

Périodes d'Entraînements | Training Periods

Le parcours sera ouvert aux coureurs seulement pendant les périodes officielles d'entraînement désignées.

The course will be open to racers only during designated official Training times.

Date	XCO	DH
Vendredi/Friday May 24 Mai	ND / NA	<u>11 h 30 – 16 h 30</u> Parcours de DH ouvert toutes les catégories <i>DH course open - all categories</i> <u>14 h 00 – 16 h 30</u> Parcours de DH ouvert Junior Expert & Senior Élite DH course open - Junior Expert and Senior Elite <u>16 h 30 – 18 h 30</u> Parcours de DH ouvert toutes les catégories <i>DH course open - all categories</i>
Samedi/Saturday May 25 Mai	<u>12 h – 19 h</u> Entraînement officiel XCO <i>XCO Official Training</i>	<u>7 h – 9 h</u> Parcours de DH ouvert toutes les catégories <i>DH course open - all categories</i> <u>9 h 30 – 11 h 15</u> Entraînement de descente obligatoire toutes catégories <i>Downhill training mandatory for all categories</i> <u>11 h 15 – 12 h 15</u> Entraînement de descente obligatoire Senior Élite / Junior Expert <i>Downhill training mandatory for Senior Elite / Junior Expert</i>
Dimanche/Sunday May 26 Mai	<u>6 h 50 – 7 h 30</u> Parcours de XCO ouvert <i>XCO course open</i>	ND / NA

**Horaire complet de la fin de semaine | Complete Weekend Schedule****XCO****SAMEDI 25 MAI | SATURDAY MAY 25**

11 h 00 – 19 h 00	Bureau des inscriptions ouvert, cueillette des plaques <i>Registration open - number plate pick-up</i>
12 h 00 – 19 h 00	Entraînement officiel XCO <i>XCO Official Training</i>
19 h 00	Rencontre des clubs / entraîneurs XCO /coureurs indépendants XCO <i>XCO club/coaches/riders meeting</i>

DIMANCHE 26 MAI | SUNDAY MAY 26

6 h 50 – 12 h	Bureau d'inscription ouvert pour les coureurs préinscrits en XCO <i>Registration Office open for preregistered XCO participants only</i>
6 h 50 – 7 h 30	Parcours de XCO ouvert <i>XCO course open</i>
7 h 30	Appel des coureurs <i>Rider call-up</i>
7 h 45	1ER DÉPART/1ST START - Atome M/H & W/F
8 h 00	Appel des coureurs <i>Rider call-up</i>
8 h 15	2E DÉPART/2ND START - Pee Wee M/H & W/F
8 h 45	Appel des coureurs <i>Rider call-up</i>
9 h 00	3E DÉPART/3RD START - Minime M/H & W/F
9 h 50 – 10 h 20	Parcours XCO ouvert pour les coureurs des 4e, 5 ^e , 6e et 7e départs <i>XCO course open - riders of 4th, 5th, 6th and 7th starts only</i>
9 h 55 – 10 h 55	La récréation Bibitte & Coccinelle dans la zone des jeux d'habiletés <i>Bibitte and Coccinelle skill-session in the play zone</i>
10 h 10	Remise des médailles pour les 1er, 2e et 3e départs <i>Award ceremonies for 1st, 2nd and 3rd starts</i>
10 h 15	Appel des coureurs <i>Rider call-up</i>
10 h 30	4E DÉPART/4TH START 17-29 Sport M Maître Sport M 30-39 Maître Sport 40 + M Cadet sport M



CyclingCANADA Cyclisme



CROSSROADS
TREMBLANT

	15 – 29 sport F 30 et + sport F
12 h 15	Appel des coureurs <i>Rider call-up</i>
12 h 30	5E DÉPART/5TH START Cadet Expert M Maître Expert 30-39 M Senior Expert M Maître Expert 40-49 M Maître Expert 50-59 M Maître Expert 60 + M Cadet Expert F Expert 19-39 F Maître Expert 40+ F
12 h 45	Remise des médailles pour le 4e départ <i>Award ceremonies for-4th start</i>
14 h 15	Appel des coureurs <i>Rider call-up</i>
14 h 30	6E DÉPART/6TH START Junior Expert M/H Junior Expert W/F
14 h 45	Remise des médailles pour le 5 ^e départ <i>Award Ceremony for 5th start</i>
15 h 45	Appel des coureurs <i>Rider call-up</i>
16 h 00	7E DÉPART/7TH START Senior Elite M/H Senior Elite W/F
18 h 00	Remise des médailles pour le 6 ^e & 7 ^e départ <i>Award Ceremonies for 6th & 7th start</i>