



47th Annual Canadian Masters
Outdoor Track & Field Championships
Canada Games Athletic Complex
Regina, Saskatchewan
July 29th – 31st, 2022



Sponsored by: Excel Athletika Track and Field Club
Sanctioned by: Canadian Masters Athletics and Saskatchewan Athletics
Meet Director: Jim Langen
CMA Liaison: Vern Christensen

Welcome

Excel Athletika Track & Field Club, Saskatchewan Athletics and Canadian Masters Athletics would like to welcome all masters athletes to the 47th Annual Canadian Masters Outdoor Track and Field Championships. We welcome both Canadian and non-Canadian athletes to the competition.

Athlete Eligibility

Participating athletes resident in Canada must be current masters members of their Provincial branch of Athletics Canada. If resident outside Canada, participants must be members of CMA, USATF or another WMA National Affiliate.
All athletes must be 30 years of age or older on July 29, 2022.
There are no performance standards required for entry in the Championships.

Age Groups

All competition is in 5-year age groups, beginning with ages 30 to 34, 35 to 39, etc., and progressing to the age of the oldest competitor.
Age is calculated as of the first day of the Championship, July 29, 2022.

Entry Information

The entry deadline for the meet is: **6:00 p.m., Friday, July 22, 2022.**
There will be no extensions to this deadline. Entries will not be accepted over the telephone or from e-mails.
All competitors must submit entries using the Trackie registration system. Please paste the following URL into your browser:
<https://www.trackie.com/online-registration/register/2022-canadian-masters-outdoor-track-and-field-championships/475227/>

Please provide a seed/performance for your events. Entries without seeds are placed in the slowest heats/sections of the event.

Direct inquiries to: iflangen@sasktel.net
or
(306) 550-7080

Late Entries

Late entries will be considered in the Meet Office at the track facility only and only if space is available in the event.

Late entries will be accepted using the following deadlines:

- Events on Friday, July 29 - Late entries will not be accepted.
- Events on Saturday, July 30 – 5 pm, Friday, July 29
- Events on Sunday, July 31 – 5 pm, Saturday, July 30

Cash payment only for late entries. Cheques and credit cards not accepted. Exact change required.

Entry Fees

First event: \$35.00

Second event: \$25.00

Combined Events (Pentathlons): \$50.00 each

Additional events: \$20.00 per event. Pentathlon athletes in either discipline will be charged \$25 for a second event and \$20.00 for each additional event.

Relays: \$40.00/team. Relay Teams may be club teams, from different clubs or unattached. Relay Teams may be a combination of age groups but not genders, and must compete in the age group of their youngest competitor. Relay teams must be declared by 10:00 a.m. on the day of the relay in the Meet Office on the form specified for that purpose.

Late entry fee: \$70.00 per event.

Package Pick-up:

Canada Games Athletic Complex, 3025 McDonald Street

9:00 A.M., Friday, July 29

8:00 A.M., Saturday, July 30

8:00 A.M., Sunday, July 31

First Event: 11:00 A.M.

First Event: 9:00 A.M.

First Event: 9:00 A.M.

Competition Rules

World Athletics Rules, as varied by World Masters Athletics.

Records

Canadian age group records set in the Championships will be accepted by the CMA without requiring a completed application form. However, WMA application documents are required for World age group records.

Facilities

Track – Eight lane, 400 metre synthetic with water jump.

Field – Synthetic competition surfaces except throwing circles which are concrete.

Spike length - Track – maximum 7mm; Field - maximum 9mm. Pin spikes only.

27” hurdles will be available in sufficient number to operate the events requiring them.

Pole Vault poles will not be supplied.

FinishLynx electronic timing system.

Dressing rooms with limited locker space are available. Bring your own lock. The LOC will not be responsible in case of loss or theft.

Canteen on site.

Athlete Uniforms

Athletes may compete in Club, Provincial or National uniforms, or other non-offensive athletic clothing.

Bib numbers must be worn on the front with the following exceptions:

- Races finishing in lanes: Back
- Vertical Jumps: Front or back

Racewalk competitors must wear bib numbers on both the front and back, and will be provided with a second bib.

Competitors in the 1500m, 5000m, 10 000m, Steeplechase and Race Walk will also be provided age group numbers for their backs.

Equipment

If approved, athletes are permitted to use personal implements during throws events.

Personal implements become part of the pool of implements used during the competition and may be used by any competitor.

