulera conformément au [Manuel de référence des championnats des FAC](#) et aux changements votés durant la réunion annuelle des gestionnaires des sports régionaux (GSR).
4. Le Championnat national de triathlon des FAC comprend les deux épreuves suivantes :
 - a. Distance olympique
1,5 km natation, 40 km vélo, 10 km course
 - b. Sprint
750 m natation, 20 km vélo, 5 km course

ADMISSIBILITÉ

5. Pour être admissibles, les athlètes doivent satisfaire aux exigences des références susmentionnées.

Remarque : Les salaires des militaires en classe A NE sont PAS couverts par le Bureau des sports des FAC (BSFAC). Les militaires en classe A sont admissibles au championnat, mais ils doivent être rémunérés par leur base, escadre ou unité respective et en service pendant la durée du championnat (ce qui comprend les dates de déplacement).

INSCRIPTION AU CHAMPIONNAT

6. Les participants s'étant qualifiés conformément à l'Annexe B doivent remplir l'Annexe C au complet et la soumettre au coordonnateur ou à la coordonnatrice des

the Gatineau Triathlon or Triathlon Quebec websites. **Local PSP Sports Coordinators may implement earlier due dates for entries.** Please confirm with your local PSP Sports Coordinator for more information.

PSP Base Sports Coordinators are required to consolidate their base Eligibility List (Annex C), ensure all entries are complete, and email it to their Regional Sports Manager **NLT 14 May 2024**

Regional Sports Managers are required to consolidate their Regional Team Eligibility List (Annex C) and email it to the CAF Sports Coordinator – HQ, Delorme.jean-francois@cfmws.com **NLT 17 May 2024**

7. If a member qualifies in more than one distance they must specify which event is their preferred distance.
8. Proof of times and provincial registration numbers must be forwarded through the member's local PSP Base Sports Coordinator. It is the PSP Base Sports Coordinator to verify that the athlete has met the minimum qualification time for their age, distance, category and gender.
9. If an athlete does not possess a provincial registration number, please indicate "N/A" in Annex C. The CAFSO will arrange to have a one day provincial registration number for those requiring it in order to complete in the event.
10. All athletes, officials and trainers must complete the **Annex C (Travel Information)** **NLT 31 May 2024.** Any changes to the travel information after this date must be submitted immediately

SCHEDULE OF EVENTS

11. The following are mandatory events for all participants unless stated otherwise:
 - a. **Virtual Pre-Race Briefing (Optional – Hosted by Triathlon Gatineau)**
TBC
<https://www.facebook.com/TriathlonGatineau>
 - b. **Virtual Pre-Championship Briefing (Mandatory: Hosted by CAFSO)**
Date: TENTATIVE: Thursday June 28 2024
Location: MS Teams.

sports des PSP de leur base **AU PLUS TARD le 10 mai 2024**, et non par l'intermédiaire des sites Web de Triathlon Gatineau ou de Triathlon Québec. **Les coordonnateurs locaux des sports des PSP peuvent devancer la date de soumission de participation.** Veuillez consulter le coordonnateur ou la coordonnatrice des sports des PSP de votre base pour plus de détails.

Les **coordonnateurs locaux des sports des PSP** doivent consolider la Liste d'admissibilité des participants de leur base (Annexe C) et l'envoyer par courriel au gestionnaire des sports régionaux **AU PLUS TARD le 14 mai 2024.**

Les **gestionnaires des sports régionaux** doivent consolider leur Liste d'admissibilité de l'équipe régionale (Annexe C) et l'envoyer par courriel au coordonnateur des sports nationaux au QG, delorme.jean-francois@sbmfc.com **AU PLUS TARD le 17 mai 2024.**

