



RACE GUIDE

September 13, 2026

TABLE OF CONTENTS

Schedule of Events	3
Addresses for GPS	5
Preparing for the race	8
Insurance	12
Correct BIB Number & Placement	14
Official Race Jersey	16
GFNY Gear	16
Spectators	17
The Start	18
Course	19
Important Race Information	21
After the race	29
Medals, Qualification and Rankings	30
Official Photography: Sportograf	32

SOMMAIRE

Programme de l'événement	4
Itinéraire GPS	5
Préparatifs de course	10
Assurance	13
Placement correct de dossard et plaque de vélo	15
Maillot officiel de la course	16
Équipe GFNY	16
Spectateurs	17
Le départ	18
Parcours	19
Informations importantes sur la course	25
Après la course	29
Médailles, qualifications, classements	30
Photographies officielles : Sportograf	32

SCHEDULE OF EVENTS

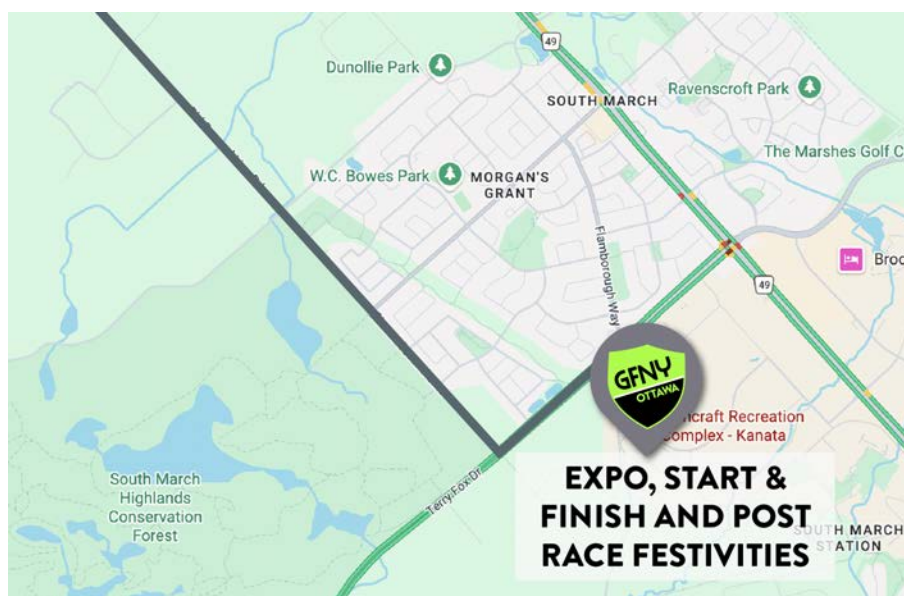
FRIDAY, SEPTEMBER 11			
9AM		Group Ride, 2hrs	Richcraft Recreation Complex
3PM	5PM	Expo & Registration open	Richcraft Recreation Complex
SATURDAY, SEPTEMBER 12			
9AM		Group Ride, 1-2hrs Register below	
9AM	7PM	Expo & Registration open	Richcraft Recreation Complex
SUNDAY, SEPTEMBER 13			
6:00AM		Start area opens & recommended arrival time to the Start Area	Richcraft Recreation Complex
6:45AM		Start Corrals close	Richcraft Recreation Complex
7:00AM		START of GFNY Ottawa	Richcraft Recreation Complex
9:00AM		Recovery Zone opens & Post-race meal begins	Richcraft Recreation Complex
10:00AM		2nd Loop Cutoff	Richcraft Recreation Complex
11:30AM		First multi-finisher ceremony	Richcraft Recreation Complex
12:00PM		Awards Ceremony	Richcraft Recreation Complex
12:30PM		Second multi finisher award ceremony	Richcraft Recreation Complex
1:00PM		Course closes	Richcraft Recreation Complex
2:00PM		End of Festivities	Richcraft Recreation Complex

CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS

VENDREDI, 11 SEPTEMBRE			
9AM		Randonnée de groupe, 2h	Richcraft Recreation Complex
3PM	5PM	Expo et inscriptions ouvertes	Richcraft Recreation Complex
SAMEDI, 12 SEPTEMBRE			
9AM		Randonnée de groupe, 1 à 2 heures. Inscription ci-dessous.	
9AM	7PM	Expo et inscriptions ouvertes	Richcraft Recreation Complex
DIMANCHE, 13 SEPTEMBRE			
6:00AM		Ouverture de la zone de départ et heure d'arrivée recommandée	Richcraft Recreation Complex
6:45AM		Fermeture des sas de départ	Richcraft Recreation Complex
7:00AM		DÉPART du GFNY Ottawa	Richcraft Recreation Complex
9:00AM		Ouverture de la zone de récupération et début du repas d'après-course	Richcraft Recreation Complex
10:00AM		Heure limite pour la 2e boucle	Richcraft Recreation Complex
11:30AM		Cérémonie des premiers coureurs ayant terminé plusieurs GFNY	Richcraft Recreation Complex
12:00PM		Remise des prix	Richcraft Recreation Complex
12:30PM		Deuxième remise de prix aux coureurs ayant terminé plusieurs GFNY	Richcraft Recreation Complex
1:00PM		Fermeture du parcours	Richcraft Recreation Complex
3:00PM		Fin des festivités	Richcraft Recreation Complex

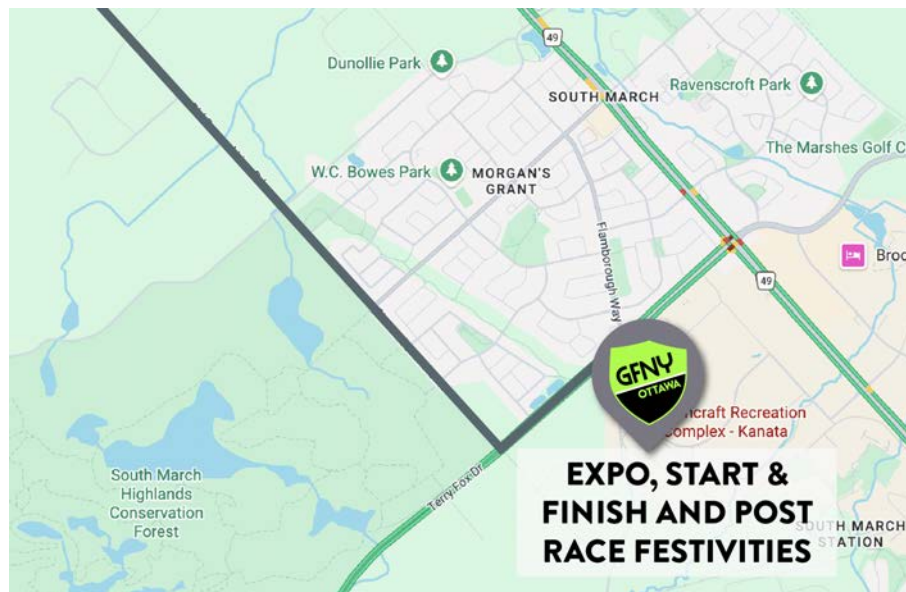
ADDRESSES FOR GPS / ADRESSES POUR GPS

FRIDAY & SATURDAY	SUNDAY
Expo Richcraft Recreation Complex	Race office Richcraft Recreation Complex
Parking Expo Richcraft Recreation Complex	Parking for riders and supporters 4000 Innovation Drive (Accessible via Terry Fox Dr. and Hines Rd. Innovation Drive is closed for the race). / Accessible via Terry Fox Dr. et Hines Rd. Innovation Drive est fermée pour la course.
Drop off Richcraft Recreation Complex	Drop off Richcraft Recreation Complex
	Timing Start Richcraft Recreation Complex
	Timing Finish Richcraft Recreation Complex
	Post race Celebrations Richcraft Recreation Complex



GFNY Ottawa 2026 Race Guide

VENDREDI ET SAMEDI	DIMANCHE
Expo Complexe récréatif Richcraft	Bureau de course Complexe récréatif Richcraft
Stationnement Expo Complexe récréatif Richcraft	Stationnement pour les cyclistes & les supporters 4000 Innovation Drive (Accessible par Terry Fox Dr. et Hines Rd. Innovation Drive est fermée pour la course).
Dépot Complexe récréatif Richcraft	Dépot Complexe récréatif Richcraft
	Démarrage chronométré Complexe récréatif Richcraft
	Chronométrage d'arrivée Complexe récréatif Richcraft
	Célébrations d'après-course Complexe récréatif Richcraft



