

CFMWS HQ  
Ottawa, ON K1A 0K2

5596-17 (MCAFS)

March 11 2025

CANADIAN ARMED FORCES NATIONAL  
TRIATHLON CHAMPIONSHIP  
CFMWS HQ, 26-29 JUNE 2025

References:

- A. [PSP Policy Manual](#)
- B. [CAF Sports Championships Operations Manual, Chapter 22](#)
- C. NRSM Meeting Record of Decision 2025

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

Gestionnaire supérieure des sports des FAC,  
QG des Services de bien-être et moral des Forces canadiennes,



Valérie Savard  
Senior Manager, CAF Sports  
Canadian Forces Morale and Welfare Services HQ

Distribution List

Patron/MGen D.E. Molstad  
Co-Patron/CWO F. Nolin  
Chief Official TBC  
CISM TM/LCol E.J. Travis  
CISM Coach/Maj D.M. Simpkin  
RSMgrs  
CAFSO

ANNEXES:

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

QG SBMFC  
Ottawa ON K1A 0K2

5596-17 (GSFAC)

Le 11 mars 2025

CHAMPIONNAT NATIONAL DE TRIATHLON DES  
FORCES ARMÉES CANADIENNES  
QG SBMFC, DU 26 AU 29 JUIN 2025

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, 2025

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

Liste de distribution

Président d'honneur : Mgen D. E. Molstad  
Co-président : Adjuc F. Nolin  
Officiel(le) 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 ralliement  
Annexe B – Règlements du triathlon des FAC, chapitre 22  
Annexe C – Liste d'admissibilité  
Annexe D – Calendrier des événements

**2025 CANADIAN ARMED FORCES  
NATIONAL TRIATHLON CHAMPIONSHIP  
JOINING INSTRUCTIONS**

**GENERAL**

1. The 2025 Canadian Armed Forces National Triathlon Championship will be held in conjunction with the Sail Challenge CAP Quebec triathlon, 26 - 29 June 2025.

**ORGANIZATION**

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

Patron: MGen D.E. Molstad  
Co-Patron/F. Nolin  
Chairperson/Denis Gaboury  
Organizer & Technical Advisor/Jean-François Delorme  
Assist. Organizer/Peter 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).

**INSTRUCTIONS DE RALLIEMENT –  
CHAMPIONNAT NATIONAL DE TRIATHLON DES  
FORCES ARMÉES CANADIENNES DE 2025**

**GÉNÉRALITÉS**

1. Le Championnat national de triathlon des Forces armées canadiennes (FAC) de 2025 aura lieu du 26 au 29 juin 2025, conjointement avec le Triathlon Sail Challenge Cap Quebec.

**ORGANISATION**

2. Le comité organisateur est composé des membres suivants :

Président d'honneur : Mgén D.E. Molstad  
Co-président : F. Nolin  
Président : Denis Gaboury  
Organisateur/conseiller technique : Jean-François Delorme  
Organisateur adjoint : Peter Gibson  
Officiel(le) en chef : À confirmer  
Soigneuse ou 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 de natation, 40 km de vélo, 10 km de course
  - b. Sprint  
750 m de natation, 20 km de vélo, 5 km de 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).

**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 12 May 2025**, not through the SAIL CHALLENGE CAP QUEBEC 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 2025**

**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 19 May 2025**

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 2025.** **Any changes or requests to the travel information after this date must be submitted immediately.**

**INSCRIPTION AU CHAMPIONNAT**

6. Les participantes et participants s'étant qualifié(e)s conformément à l'Annexe B doivent remplir l'Annexe C au complet et la soumettre à la coordonnatrice ou au coordonnateur des sports des PSP de leur base **AU PLUS TARD le 12 mai 2025**, et non par l'intermédiaire des sites Web de SAIL CHALLENGE CAP QUÉBEC ou de Triathlon Québec. **Les coordonnatrices et coordonnateurs des sports des PSP de la localité peuvent devancer la date de soumission de participation.** Veuillez consulter la coordonnatrice ou le coordonnateur des sports des PSP de votre base pour plus de détails.