7. Si un ou une athlète se qualifie pour plus d'une épreuve, il ou elle doit préciser son premier choix.
8. Le coordonnateur ou la coordonnatrice des sports des PSP de la base doit envoyer les preuves de temps obtenus et les numéros d'inscription provinciale des athlètes. Il ou elle doit s'assurer que les athlètes ont atteint les temps de qualification minimums correspondant à leur âge, genre, distance et catégorie choisies.
9. Si un ou une athlète ne possède pas de numéro d'inscription provinciale, veuillez indiquer la mention S.O. dans l'Annexe C. Le BSFAC prendra les dispositions nécessaires en vue d'obtenir un numéro d'inscription provinciale valable pour une journée afin de permettre aux athlètes qui n'en ont pas de prendre part à la compétition
10. Tous les athlètes, les officiels et les soigneurs doivent remplir l'**Annexe C – Fiche d'information** sur les équipes **AU PLUS TARD le 31 mai 2024.** Tout changement apporté à la Fiche d'information après cette date doit être transmis immédiatement.

CALENDRIER DES ACTIVITÉS

11. Tous les participants doivent absolument participer aux activités ci-dessous :
 - a. **Séance d'information virtuelle avant le triathlon (facultative – organisée par Triathlon Gatineau)**
Date à confirmer
<https://www.facebook.com/TriathlonGatineau>
 - b. **Séance d'information préchampionnat virtuelle (Obligatoire : organisée par le BSFAC)**
Date PROVISoire : Le jeudi 28 juin 2024
Plateforme : Microsoft Teams

Pre-race Dinner**05 July 2024, 1730 hrs**Faculty of Social Science (FSS) Bldg, Rm 4007
[120 University Private, Ottawa, ON.](#)

Details of the championship will be provided and CAF athletes will have the opportunity to have questions answered, meet race VIP's, organizers, trainers, etc. The supper will be followed by the briefing and distribution of race bibs and CAF race packages.

c. **Travel/Convoy to Race Site & Chip Activation**
6 July 2024

Olympic – tbc hrs departure**Sprint – tbc**

Athletes staying at the University of Ottawa will bike to the race site. Members will meet in the lobby prepared to bike to the race site at the times listed above. A designated member will lead the group to the race site. Once you have arrived at the race site, you must report to the registration tents in order to secure and activate your timing chips.

d. **Races**

06 July, tbc (Olympic)**06 July, tbc (Sprint)**[Leamy Lake Park](#)

Times listed above are pre-race information sessions followed by the race start times. For more information please reference the [2023 Gatineau Triathlon Schedule of Events](#). Timings are subject to change and will be re-confirmed in the Final Instructions.

e. **CAF Awards / Banquet**

06 July, 1730 hrsFaculty of Social Science (FSS) Bldg, Rm 4007
[120 University Private, Ottawa, ON.](#)

Dress: Business casual. No guests will be permitted.

Souper avant le triathlon**5 juillet 2024, 17 h 30**Faculté des sciences sociales (FSS), salle 4007
[120, rue Université, Ottawa ON.](#)

Des détails au sujet du déroulement des épreuves seront communiqués aux athlètes des FAC, et ceux-ci auront l'occasion de poser des questions et de rencontrer les invités de marque, les organisateurs, les soigneurs, etc. La séance d'information et la remise des dossards et des trousseaux du championnat des FAC suivront le souper.

b. **Déplacements vers le lieu de la compétition et activation de la puce de course**

6 juillet 2024**Distance olympique – Départ à confirmer****Sprint – À confirmer**

Les athlètes qui demeurent à l'Université d'Ottawa doivent se rendre en vélo à l'endroit où se tient la compétition. Ils se rencontrent dans le hall d'entrée, prêts à partir à l'heure précisée ci-dessus. Une personne désignée dirigera le groupe vers le lieu de la compétition. Une fois arrivés au lieu de compétition, les athlètes doivent se présenter au kiosque (tente) d'inscription afin d'obtenir et d'activer la puce de chronométrage.

c. **Courses**

6 juillet, à confirmer (distance olympique)**6 juillet, à confirmer (sprint)**[Parc du Lac Leamy](#)

Les heures ci-dessus correspondent aux séances d'information précédant la compétition, suivies de l'heure de départ du triathlon. Pour plus d'information, veuillez consulter [le Calendrier des activités du Triathlon de Gatineau 2023](#). Les temps peuvent changer et seront reconfirmés dans les Instructions de ralliement finales.

d. **Cérémonie de remise des prix des FAC/Banquet**

6 juillet, 17 h 30Faculté des sciences sociales (FSS), salle 4007
[120, rue Université, Ottawa ON.](#)

Tenue d'affaires décontractée. Les athlètes ne peuvent être accompagnés d'aucun invité.