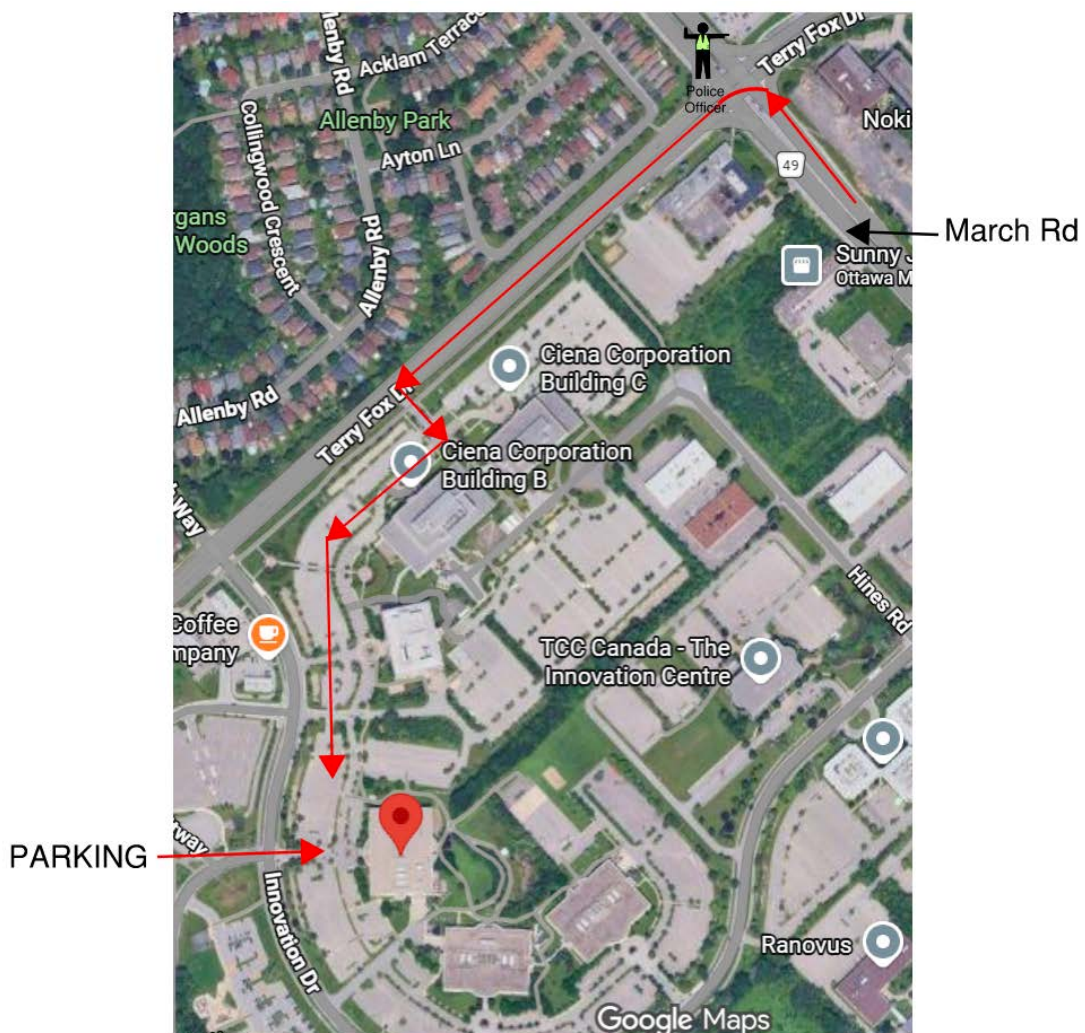
RACE DAY PARKING ACCESS // ACCÈS AU STATIONNEMENT LE JOUR DE LA COURSE

Race day parking is only possible at 4000 Innovation Drive. Please see below the instructions for how to get to the parking at 4000 Innovation Dr.

There will be 2 police officers at the intersection of March Rd and Terry Fox Dr who will be vetting cars. Please advise the police officer that you are part of GFNY and you will be given access.

Le stationnement le jour de la course n'est possible qu'au 4000, Innovation Drive. Vous trouverez ci-dessous les indications pour vous rendre au stationnement situé au 4000, Innovation Drive.

Deux agents de police seront présents à l'intersection de March Rd et de Terry Fox Dr pour contrôler les véhicules. Veuillez informer l'agent de police que vous participez au GFNY; on vous permettra alors de passer.