Les **coordonnatrices ou coordonnateurs des sports des PSP de la base** doivent consolider la Liste d'admissibilité des athlètes de leur base (Annexe C) et l'envoyer par courriel à la ou au gestionnaire des sports régionaux **AU PLUS TARD le 14 mai 2025.**

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 19 mai 2025.**

7. Si une ou un athlète se qualifie pour plus d'une épreuve, elle ou il doit préciser son premier choix.
8. La coordonnatrice ou le coordonnateur des sports des PSP de la base doit envoyer les preuves de temps obtenus et les numéros d'inscription provinciale des athlètes. Elle ou il doit s'assurer que les athlètes ont atteint les temps de qualification minimums correspondant à leur âge, genre, distance et catégorie choisies.
9. Si une ou un 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. Les athlètes, les officielles et officiels et les soigneuses et soigneurs doivent remplir **l'Annexe C – Fiche d'information sur les équipes AU PLUS TARD le 31 mai 2025. Tout changement apporté à la Fiche d'information après cette date doit être transmis immédiatement.**

**SCHEDULE OF EVENTS**

11. The following are mandatory events for all participants unless stated otherwise:
- a. **Virtual Pre-Championship Briefing (Mandatory: Hosted by CAFSO)**  
Date: Thursday June 18th 2025  
Location: MS Teams.  
 Details of the championship will be provided and CAF athletes will have the opportunity to have their questions answered.
  - b. **Kit pick-up and final Brief (MANDATORY) 27 June 2025,**  
 Location and timing will be confirmed in final instructions,  
 Briefing, Meet race VIP's, organizers, trainers, and distribution of race bibs and CAF race packages.
  - b. **Travel/Convoy to Race Site 28 June 2025**  
**Olympic – Departure time – TBC in final instructions**  
**Sprint – Departure time – TBC in final instructions**  
  
 Athletes staying at the University of Laval will drive to the race site. Members will meet in the lobby. A designated member will lead each “car group” to the race site.
  - c. **Races**  
**28 June, TBC (Olympic)**  
**28 June, TBC (Sprint)**  
 Timings are subject to change and will be confirmed in the Final Instructions.

**CALENDRIER DES ACTIVITÉS**

11. Les participantes et participants doivent se présenter obligatoirement aux activités suivantes :
- b. **Séance d'information préchampionnat virtuelle (Obligatoire : organisée par le BSFAC)**  
Date : Le jeudi 18 juin 2025  
Plateforme : Microsoft Teams  
 Les athlètes obtiendront des détails sur le championnat et auront la possibilité d'obtenir des réponses à leurs questions.  
  
**Collecte des trousseaux et dernière séance d'information (OBLIGATOIRE) 27 juin 2025**  
 L'emplacement et l'horaire seront confirmés dans les instructions finales.  
 Séance d'information, rencontre des invités de marque, des organisatrices et organisateurs, des soigneuses et soigneurs, et remise des dossards et des trousseaux du championnat des FAC.
  - b. **Déplacements vers le lieu de la compétition 28 juin 2025**  
**Distance olympique – Heure de départ - À confirmer dans les instructions finales**  
**Sprint – Heure de départ - À confirmer dans les instructions finales**  
 Les athlètes qui demeurent à l'Université Laval conduiront jusqu'au site de la compétition et se rencontreront dans le hall d'entrée. Une personne désignée conduira chaque groupe en véhicule vers le site de la compétition.
  - c. **Courses**  
**28 juin, à confirmer** (distance olympique)  
**28 juin, à confirmer** (sprint)  
 Les heures sont assujetties à des changements et seront confirmées dans les instructions finales.

**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 Quebec Region (host site).
13. 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**.
14. The Event Head Trainer & Chief Official are authorized to arrive the evening of **26 June 2025**.
15. A detailed “Method of Transportation” will be provided in the Final Instructions after all regional eligibility lists have been received.