TRANSPORT

12. All TD, meals en route, and travel (including to and from the airport) from the respective base/wing to the championship site and back is the responsibility of CFMWS HQ as per the [CAF Sports Championships Operations Manual](#). Excluding members from the NCR (host site).

TRANSPORT

12. Le QG SBMFC assume tous les frais de service temporaire, de repas en route et de transport des équipes (à destination et en provenance de l'aéroport) à partir de leur base/escadre respective au lieu du championnat, conformément au [Manuel de référence des championnats des FAC](#), à l'exception des participants de la région de la capitale nationale (RCN), qui est le site hôte.

ANNEX A

- Delegated authority for the National Sports Program is assigned to the Senior Sports position to each Base/Wing. Authorization is granted within the event outlined in the joining instructions. The account number to be used is;
0101-5100-8200-000-02219-0000.
- The Event Head Trainer & Chief Official are authorized to arrive the evening of **4 Jul 2024.**
- A detailed "Method of Transportation" will be provided in the Final Instructions after all regional eligibility lists have been received.

DRIVING REGIONS

- The arrival date and time for all members from the Ontario and Quebec regions is **5 July 2024 1500 hrs.**
- It is the responsibility of the PSP Base Sports Coordinator to book ground transportation for members within driving distance to the event site. Whenever possible DND vehicles will be secured. The Public Financial Codes for DND rental vehicles to facilitate transport to/from the competition venues are:

	Rental	Fuel
Cost Centre	2288BH	2288BH
Fund	C109	C109
Fund Center	2288AV	2288AV
GL	5801	7217
IO	11751530	11751530

- If members do not have 404's then a rental vehicle may be authorized as per the "Method of Transportation" (MOT) provided in the Final Instructions. The GL to be used is: **0101-5100-8200-000-02219-0000.** Members from the same base are expected to travel together. Members who choose to take their PMV instead of the provided vehicle transport will not be entitled to reimbursement.

PARKING

- Parking at the U of O is limited therefore; members from the same base will be expected to travel together. **There is no space for bus parking.**

ANNEXE A

- Le pouvoir délégué pour le Programme de sports nationaux est assigné au titulaire du poste le plus élevé dans la Section des sports dans chaque base et escadre. L'autorisation est accordée pour l'événement précisé dans les Instructions de ralliement. Le numéro de compte à utiliser :
0101-5100-8200-000-02219-0000.
- Le soigneur principal ou la soigneuse principale de l'événement et l'officiel en chef ont l'autorisation d'arriver le **4 juillet 2024** en soirée.
- Des détails sur le « moyen de transport » seront fournis dans les instructions finales une fois que toutes les listes d'admissibilité des équipes régionales auront été reçues.

ATHLÈTES QUI SE RENDENT AU CHAMPIONNAT EN VÉHICULE

- Les athlètes des régions de l'Ontario et du Québec doivent arriver à la date et à l'heure suivantes : le **5 juillet 2024, à 15 h.**
- Le coordonnateur ou la coordonnatrice des sports des PSP de la base doit réserver le transport terrestre pour les participants qui se rendent en voiture au site du championnat. Dans la mesure du possible, on aura recours aux véhicules du ministère de la Défense nationale (MDN). Voici les codes financiers publics pour la location des véhicules du MDN en vue de faciliter le transport aller-retour au lieu du championnat :

	Location	Carburant
Centre des coûts	2288BH	2288BH
Compte	C109	C109
Centre de fonds	2288AV	2288AV
GL	5801	7217
IO	11751530	11751530

- Si un ou une militaire n'a pas de permis de conduire 404, il a l'autorisation de louer un véhicule conformément au « moyen de transport » précisé dans les Instructions finales. Le numéro de GL à utiliser est le **0101-5100-8200-000-02219-0000.** On s'attend à ce que les participants d'une même base fassent du covoiturage. Ceux qui choisissent de prendre leur véhicule personnel plutôt que le moyen de transport fourni n'auront pas droit au remboursement des frais ainsi engagés.

