



ALL COMPETITION INFORMATION CAN BE FOUND AT SPEEDSKATING.CA / TOUTES LES INFORMATIONS SUR LA COMPÉTITION SONT TROUVÉES SUR SPEEDSKATING.CA

Friday January 2nd / Vendredi 2 janvier

17:30 Coaches Meeting / Rencontre des entraîneurs Online / En ligne

ALL COMPETITION INFORMATION CAN BE FOUND AT SPEEDSKATING.CA / TOUTES LES INFORMATIONS SUR LA COMPÉTITION SONT TROUVÉES SUR SPEEDSKATING.CA

Saturday January 3rd / Samedi 3 janvier

Start / Départ	Category / Catégorie	Distance	Number of skaters / Nombre de patineurs	Series x time / Séries x temps	Time / Temps Competition / Compétition	Time / Temps Ice resurfacing / Glace	End / Fin
09:00	Warm-up / Échauffement - Women / Femmes				00:20:00		09:20
09:20	Warm-up / Échauffement - Men / Hommes				00:20:00		09:40
09:40	Ice resurfacing (3 lanes) / Glace (3 corridors) **					00:30:00	10:10
10:10	Preparation				00:05:00		10:15
10:15	Women / Femmes	500m *	19	P : 10 x 1'30	00:15:00		10:30
10:30	Ice resurfacing (2 lanes) / Glace (2 corridors) **					00:20:00	10:50
10:50	Preparation				00:05:00		10:55
10:55	Men / Hommes	500m *	29	P : 15 x 1'30	00:22:30		11:17
11:17	Technical break / Pause technique				00:05:00		11:22
11:22	Medal ceremony / Cérémonie des médailles	500 m	Lunch / Dîner		00:08:00		11:30
11:30	Échauffement / Warm-up (3000m / 5000 m)				00:20:00		11:50
11:50	Ice resurfacing (3 lanes) / Glace (3 corridors) **					00:30:00	12:20
12:20	Preparation				00:05:00		12:25
12:25	Women / Femmes	3000m *	16	P : 8 x 6'	00:48:00		13:13
13:13	Medal ceremony / Cérémonie des médailles	3000m			00:08:00		13:21
13:21	Ice resurfacing (2 lanes) / Glace (2 corridors) **					00:20:00	13:41
13:41	Preparation				00:05:00		13:46
13:46	Men / Hommes	5000m	16	P : 8 x 8'	01:04:00		14:50
14:50	Medal ceremony / Cérémonie des médailles	5000m			00:08:00		14:58
14:58	END (approximate) / FIN (approximative)						

* Team Selection Event / Sélection d'équipe

** No skaters allowed on ice until Zamboni is off. / Aucun patineur autorisé sur la glace avant que la surfaceuse à glace n'ait terminé.

No trains of more than 2 skaters together. / Pas plus de 2 patineurs ensemble pendant l'entraînement.

No accelerations on the start turn and through the start area. / Pas d'accélération au premier virage et dans la zone de départ.

All skaters must provide their own armbands. / Tous les patineurs doivent fournir leurs propres brassards.

Rest on inside of warmup lane / Repos dans le corridor d'échauffement.