**DRIVING REGIONS**

16. The arrival date and time for all members from the Ontario, Quebec and Atlantic region is **27 June 2025 1500 hrs.**
17. 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:

	<b><u>Rental</u></b>	<b><u>Fuel</u></b>
<b>Cost Centre</b>	2288BH	2288BH
<b>Fund</b>	C109	C109
<b>Fund Center</b>	2288AV	2288AV
<b>GL</b>	<b>5801</b>	<b>7217</b>
<b>IO</b>	11751530	11751530

18. 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

**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 participantes et participants de la région de Québec, qui est le site hôte.
13. 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 est le **0101-5100-8200-000-02219-0000**.
14. La soigneuse principale ou le soigneur principal de l'événement et l'officielle ou l'officiel en chef ont l'autorisation d'arriver le **26 juin 2025** en soirée.
15. 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**

16. Les athlètes des régions de l'Ontario, du Québec et de l'Atlantique doivent arriver le **27 juin 2025, à 15 h.**
17. La coordonnatrice ou le coordonnateur des sports des PSP de la base doit réserver le transport terrestre pour les athlètes 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 :

	<b><u>Location</u></b>	<b><u>Carburant</u></b>
<b>Centre des coûts</b>	2288BH	2288BH
<b>Compte</b>	C109	C109
<b>Centre de fonds</b>	2288AV	2288AV
<b>GL</b>	<b>5801</b>	<b>7217</b>
<b>IO</b>	11751530	11751530

18. Si une ou un 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 athlètes d'une même base fassent du covoiturage. Celles et

## ANNEX A

take their PMV instead of the provided vehicle transport will not be entitled to reimbursement.

### **PARKING**

19. Parking at the event will be provided through the event organizers. More information will be provided in the Final instructions.
20. Parking at the University Laval residences is included. (MORE INFORMATION)
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.

### **FLYING REGIONS (Flights)**

22. All members from the Atlantic (Limited) and Canada West regions will fly into the Jean Lesage International Airport (Quebec) which is located approximately 12 kms (or 15 mins) from [Residences Université Laval, 2255 Rue de l'Université #1601, Québec City, Quebec G1V 0A7](#)
23. The arrival date and time for all other bases from in the Atlantic (if required) and Canada West region is **26 June 2025**, unless previously authorized by the CAFSO.
24. Return flights for everyone are to be booked for **29 June 2025** at the earliest departure time for return to home base.
25. 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](#), [West](#)

## ANNEXE A

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**

19. Les organisatrices et organisateurs de l'événement fourniront des détails sur le stationnement à l'événement. Les instructions finales contiendront plus d'information.
20. Le stationnement aux résidences de l'Université Laval est compris. (PLUS D'INFORMATION).
21. **Seules les conductrices ou conducteurs autorisés recevront le remboursement pour le 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 militaires dont le nom ne figure pas sur la liste des conductrices et conducteurs autorisés peuvent faire l'achat d'un permis de stationnement à leurs frais, lesquels ne leur seront pas remboursés par le BSFAC.

### **ATHLÈTES QUI SE RENDENT AU CHAMPIONNAT EN AVION (Vols)**

22. Les militaires des régions de l'Atlantique (nombre limité) et du Canada Ouest arriveront à l'Aéroport international Jean-Lesage (Québec) situé à environ 12 km (ou à 15 minutes) des [résidences de l'Université Laval, 2255, rue de l'Université, local 1601, Québec \(Québec\) G1V 0A7](#).
23. La date et l'heure d'arrivée des athlètes de toutes les autres bases des régions de l'Atlantique (le cas échéant) et du Canada Ouest sont le **26 juin 2025**, à moins d'avoir obtenu une autorisation préalable du BSFAC.
24. Les vols de retour à la base d'appartenance des athlètes doivent être réservés pour le **29 juin 2025** le plus tôt possible dans la journée.
25. 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 employé(e)s des Fonds non publics de certains frais de bagage; une pièce d'identité militaire (carte NDI) doit être présentée afin d'obtenir une exemption des frais. La ou le militaire doit confirmer avant son départ que le QG SBMFC couvre les frais associés aux bagages supplémentaires auprès du transporteur aérien ([Air Canada](#),

## ANNEX A

Jet. No luggage will be covered without prior approval through your local PSP Sports Coordinator.