STATIONNEMENT

- Le stationnement à l'Université d'Ottawa étant limité, on s'attend à ce que les participants de la même base fassent du covoiturage. **Il n'y a pas de place de stationnement pour les autobus.**

ANNEX A

20. Upon check-in, please purchase a parking pass for your vehicle. Parking passes can be purchased at the parking machines inside 90 University lobby or at the designated lots. Ensure that your parking pass is clearly visible on your dashboard.
21. **Only authorized drivers will receive reimbursement for parking pass** (as per MOT Annex F). It is strongly recommended to take a photo of your parking pass for your claim. Members who are not listed as authorized drivers may purchase parking pass at their own expense and will not be reimbursed by the CAFSO.

Note: Some parking lots are located underground. It is also recommended that you drop off your bike at the Welcome booth before parking your car to ensure you **remove your bike from the roof of your car before parking underground**. Oversized vehicles will not fit and an alternate parking location will be provided.

FLYING REGIONS (Flights)

22. All members from the Atlantic and Canada West regions will fly into the Ottawa International Airport which is located approximately 20kms (or 25mins) from [UOttawa Residence, 90 University Private, Ottawa, ON](#).
23. The arrival date for members from **Cold Lake, Comox, Esquimalt, & Yellowknife** is 04 July 2024.
24. The arrival date and time for all other bases from in the Atlantic and Canada West region is **05 July 2024, 1400hrs** unless previously authorized by the CAF Sports Manager.
25. Return flights for everyone are to be booked for **07 July 2024** at the earliest departure time for return to home base.
26. When booking flights make sure that it is noted that a **bike** will be part of your athlete's check-in luggage in order to avoid additional fees that can occur during on-site check-in. Some baggage fees through major airlines are covered for Military and NPF employees. Military ID or NDI Card must be provided upon check-in so no charges are applied. It is the responsibility of the member to check with the airline prior to departure to request any additional luggage fee coverage through CFMWS HQ; [Air Canada](#), [WestJet](#). No luggage will be covered without prior approval through your local PSP Sports Coordinator.

ANNEXE A

20. Lors de votre enregistrement, veuillez acheter un permis de stationnement pour votre véhicule. Les permis de stationnement peuvent être obtenus à partir des distributeurs automatiques situés dans le hall d'entrée du 90, rue Université ou dans les parcs de stationnement désignés.
21. À leur arrivée, **seuls les conducteurs autorisés recevront un permis de stationnement** (conformément à l'annexe F – Moyen de transport). Il est fortement recommandé de prendre une photo de votre permis de stationnement aux fins de remboursement. Les participants dont le nom ne figure pas sur la liste des conducteurs autorisés peuvent faire l'achat d'un permis de stationnement à leurs frais, lesquels ne leur seront pas remboursés par le BSFAC.

Remarque : Certains parcs de stationnement sont souterrains. Nous vous recommandons de déposer votre vélo au kiosque d'accueil afin de vous assurer **qu'il n'est plus sur le toit de votre véhicule avant d'entrer dans le stationnement souterrain**. Les véhicules surdimensionnés ne passeront pas et un autre emplacement de stationnement vous sera proposé.

