



PLEASE DO NOT LITTER!

We greatly appreciate the residents who cheer on our participants and allow us to host this historic race through their neighbourhoods and communities. We want to leave their area clean and litter free. Please dispose of your gel packs, tissues, etc at the water stations where there are garbage receptacles.

TIMING CHIP INSTRUCTIONS

Single-use souvenir chip:

All participants receive a souvenir, single-use ChampionChip. You can either keep it after the event as a souvenir or drop it into one of the blue chip recycling bins after the event (all info will be deleted and the chip will be re-used).

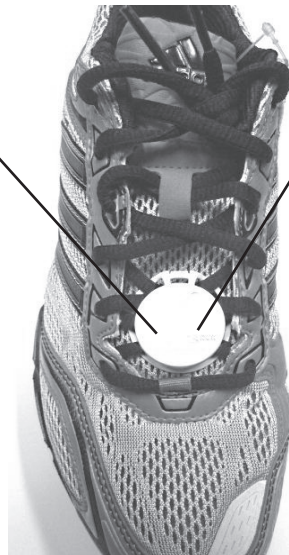
Note: This single-use chip will only work at this event, this year. Do not attempt to use it for any future event as it will not record and could interfere with the detection of another chip.

Puce souvenir à utilisation simple:

Tous les participants reçoivent une puce souvenir Champion Chip à utilisation simple. Vous avez le choix de garder la puce au fil d'arrivé ou de la placer dans un bac de recyclage prévue à cet effet. Prendre note que cette puce à une utilisation simple et fonctionnera seulement pour cet événement. On vous recommande de l'enlever après la course.

Wear timing chip on your shoe laces:

- ▶ Make sure chip is flat on your shoe
- ▶ Simply tie the chip onto your shoelaces. **It will only work on your shoe.**
- ▶ Do NOT place the chip near metal. (eg, road id, ipod on shoe, etc...)
- ▶ Pin your bib number to the front of your running shirt. Please do not modify the bib.
- ▶ **Relays:** Chip must be passed from runner to runner, shoe laces to shoe laces. It will NOT work on a ankle strap. The chip must be FLAT on the shoe.



Portez la puce sur vos espadrilles:

- ▶ Assurez vous que la puce est placée à plat dans vos lacets d'espadrille.
- ▶ Il suffit d'attacher la puce sur vos lacets. **Ça fonctionne que sur vos chaussures.**
- ▶ La puce ne doit pas toucher à aucun métal
- ▶ Attacher votre dossard sur le devant de votre chandail avec les épingles fournies, ne pas modifier votre dossard.
- ▶ **Relais:** La puce doit être passé de coureur en coureur, de lacets à lacets. **Ça fonctionne que sur les chaussures. La puce doit être à plat sur la chaussure.**



Sign up for facebook updates, click on the facebook icon at www.sportstats.ca
Inscrivez vous aux nouvelles sur facebook à partir de www.sportstats.ca



LIVE RESULTS AT www.SportStats.ca