26. 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**.
27. 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**

28. Ground transportation for participants from the flying regions to/from the Quebec airport will be taxi. Members are to be dropped off at Residences Université Laval, 2255 Rue de l'Université #1601, Québec City, Quebec G1V 0A7. Members must keep all taxi receipts and add it to their claim for reimbursement. Members without a receipt will not be reimbursed.
29. 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 baggage collection of the Jean Lesage Airport

## ANNEXE A

WestJet). Aucuns frais de bagage ne seront couverts sans une approbation préalable de votre coordonnatrice ou coordonnateur des sports des PSP.

26. 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**.
27. Les athlètes 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 de votre vélo ou équipement. **Nous vous encourageons à souscrire une assurance personnelle.**

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

#### **ARRIVÉES**

28. Le transport terrestre des participantes et participants qui arrivent par avion sera le taxi en provenance et à destination de Québec. Le taxi les déposera aux résidences de l'Université Laval, 2255, rue de l'Université, local 1601, Québec (Qué), G1V 0A7. Les athlètes doivent conserver tous leurs reçus de taxi et ajouter le montant à leur demande de remboursement. Aucun remboursement ne sera effectué sans reçu.
29. On s'attend à ce que les militaires 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 soigneuses et soigneurs et des officielles et officiels se trouve à la zone de récupération des bagages de l'Aéroport Jean-Lesage.



30. 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. Please contact your local PSP Base Sports Coordinator for more information.
31. 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**

32. Carpooling/taxi departure schedules will be available at the CAFSO Welcome Booth located in the lobby of [Residences Université Laval, 2255 Rue de l'Université #1601, Québec City, Quebec G1V 0A7.](#)
33. Members will meet in the lobby at their scheduled departure time as listed on the taxi schedule (a minimum of 2 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**

34. Upon arrival, all participants will report to the welcome booth located in the lobby of Service des résidences de l'Université Laval, Pavillon Alphonse-Marie-Parent, 2255, rue de l'Université Local 1618, Québec, QC, Canada, G1V 0A7
35. Early check-in for athletes arriving on 26 June 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.
36. 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 2025 CAF National Triathlon Championship.

30. L'horaire de transport par taxi/covoiturage en direction et en provenance de l'aéroport sera établi en fonction des renseignements que les gestionnaires des sports régionaux respectifs auront transmis à l'Annexe C. Veuillez communiquer avec la coordonnatrice ou le coordonnateur des sports des PSP de votre base pour plus de renseignements.
31. 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 coordonnatrice ou coordonnateur des sports des PSP immédiatement et le personnel au kiosque d'accueil à votre arrivée.

### **DÉPARTS**

33. L'horaire de transport par taxi/covoiturage sera également affiché au kiosque d'accueil des PSP situé dans le hall d'entrée des [résidences de l'Université Laval, local 1601, au 2255, rue de l'Université, Québec \(Qué\) G1V 0A7.](#)
34. Les militaires 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 deux heures avant le départ de leur vol). La ou le militaire dont le nom est surligné sur l'horaire de transport devra réserver le taxi.

### **FORMALITÉS D'ARRIVÉE**

35. À leur arrivée, les participantes et participants doivent se présenter au kiosque d'accueil dans le hall d'entrée du Service des résidences de l'Université Laval, Pavillon Alphonse-Marie-Parent, au 2255, rue de l'Université, local 1618, Québec (Qué), Canada, G1V 0A7.
36. On demande aux athlètes qui arrivent le 26 juin de se présenter plus tôt à la résidence; toutefois, **l'heure d'arrivée officielle** aux résidences de l'Université Laval **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 2025.