ATHLÈTES QUI SE RENDENT AU CHAMPIONNAT EN AVION (Vols)

22. Tous les participants des régions de l'Atlantique et du Canada Ouest arriveront à l'Aéroport international d'Ottawa situé à environ 20 km (ou à 25 minutes) de la [Résidence de l'Université d'Ottawa, 90, rue Université, Ottawa ON](#).
23. La date d'arrivée des participants de **Cold Lake, Comox, Esquimalt, et Yellowknife** est le 4 juillet 2024.
24. La date et l'heure d'arrivée des athlètes de toutes les autres bases des régions de l'Atlantique et du Canada Ouest sont le **5 juillet 2024, à 14 h**, à moins d'avoir obtenu une autorisation préalable du gestionnaire des sports des FAC.
25. Les vols de retour à la base d'appartenance des athlètes doivent être réservés pour le **7 juillet 2024** le plus tôt possible dans la journée.
26. Il est important de préciser, au moment de réserver les vols, qu'un **vélo** fera partie des bagages à consigner afin d'éviter les frais supplémentaires qui peuvent être exigés au moment de l'enregistrement des bagages. Les grands transporteurs aériens exemptent les membres du personnel militaire et les employés des Fonds non publics de certains frais de bagage; une pièce d'identité militaire (carte NDI) doit être présentée afin d'être exempté des frais. Le participant doit confirmer avant son départ que le QG SBMFC couvre les frais associés aux bagages supplémentaires auprès du transporteur aérien ([Air Canada](#), [WestJet](#)). Aucuns frais de bagage ne seront couverts sans une approbation préalable

27. If an extra baggage cost is incurred for **bikes**, it will be covered by the CAFSO and should be added to the member's claim. The GL for bike fees is **0101-5100-8200-000-02219-0000**.
28. The owner of the bike is responsible for ensuring proper identification is displayed on their bike and on the bike shipping/storage case. The CAF Sports program will not be held responsible for any damages/losses that occur to your bike or equipment. **It is encouraged to purchase your own personal insurance.**

FLYING REGIONS (Ground Transportation)

ARRIVALS

29. Ground transportation for participants from the flying regions to/from the Ottawa airport will be taxi. Members are to be dropped off at [UOttawa Residence, 90 University Private](#). Members must keep all taxi receipts and add it to their claim for reimbursement. Members without a receipt will not be reimbursed.
30. Members from the same base are expected to carpool together and share taxis. At no time should there be less than two people in one taxi unless previously authorized by the CAFSO. The meeting point for athletes, trainers, and officials is at the bottom of the escalators in front of the waterfall in the arrivals/baggage collection of the Ottawa Airport.
31. Taxi/carpooling schedules for both pick-up from the airport and return to the airport will be arranged as per the information received in Annex C from your respective Regional Sports Manager. A carpool/taxi list will be provided in the Final Instructions -MOT. Please contact your local PSP Base Sports Coordinator for more information.
32. If you do not require ground transportation from the Airport or have changes to your ETA/ETD please inform your local PSP Sports Coordinator immediately and notify the welcome booth upon arrival.

DEPARTURES

- de votre coordonnateur ou coordonnatrice des sports des PSP.
27. Si des frais supplémentaires sont exigés pour les **vélos**, ils seront couverts par le BSFAC et devront être ajoutés à la demande de remboursement. Le numéro de compte GL pour réclamer les frais associés aux vélos est le **0101-5100-8200-000-02219-0000**.
28. Les participants doivent veiller à ce que leur vélo soit identifié clairement, sur le vélo même ou sur l'étui d'expédition/d'entreposage. Le Programme de sports des FAC n'est pas responsable de la perte ou du bris du matériel. **Nous vous encourageons à souscrire une assurance personnelle.**

ATHLÈTES QUI SE RENDENT AU CHAMPIONNAT EN AVION (transport terrestre)

