



École primaire McCaig Elementary School

501 Northcote, Rosemere, Qc. J7A 1Y1
Telephone: (450) 621-6111 Fax: (450) 621-6044

Cross Country Running Team

Thursday, September 23rd, 2010

Dear Parents,

Your child has signed up for the Cross-Country Running Club and will take part in the **Regional Cross Country Running Championship** representing Mc Caig Elementary School on **Wednesday, October 6th, 2010** at the Polyvalente de St-Jérôme (*in Saint-Jérôme*).

Grades 4 students will have to complete a 1.5km race and grades 5 and 6 will have to complete a 2 km race. (Students are to run the entire course.)

Because of the early start time for the event, parents will have to provide or make transportation arrangements to arrive at Mc Caig no later than 7:30 am.

The event will take place **rain or shine**. We would ask students to dress appropriately for the weather. (No jeans) Students are also asked to **bring a lunch, snacks and extra beverage**. Students will be back in time to take their regular school bus home.

The cost to partake in the cross-country running club is \$25.00. (This amount includes bus transportation, event registration fees, etc.)

Parents are welcome to come and cheer for their child. As there is limited seating on the bus, parents may follow the bus or meet us there. (see directions on map)

You are asked to complete and return this permission slip by **Tuesday September 28th 2010 with your money.** (Late permission slips will not be accepted)

Mr. Dan Strina – (Phys.Ed/Science)

Ms Kristen Crowdis (Phys. Ed)

Permission form

My son/daughter _____ in grade _____ will be attending cross-country running team practices and the Cross Country Regional race on Wednesday, October 6th, 2010.

(Please check the following)

I would like to volunteer for this event

Name _____ Tel. _____

Signature

Date

CSR - cross-country 2010

Horaire préliminaire – Mercredi 6 octobre 2010

8h30 – 9h00 Arrivée des participants (es)

8h30 – 09h30 Visite libre des parcours

À l'arrivée, remise des documents et des dossards à l'entraîneur

9h30 Réunion des entraîneurs

10 h 00 Quatrième année - filles ÉLITE et PARTICIPATION 1.5 km

10 h 30 Quatrième année - garçon ÉLITE et PARTICIPATION 1.5 km

11 h 00 Cinquième année - filles ÉLITE et PARTICIPATION 2 km

11 h 30 Cinquième année - garçons ÉLITE et PARTICIPATION 2 km

12 h 00 Sixième année - filles ÉLITE et PARTICIPATION 2 km

12 h 30 Sixième année - garçons ÉLITE et PARTICIPATION 2 km

13 h 00 Remise des bannières et des médailles

13 h 30 Départ des autobus

Attention!

*** La ligne de départ du volet PARTICIPATION sera 10 mètres derrière celle du volet ÉLITE ***
Le comité organisateur se réserve le droit de jumeler les deux volets pour un même départ par catégorie et par sexe advenant que le nombre de participants le justifie. Dans cette éventualité, l'ensemble des athlètes sera considéré ÉLITE et l'horaire changera.

DIRECTIONS:

Driving directions to École Polyvalente Saint-Jérôme

Via Autoroute 15 N - 30 mins



École Primaire McCaig
501 NORTHCOTE RUE
Rosemère, QC J7A 1Y1

1. Head **southwest** on **Rue Northcote** toward **Montée Lesage** 41 m
2. Take the 1st **right** onto **Montée Lesage** 800 m
3. Continue onto **Chemin du Bas de Sainte Thérèse** 800 m
4. Turn **right** at **Rue du Vieux Moulin** 130 m
5. Turn **right** to merge onto **Autoroute 640 W** toward **Saint Eustache** 3.7 km
6. Take exit **20** to merge onto **Autoroute 15 N** toward **Montréal/Saint-Jérôme/Boisbriand** 22.8 km
7. Take exit **43-E** toward **Saint-Jérôme/Centre- Ville** 600 m
8. Merge onto **Rue de Martigny O** 1.2 km
9. Turn **left** at **Rue Saint Georges/QC-117 N** 800 m
10. Turn **right** at **Rue Filion** 1.0 km
11. Make a **U-turn** at **Rue des Prés** 220 m



École Polyvalente Saint-Jérôme
535 FILION RUE
Saint-Jérôme, QC J7Z 1J6