**QUARTERS**

37. All participants (minus participants from the Quebec city region) will be assigned to [Residences Université Laval, 2255 Rue de l'Université #1601, Québec City, Quebec G1V 0A7](#).
38. There will be two participants per room. The rooms are dorm style; a complete list of room amenities can be found by visiting: <https://www.residences.ulaval.ca/en/short-term-accomodations/short-term-accommodations-rooms>
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.
42. There will be no changes to accommodations after **20 June, 2025. Athletes who cancel after this date will be charged the cancellation fee.**

**CLEARING OUT PROCEDURES**

43. Check-out must be completed NLT 11:00hrs on Sunday, 29 June 2025.
44. Leave all linens and room belongings in the room (sheets, towels, etc.). Return your keys to the front desk of the University Residence key drop off.

**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.

<b>Date</b>	<b>Breakfast</b>	<b>Lunch</b>	<b>Dinner</b>
Thur, 26 June	n/a	Claim (\$)	Claim (\$)
Fri, 27 June	Claim (\$)	Claim (\$)	Claim (\$)
Sat, 28 June	Claim (\$)	Claim (\$)	Claim (\$)
Sun, 29 June	Claim (\$)	Claim (\$)	Claim (\$)

**DRESS AND CONDUCT**

46. CAF uniforms are not required to be worn at this National Championship.

**LOGEMENT**

38. Une chambre sera assignée aux participantes et participants (à l'exception de celles et ceux de la région de la ville de Québec) aux [résidences de l'Université Laval, 2255, rue de l'Université, local 1601, Québec \(Qué\) G1V 0A7](#).
39. Deux participantes ou deux participants se partageront une unité. Les chambres sont de style dortoir; voir la liste complète des commodités dans les chambres à la page suivante : [Chambres en hébergement hôtelier | Service des résidences | Université Laval](#)
40. Les militaires 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 militaires 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. Aucun changement ne peut être apporté aux réservations des chambres après le **20 juin 2025. 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 29 juin 2025, à 11 h.
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.

**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 militaires, le cas échéant.

<b>Date</b>	<b>Déjeuner</b>	<b>Dîner</b>	<b>Souper</b>
Jeudi 26 juin	S.O.	Réclamation (\$)	Réclamation (\$)
Vend. 27 juin	Réclamation (\$)	Réclamation (\$)	Réclamation (\$)
Sam. 28 juin	Réclamation (\$)	Réclamation (\$)	Réclamation (\$)
Dim. 29 juin	Réclamation (\$)	Réclamation (\$)	Réclamation (\$)

46.

**TENUE ET CONDUITE**

47. Les militaires n'ont pas à porter leur uniforme des FAC durant ce championnat national.

47. All athletes competing under the CAF National Triathlon Championship must wear the provided event swim cap and CAF Sports temporary tattoo provided by the CAF National Sports organizing committee.
48. 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**

49. Athletic Trainers will be available at the event site. Hours of operation will be provided in the final instructions.
50. 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**

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

### **CONTACT INFORMATION**

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

Mr. Jean-François Delorme  
 CAF Sports Coordinator  
 CFMWS – HQ  
[delorme.jean-francois@cfmws.com](mailto:delorme.jean-francois@cfmws.com)

48. Les athlètes prenant part au Championnat national de triathlon des FAC doivent porter le bonnet de bain et le tatou temporaire que le comité organisateur des sports nationaux des FAC leur aura remis.
49. Les gestionnaires du conditionnement physique et des sports doivent rappeler aux militaires qu’elles et ils sont en service temporaire, représentent leur région/base/escadre respective et doivent donc se comporter en conséquence.

### **SOIGNEUSES ET SOIGNEURS**

50. Les soigneuses et soigneurs seront disponibles sur le site du championnat. Les heures d’opération seront fournies dans les instructions finales.
51. Des soigneuses et soigneurs seront sur place avant et pendant chaque épreuve pour fournir aux athlètes l’aide et les soins nécessaires en cas de blessure. La séance d’information préchampionnat fournira plus de détails sur les services fournis par les soigneuses et soigneurs.

### **DIVERS**

52. Les photos de l’événement seront affichées sur notre compte de média social à la page [www.facebook.com/CAFSports](http://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)  
[Challenge CAP Quebec](#) (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  
[delorme.jean-francois@sbmfc.com](mailto:delorme.jean-francois@sbmfc.com)