ARRIVÉES

29. Le transport terrestre des participants qui arrivent par avion sera le taxi en provenance et à destination de l'Université d'Ottawa. Le taxi les déposera à la [Résidence de l'Université d'Ottawa, 90, rue Université](#). Les participants doivent conserver tous leurs reçus de taxi et ajouter le montant à leur demande de remboursement. Aucun remboursement ne sera effectué sans reçu.
30. On s'attend à ce que les participants d'une même base fassent du covoiturage et partagent un taxi. Il ne doit jamais y avoir moins de deux personnes à bord d'un taxi, à moins d'avoir obtenu une autorisation préalable du BSFAC. Le point de rencontre des athlètes, des soigneurs et des officiels se trouve devant la cascade au bas de l'ascenseur dans la zone des arrivées/récupération des bagages de l'Aéroport d'Ottawa.
31. L'horaire de transport par taxi/covoiturage aller-retour de l'aéroport sera établi en fonction des renseignements que les gestionnaires des sports régionaux respectifs auront transmis à l'Annexe C. La liste sera fournie dans les Instructions finales – moyen de transport. Veuillez communiquer avec le coordonnateur ou la coordonnatrice des sports des PSP de votre base pour plus de renseignements.
32. Si vous n'avez pas besoin de transport terrestre en provenance de l'aéroport ou si vous avez apporté des modifications à vos heures d'arrivée ou de départ prévues, veuillez en aviser votre coordonnateur ou coordonnatrice des sports des PSP immédiatement et le personnel au kiosque d'accueil à votre arrivée.

DÉPARTS

ANNEX A

33. Carpooling/taxi departure schedules will be available at the PSP Welcome Booth located in the lobby of [UOttawa, 90 University Private](#).
34. Members will meet in the lobby at their scheduled departure time as listed on the taxi schedule (a minimum of 1.5 hours prior to their flight departure). It will be the responsibility of the member highlighted on the departure schedule to book a taxi.

REPORTING IN PROCEDURES

35. Upon arrival, all participants will report to the welcome booth located in the lobby of UOttawa Residence, [90 University Private, Ottawa, K1N 6N6](#) to receive their room keys. Athletes will be asked to confirm their departure timings upon check-in.
36. Early check-in for athletes arriving on 05 July has been requested, however the University's "**official check-in time**" is **1600hrs**. If your room is not ready, a secured area has been designated for luggage until your room becomes available.
37. The welcome booth hours of operation will be stated in the Final Instructions. If your arrival time falls outside of the Welcome Booth hours of operations report to the reception desk which is open 24/7 and inform them that you are a CAF members of the 2024 CAF National Triathlon Championship.

QUARTERS

38. All participants (minus participants from the NCR) will be assigned to [UOttawa Residence, 90 University Private, Ottawa, K1N 6N5](#).
39. There will be two participants per room. Dorm style rooms will include; a shared washroom/shower, common area, central air, table, microwave, full size fridge, and 2 individual bedrooms A complete list of room amenities can be found by visiting; www2.uottawa.ca/campus-life/housing/compare-residence/90-university
40. Members who request accommodations but do not show up will be charged their room fees.
41. No room upgrades will be permitted. Members that wish to stay at alternate accommodations will do so at their own expense and will not be entitled to reimbursement or financial compensation.

ANNEXE A

33. L'horaire de transport par taxi/covoiturage sera également affiché au kiosque d'accueil des PSP situé dans le hall d'entrée de la [Résidence de l'Université d'Ottawa, 90, rue Université](#).
34. Les participants se rencontreront dans le hall d'entrée en fonction de leur heure de départ prévue, tel qu'il est précisé dans l'horaire de transport par taxi (au moins une heure trente avant le départ de leur vol). Le militaire dont le nom est surligné sur l'horaire de transport devra réserver le taxi.

FORMALITÉS D'ARRIVÉE

35. À leur arrivée, tous les participants doivent se présenter au kiosque d'accueil dans le hall d'entrée de la résidence de l'Université d'Ottawa située au [90, rue Université, Ottawa K1N 6N6](#) pour recevoir la clé de leur chambre. On leur demandera également de confirmer leur heure de départ.
36. On demande aux athlètes qui arrivent le 5 juillet de se présenter plus tôt à la résidence; toutefois, l'« **heure d'inscription officielle** » à la résidence de l'Université d'Ottawa **est 16 h**. Si la chambre n'est pas prête, les athlètes pourront laisser leurs bagages dans un endroit sûr jusqu'à ce que leur chambre soit disponible.
37. Les heures d'ouverture du kiosque d'accueil seront précisées dans les Instructions finales. Les athlètes qui arrivent après la fermeture du kiosque d'accueil doivent se présenter à la réception, qui est ouverte 24 heures sur 24, et informer les préposés qu'ils sont des membres des FAC et qu'ils sont inscrits au Championnat national de triathlon des FAC 2024.