Personal implements must be surrendered for approval to the Technical Manager in the equipment room using the following deadlines:

- Events on Fri., July 29 - 9:00 A.M., Fri., July 29.
- Events on Sat., July 30 – 5:00 P.M., Fri., July 29
- Events on Sun., July 31 – 5:00 P.M., Sat., July 30

Technical Specifications

Hurdle heights, steeplechase heights and implement weights can be found on the CMA website at: <https://canadianmasters.ca/misc-pages/hurdle-throwing-implement-specs/>

Scratches

Please report scratches to the meet office as soon as possible.

Protests

Protests must be submitted in writing to the meet office no later than 30 minutes following the official posting of results. Protests must be accompanied by a \$50.00 deposit which may be forfeited if the protest is disallowed.

Marshalling

Competitors must marshall to their events using the following schedule:

- Track: At least 20 min. prior to the scheduled start time at the marshalling tent.
- Field: At least 30 min. prior to the scheduled start time at the event site.

Results

Schedules, start lists and results will be posted as available at the designated location at the venue.

All printed results will be in appropriate 5-year age groups.

Start lists and results will be posted on the Excel Athletika web site during the meet at:

www.excelathletika.ca

After the meet, results will be posted on the CMA website.

Awards

CMA medals will be awarded to the first, second and third Canadian finishers in each gender and age group in each event. Non-Canadians finishing in the top three will also receive duplicate non-championship medals.

The members of the first-place relay team in each gender and age group will also receive CMA medals.

Awards will be presented at the end of each session or may be picked up later by the athlete, a coach or a team-mate, but unclaimed awards will not be mailed out.

The Harold Morioka Trophy will be presented at the conclusion of the meet to the listed Canadian club which receives the highest number of points in the Championship, based on awarding the following points for placing in each event in each age group and gender, excluding relays: 1st – 7 points; 2nd – 6 points; 3rd – 5; 4th; – 4; 5th – 3; 6th – 2; 7th – 1 point.

Canadian Masters Athletics Annual Awards Dinner

The CMA invites all athletes and others to attend its annual Awards Dinner. After the dinner, CMA's Annual Awards will be presented, including the CMA Athletes of the Year and inductions into the CMA Hall of Fame.

Date: Saturday, July 30, at 7:00 pm after the completion of competition.

Location: Atlas Hotel, 4177 Albert St, 6.2 Km (13 minutes) from the track, and close to many hotels.

Purchase tickets for the banquet for **\$50.00** each on the Trackie website during event registration.

Accommodations

Meet Hotel: The Atlas Hotel
4177 Albert Street
Regina S4S 3R6
Phone: 306-586-3443 or 1-844-586-3443
E-mail: groups@atlashotel.com

Cost:

\$129.95(plus taxes) per room, double occupancy. Complimentary hot breakfast and parking are included. Quote Block Code **#072822NMT** when making reservations to receive the meet rate. Rooms will be held until June 24, 2022.

Transportation

Transportation will be provided for arrivals and departures from the Regina International Airport. Masters athletes will also be provided with transportation to and from the meet hotel to the track.

Arrivals should contact Carol with their arrival information at:

E-mail: clboyd1@myaccess.ca
Phone: 306-591-1160

Tentative Schedule of Events

The schedule of events is tentative and is subject to change based on the number of entries received. Events will stay on the dates specified but the time is variable.

FRIDAY, July 29, 2022

9:00 AM - 8:00 PM Package Pick-up - Canada Games Park
11:00 AM Throws Pentathlon
3:30 PM Outdoor Pentathlon
6:00 PM Opening Ceremonies & Media Run
6:15 PM 10 000m
7:15 PM Awards Presentations

SATURDAY, July 30, 2022

- | | | | |
|-----------------|--------------------------|-----------------|-------------------|
| 9:00 AM | 1500m R/W | | |
| 10:00 AM | 2000m/3000m Steeplechase | 10:00 AM | Hammer - Men |
| | 100m Heats | | Long Jump - Men |
| | 100m Finals | | |
| | | 11:00 AM | Long Jump - Women |
| | | | Hammer - Women |

Awards Presentations

LUNCH

- | | | | |
|----------------|-------------------------------|----------------|--------------------------|
| 1:00 PM | Sprint Hurdles - Heats/Finals | 1:00 PM | Discus - Men |
| | 400m | | Pole Vault - Men & Women |
| | 1500m | | |
| | 4 x 100m Relays | 3:00 PM | Discus - Women |
| | 4 x 800m Relays | | |