LOGEMENT

38. Une chambre sera assignée à tous les participants (à l'exception des participants de la RCN) à la [résidence de l'Université d'Ottawa, 90, rue Université, Ottawa K1N 6N5](#).
39. Deux participants se partageront une unité. De style dortoir, les unités comprennent une salle de bain et une douche communes, une aire commune, la climatisation centrale, une table, un micro-ondes, un réfrigérateur pleine grandeur et deux chambres individuelles. La liste complète des commodités dans les chambres se trouve à l'adresse : www2.uottawa.ca/campus-life/housing/compare-residence/90-university
40. Les participants qui demandent l'hébergement mais qui ne se présentent pas se verront facturer les frais de chambre.
41. Aucun surclassement des chambres n'est permis. Les participants qui souhaitent demeurer ailleurs peuvent le faire à leurs propres frais et ne seront pas admissibles à un remboursement ou à une compensation financière.

42. There will be no changes to accommodations after **20 June, 2024**. Athletes who cancel after this date will be charged the cancellation fee.

CLEARING OUT PROCEDURES

43. Check-out must be completed NLT 1030hrs on Sunday, 07 July 2024.
44. Leave all linens and room belongings in the room (sheets, towels, etc.). Return your keys to the front desk of the 90 University Residence and inform them that you are a CAF member participating in the 2024 CAF National Triathlon Championship. There will be a \$15 fee charged to members who do not return their keys.

RATIONS

45. Claims (Meals en route) are in accordance with the meal rates provided by the [NPP travel policy](#). They will be added to members claim upon where applicable.

Date	Breakfast	Lunch	Dinner
Thur, 04 Jul	n/a	Claim (\$)	Claim (\$)
Fri, 05 Jul	Claim (\$)	Claim (\$)	n/a – Provided
Sat, 06 Jul	Claim (\$)	Claim (\$)	n/a – Provided
Sun, 07 Jul	Claim (\$)	Claim (\$)	Claim (\$)

Note: All rooms are provided with a full size fridge and micro wave. **It is recommended that members bring/buy snacks for meals that are not provided.** There is a grocery store “Loblaws” located at [363 Rideau Street \(15 min walk\)](#), open 0700 – 2200 hrs everyday.

46. Members from the NCR will however be provided any meals that accompany mandatory events (ie meet & greets, socials, awards, banquets, etc.)

DRESS AND CONDUCT

47. CAF uniforms are not required to be worn at this National Championship.
48. All athletes competing under the CAF National Championship must wear a CAF swim cap and CAF Sports temporary tattoo provided by the CAF National Sports organizing committee.

42. Aucun changement ne peut être apporté aux réservations des chambres après le **20 juin 2024**. Les athlètes qui annulent après cette date devront payer des frais d’annulation.

FORMALITÉS DE DÉPART

43. Les athlètes doivent libérer leur chambre **AU PLUS TARD** le dimanche 7 juillet 2024, à 10 h 30.
44. Les athlètes doivent laisser dans la chambre toute la literie et autres articles (draps, serviettes, etc.). Ils doivent retourner leur clé à la réception de la résidence, au 90, rue Université, et préciser aux préposés qu’ils ont participé au Championnat national de triathlon des FAC 2024 en tant que membre des FAC. Des frais de 15 \$ seront imputés aux athlètes qui n’auront pas retourné la clé de leur chambre.

VIVRES

45. Les montants réclamés (pour les repas en route) correspondent aux taux établis pour les repas dans la [Politique des BNP sur les voyages d’affaires](#). Ils seront ajoutés à la demande de remboursement des participants, le cas échéant.

Date	Déjeuner	Dîner	Souper
Jeudi 4 juil.	S.O.	Réclamation (\$)	Réclamation (\$)
Vend. 5 juil.	Réclamation (\$)	Réclamation (\$)	S.O. - Fourni
Sam. 6 juil.	Réclamation (\$)	Réclamation (\$)	S.O. - Fourni
Dim. 7 juil.	Réclamation (\$)	Réclamation (\$)	Réclamation (\$)

Remarque : Toutes les chambres comprennent un réfrigérateur pleine grandeur et un micro-ondes. **Nous recommandons aux participants d’apporter ou d’acheter des collations pour les repas qui ne sont pas fournis.** L’épicerie Loblaws, située au [363, rue Rideau](#), à 15 min. de marche de la résidence, est ouverte de 7 h à 22 h chaque jour.

46. Les athlètes de la RCN se verront offrir les repas lors d’activités obligatoires (p. ex. séance d’accueil, activités sociales, cérémonie de remise des prix, banquet, etc.).

TENUE ET CONDUITE

47. Les participants n’ont pas à porter leur uniforme des FAC durant ce championnat national.
48. Tous les athlètes prenant part au Championnat national des FAC doivent porter le bonnet de bain et le tatou temporaire que le comité organisateur des sports nationaux des FAC leur aura remis.

ANNEX A

49. All unit F&S Managers are asked to inform all participants that they are on TD and representing their respective region/base/wing and therefore should conduct themselves accordingly.

ATHLETIC TRAINERS

50. Athletic Trainers will be available at 90 University Hours of operation will be displayed on the door.
51. Athletic Trainers will be available both prior to and at each race to provide therapy and assistance in case of injury. More information on the athletic trainers services will be provided at the Pre-Championship briefing.

MISCELLANEOUS

52. Event photos will be posted on our social media account www.facebook.com/CAFSports
53. Get Social and follow us on:
[Facebook](#): @CAFSports
[Instagram](#): @CAFSportsFAC
[YouTube](#): CAF Sports FAC
54. Additional references :
[CAF Connection – Triathlon](#) (Official Site)
[Gatineau Triathlon](#) (Official site)
[CF Triathlon Facebook group](#)
[CAF HP Long Course Triathlon Team group](#)

CONTACT INFORMATION

55. For more information regarding the Championship, contact the event OPI :

Mr. Jean-François Delorme
CAF Sports Coordinator
CFMWS – HQ
Cell: 343-551-7589
delorme.jean-francois@cfmws.com

ANNEXE A

49. Tous les gestionnaires du conditionnement physique et des sports doivent rappeler aux participants qu'ils sont en service temporaire et représentent leur région/base/escadre respective, et qu'ils doivent donc se comporter en conséquence.

SOIGNEURS

50. Les soigneurs seront disponibles au 90, rue Université. Les heures d'opération seront affichées sur la porte.
51. Des soigneurs seront présents avant et pendant chaque épreuve pour fournir aux athlètes l'aide et les soins nécessaires en cas de blessure. Des précisions sur les services fournis par les soigneurs seront données lors de la séance d'information pré-championnat.

DIVERS

52. Les photos de l'événement seront affichées sur notre compte de média social à la page www.facebook.com/CAFSports
53. Sur les médias sociaux, suivez-nous sur :
[Facebook](#) : @CAFSports
[Instagram](#) : @CAFSportsFAC
[YouTube](#) : CAF Sports FAC
54. Autres références :
[Connexion FAC – Triathlon](#) (site officiel)
[Triathlon de Gatineau](#) (site officiel)
[Groupe Facebook CF Triathlon](#)
[Groupe de l'équipe de triathlon HP sur parcours long](#)

COORDONNÉES

55. Pour plus d'information au sujet du championnat, veuillez communiquer avec le bureau de première responsabilité de l'événement :

Jean-François Delorme
Coordonnateur des sports des FAC
QG SBMFC
Cellulaire : 343-551-7589
delorme.jean-francois@sbmfc.com