Awards Presentations

CMA Annual Awards Dinner, Atlas Hotel, 7:00 PM

SUNDAY, July 31, 2022

- | | | | |
|----------------|----------------|-----------------|----------------------------|
| 9:00 AM | 5000m Racewalk | 9:00 AM | Weight Throw - Men & Women |
| | 5000m | | Shot - Men |
| | 200m Heats | | |
| | 200m Finals | 10:00 AM | Shot - Women |
| | | | High Jump - Men |
| | | 11:00 AM | High Jump - Women |

Awards Presentations

LUNCH

- | | | | |
|----------------|------------------------|----------------|---------------------|
| 1:00 PM | 200m/300m/400m Hurdles | 1:00 PM | Javelin - Women |
| | 800m | | Triple Jump - Men |
| | 4 x 400m Relays | | |
| | | 2:00 PM | Javelin - Men |
| | | | Triple Jump - Women |

Awards Presentations

**47^{es} Championnats canadiens annuels
d'athlétisme vétérans en plein air**
**Canada Games Athletic Complex
Regina (Saskatchewan)
29 – 31 juillet 2022**



Commandités par : Excel Athletika Track and Field Club
Sanctionnés par : Canadian Masters Athletics et Saskatchewan Athletics
Directeur des Championnats : Jim Langen
Liaison avec la CMA : Vern Christensen

Bienvenue

L'Excel Athletika Track & Field Club, Saskatchewan Athletics et Vétérans canadiens en athlétisme (la CMA) aimeraient accueillir tous les athlètes vétérans aux 47^{es} Championnats canadiens annuels d'athlétisme vétérans en plein air. Cette compétition est ouverte aux athlètes canadiens et non canadiens.

Admissibilité des athlètes

Les athlètes participants qui résident au Canada doivent être membres de leur association provinciale membre d'Athlétisme Canada. Celles et ceux qui résident à l'étranger doivent être membres de la CMA, de l'USATF ou d'une autre fédération nationale affiliée à la WMA. Les athlètes doivent avoir au moins 30 ans au 29 juillet 2022. Il n'y a pas de normes de performance à atteindre pour participer aux Championnats.

Groupes d'âge

La compétition se déroule par tranches d'âge de 5 ans, en commençant par les 30 à 34 ans, 35 à 39 ans, etc., jusqu'à l'âge de l'aîné-e de la compétition. L'âge est calculé à partir du premier jour des Championnats, le 29 juillet 2022.

Renseignements pour l'inscription

La date limite d'inscription aux Championnats est le **vendredi 22 juillet 2022, à 18 h.** Aucun délai ne sera accordé après cette date. Les inscriptions ne seront pas acceptées par téléphone ou par courriel. Elles doivent s'effectuer par le système d'inscription **Trackie**. Veuillez copier le lien suivant dans votre navigateur :

<https://www.trackie.com/online-registration/register/2022-canadian-masters-outdoor-track-and-field-championships/475227/>

Veillez fournir une estimation de votre performance pour vos épreuves. Si votre inscription ne comporte pas d'estimation de performance, vous serez placé-e dans la vague ou la section la plus lente de votre épreuve.

Adressez vos questions à l'adresse : jflangen@sasktel.net
ou au
(306) 550-7080

Inscriptions tardives

Les inscriptions tardives ne seront examinées au secrétariat des Championnats, sur les lieux de la compétition, que s'il y a encore de la place pour l'épreuve.

Voici les dates limites d'acceptation des inscriptions tardives :

- Épreuves du vendredi 29 juillet – les inscriptions tardives ne seront pas acceptées.
- Épreuves du samedi 30 juillet – vendredi 29 juillet, à 17 h.
- Épreuves du dimanche 31 juillet – samedi 30 juillet, à 17 h.

Seuls les paiements en espèces seront acceptés pour les inscriptions tardives. Les chèques et cartes de crédit ne seront pas acceptés. Il faudra faire l'appoint, car on ne rendra pas la monnaie.

Frais d'inscription

Première épreuve : 35 \$

Deuxième épreuve : 25 \$

Épreuves combinées (pentathlons) : 50 \$ par pentathlon

Épreuves supplémentaires : 20 \$ par épreuve. Les athlètes de pentathlon de l'une ou l'autre discipline devront payer 25 \$ pour la deuxième épreuve et 20 \$ par épreuve supplémentaire.

Relais: 40 \$ par équipe. • Les équipes de relais peuvent être des équipes de club ou rassembler des membres de clubs différents ou des non affiliés. Elles peuvent combiner plusieurs groupes d'âge, mais ne peuvent pas être mixtes, et elles doivent concourir dans le groupe d'âge de leur membre le plus jeune. Les équipes doivent être déclarées au plus tard à 10 h le jour du relais au secrétariat des Championnats, sur le formulaire prévu à cet effet.

Frais d'inscription tardive : 70 \$ par épreuve.

Récupération des trousseaux

Canada Games Athletic Complex, 3025 McDonald Street

Vendredi 29 juillet, à 9 h

Première épreuve : 11 h

Samedi 30 juillet, à 8 h

Première épreuve : 9 h

Dimanche 31 juillet, à 8 h

Première épreuve : 9 h

Règles des Championnats

Règles de World Athletics, telles qu'elles sont modifiées par World Masters Athletics.

Records

La CMA acceptera les records canadiens de groupes d'âge établis aux Championnats sans exiger de formulaire de demande rempli. Cependant, les formulaires de demande de la WMA sont exigés pour l'homologation des records du monde de groupe d'âge.

Installations

Piste – huit couloirs de 400 m, surface synthétique avec fossé d'eau.

Concours – Surfaces synthétiques, sauf les cercles de lancers, qui sont en ciment.

Longueur maximale des pointes – piste : 7 mm; concours : 9 mm. Pointes en forme de sapin de Noël (*pin spikes*) seulement.

Il y aura des haies de 27 po en quantité suffisante pour les épreuves qui en nécessitent.

Il ne sera pas fourni de perches de saut à la perche.

Chronométrage électronique FinishLynx.

Vestiaires avec un nombre limité de casiers. Apportez votre propre cadenas. Le comité organisateur local (COL) ne sera pas responsable en cas de perte ou de vol.

Cantine sur place.

Uniformes des athlètes

Les athlètes peuvent concourir dans leur uniforme de club, de province ou de nation, ainsi que toute autre tenue sportive convenable.

Les numéros de dossard doivent être portés sur la poitrine pour la plupart des épreuves, avec les exceptions suivantes :

- Courses finissant en couloirs : dans le dos
- Sauts verticaux : sur la poitrine ou dans le dos

Les athlètes participant aux épreuves de marche recevront un deuxième dossard, car ils et elles doivent porter un dossard sur la poitrine et un autre dans le dos.

Les athlètes participant au 1500 m, au 5000 m, au 10 000 m, au steeple et aux épreuves de marche recevront aussi un dossard de groupe d'âge, à porter dans le dos.

Équipement

Les engins personnels sont autorisés pour les épreuves de lancer, à condition d'être approuvés. Ils font alors partie des engins de la compétition et n'importe quel athlète peut les utiliser lors de celle-ci.

Les engins personnels doivent être remis pour approbation au directeur technique dans la salle de matériel dans les délais suivants :

- Épreuves du vendredi 29 juillet – vendredi 29 juillet, à 9 h.
- Épreuves du samedi 30 juillet – vendredi 29 juillet, à 17 h.
- Épreuves du dimanche 31 juillet – samedi 30 juillet, à 17 h.

Spécifications techniques

Les hauteurs des haies et du steeple et les poids des engins figurent dans le site de la CMA à l'adresse <https://canadianmasters.ca/misc-pages/hurdle-throwing-implement-specs/>

Forfaits

Les forfaits doivent être déclarés dès que possible au secrétariat des Championnats.

Réclamations

Les réclamations doivent être déposées par écrit au secrétariat des Championnats dans les 30 minutes qui suivent l'affichage des résultats. Elles doivent être accompagnées d'un dépôt de 50 \$, qui peut être perdu si la réclamation est rejetée.

Appel des athlètes

Les athlètes doivent se présenter à l'appel de leur épreuve dans les délais suivants :

- Piste : au moins 20 min avant l'heure de départ prévue, à la tente d'appel.
- Concours : au moins 30 min avant l'heure de début prévue de l'épreuve, sur le lieu de celle-ci.

Résultats

L'horaire, les listes de départ et les résultats seront publiés à l'endroit désigné sur les lieux. Tous les résultats imprimés seront présentés selon les groupes d'âge de 5 ans concernés. Les listes de départ et les résultats seront affichés sur le site Web Excel Athletika pendant les Championnats, à l'adresse :

www.excelathletika.ca

Après les Championnats, les résultats seront affichés sur le site de la CMA.

Médailles et prix

Des médailles CMA seront décernées aux premier, deuxième et troisième finissants canadiens de chaque sexe et groupe d'âge dans chaque épreuve. Les non-Canadiens se classant aux trois premières places recevront aussi une médaille hors Championnats.

Les membres de l'équipe de relais qui finit à la première place, pour chaque sexe et groupe d'âge, recevront également des médailles CMA.

Les médailles seront remises à la fin de chaque séance. Elles pourront aussi être récupérées plus tard par les athlètes, leur entraîneur ou un membre de leur équipe, mais les médailles non réclamées ne seront pas envoyées par la poste.

Le trophée Harold Morioka sera remis à la fin de la compétition au club canadien inscrit qui reçoit le plus grand nombre de points aux Championnats, les points étant attribués comme suit pour chaque place, par groupe d'âge et sexe, à l'exclusion des relais : 1^{re} place – 7 points; 2^e – 6; 3^e – 5; 4^e – 4; 5^e – 3; 6^e – 2; 7^e – 1.

Souper d'honneur annuel de Vétérans canadiens en athlétisme

Vétérans canadiens en athlétisme (la CMA) convie les athlètes et autres personnes à son souper d'honneur annuel, au terme duquel seront remis les prix annuels de la CMA, soit ceux des athlètes de l'année et les nouvelles intronisations au Temple de la renommée de la CMA.

Date : le samedi 30 juillet, à 19 h, une fois les Championnats terminés.

Endroit : Atlas Hotel, 4177 Albert St, à 6,2 km (13 minutes en voiture) de la piste et à proximité de plusieurs hôtels.

Achetez votre billet pour le banquet au prix unitaire de **50 \$** sur le site Web Trackie pendant l'inscription aux Championnats.

Hébergement

Hôtel des Championnats : Atlas Hotel
4177 Albert Street
Regina S4S 3R6
Tél. : 306-586-3443 ou 1-844-586-3443
Courriel : groups@atlashotel.com

Prix des chambres : 129,95 \$ (plus les taxes) par chambre pour deux personnes, petit déjeuner chaud et stationnement compris. Mentionnez le code **072822NMT** en faisant vos réservations pour bénéficier du prix spécial Championnats. Les chambres sont retenues jusqu'au 24 juin 2022.

Transport

Le transport sera offert en provenance et au départ de l'aéroport international de Regina. Les athlètes vétérans bénéficieront également du transport entre l'hôtel des Championnats et le stade.

Veuillez communiquer vos renseignements d'arrivée à Carol par :

courriel : clboyd1@myaccess.ca
téléphone : 306-591-1160

Horaire provisoire des épreuves

L'horaire suivant est provisoire et susceptible de changer selon le nombre des inscriptions reçues. Les épreuves auront lieu aux dates indiquées, mais l'heure pourrait changer.

VENDREDI 29 juillet 2022

- 9 h – 20 h** Récupération des trousseaux – Canada Games Park
- 11 h** Pentathlon de lancers
- 15 h 30** Pentathlon en plein air
- 18 h** Cérémonie d'ouverture et course des médias
- 18 h 15** 10 000 m
- 19 h 15** Remise des médailles et prix

SAMEDI 30 juillet 2022

- | | | | |
|-------------|-----------------------|-------------|---------------------------|
| 9 h | 1500 m marche | | |
| 10 h | 2000 m/3000 m steeple | 10 h | Marteau – hommes |
| | 100 m haies | | Saut en longueur – hommes |
| | 100 m – finales | | |
| | | 11 h | Saut en longueur – femmes |
| | | | Marteau – femmes |

Remise des médailles et prix

DÎNER

- | | | | |
|-------------|-------------------------------|-------------|-------------------------------------|
| 13 h | Sprint haies – vagues/finales | 13 h | Disque – hommes |
| | 400 m | | Saut à la perche – hommes et femmes |
| | 1500 m | | |
| | Relais 4 x 100 m | 15 h | Disque – femmes |
| | Relais 4 x 800 m | | |

Remise des médailles et prix

Souper d'honneur annuel de la CMA, Atlas Hotel, 19 h

DIMANCHE 31 juillet 2022

- | | | | |
|------------|-----------------|-------------|----------------------------------|
| 9 h | 5000 m marche | 9 h | Marteau lourd – hommes et femmes |
| | 5000 m | | Poids – hommes |
| | 200 m – vagues | | |
| | 200 m – finales | 10 h | Poids – femmes |
| | | | Saut en hauteur – hommes |
| | | 11 h | Saut en hauteur – femmes |

Remise des médailles et prix

DÎNER

- | | | | |
|-------------|-------------------------|-------------|----------------------|
| 13 h | 200 m/300 m/400 m haies | 13 h | Javelot – femmes |
| | 800 m | | Triple saut – hommes |
| | Relais 4 x 400 m | | |
| | | 14 h | Javelot – hommes |
| | | | Triple saut – femmes |

Remise des médailles et prix