PREPARING FOR THE RACE - TIMELINE

2 MONTHS OUT

1. When you are booking your flight, check the airline's policy for flying with a bike. We recommend flying with your bike because it's the only way you're guaranteed to have exactly the model and size of the bike you want, with your desired components, saddle and pedals.
2. Keep up with any race-related news by checking our website, Facebook page and reading the email news.
3. **Get out and ride!** Get in the mileage and the climbing needed to prepare you for the race.

1 MONTH OUT

1. Go to your gfny.cc account and review your ticket for jersey size, distance, team name, emergency contact info - you can make changes to this ticket data until 21 days before the race.
2. **Get a complete bike tune up and put on new tires.** The leading problem of mechanicals on race day is riding with old, worn-out tires and not maintained bikes. If you are training your body to take part in GFNY, also prepare your bike to be race ready. Last-minute availability of bike parts is not guaranteed on site.
3. Your last chance to upgrade your corral to Club Corral is by the 21 day cutoff.
4. At 21 days before the race, we begin the number assignment process and no further athlete data changes are possible online. If you do have a change, visit us at the Athlete Solutions Desk at the expo.

2 WEEKS OUT

1. You will receive an email once Online Check-in is open, usually 1-2 weeks before race day. You can access the Check-in either by following the link in the email or by logging into your GFNY.cc account and clicking the Check-in button beside the race ticket.
2. Upon completing the Online Check-in, you will receive your GFNY Race Pass, which will contain your bib number, QR code and selected packet pickup time.
3. Read the Race Guide to get familiar with all the important race details and safety information.

PACKING

1. Review the GFNY Packing List to make sure you won't forget anything: gfny.com/pdfs/checklist.pdf
2. Always be ready for all kinds of weather and prepare clothing options for both on and off the bike.
 - Be sure to bring your floor pump, spare tires, spare tubes, and tools.
 - For warmth, in case of extreme weather, bring an emergency mylar blanket, extra headgear, extra gloves, extra cover socks.
 - Don't forget your preferred sports nutrition.
 - If it's pouring at home, you probably won't go out for a ride. But if you travel to a race, you will probably start, even if the weather is bad. So, make a tough day a little easier by having the right gear.
 - To be on the safe side, pack a set of clothing, cycling shoes, pedals and helmet in your carry-on, just in case any of your luggage gets lost or delayed. If you are really picky with your saddle, don't check it in either.

DEPARTURE TIME

1. Check the Schedule of Events page for all the race week activities like group rides, happy hour, expo hours, and more.
2. Check your travel itinerary like flight times, hotel info, airport transfers, how to get to the expo & start line.

RACE WEEK

1. Enjoy all the fun stuff that the destination has to offer.
2. Ride parts of the course to get comfortable with your new environment.
3. Don't forget rest & relaxation. Good sleep will be the key to feeling good on race day.

RACE PACKET PICKUP

In-person race packet pickup is mandatory. Each participant must come in person to check-in and pick up their race materials.

THINGS TO BRING WITH YOU FOR RACE PACKET PICKUP:

1. Government-issued photo identification document (E.g. passport, driver license)
 2. Your Race pass, on your phone or printed
 3. Your ticket, on your phone or printed
- If you received a green race pass and have a race number, proceed to the packet pickup area.
- If you received a yellow race pass and did not receive a race number, go to the Athlete Solutions Desk.

PICKING UP YOUR RACE PACKET

1. Scan your QR code.
2. Show your photo ID.
3. Look over your personal information on the envelope, verify that all your data is correct, and that the race packet belongs to you. Go through the contents of the envelope to check the correct numbers are in the envelope. Your packet should include:
 - Bike number with timing chip. Do not bend the bike number. Bending the bike number may cause the timing chip to break and not record your time. Be careful!
 - 2 twist ties to attach your bike number to the front of your bike.
 - Jersey number, which you attach to your jersey's back pockets (on your non-dominant side)
 - 4 safety pins.
 - Profile sticker, which you attach to your bike's top tube.
4. You will get the participant wristband attached to your wrist.
5. If you need to make any data changes, visit the Athlete Solutions Desk before you leave the expo to fix the data.
6. Keep your race packet easily accessible, and proceed to the goodie bag and race jersey pickup. When you receive each item, your friendly GFNY volunteers will mark your envelope that you've received the items.
7. If you need to try on or exchange your jersey, stop by Jersey Exchange, it has a fitting room and mirror for your convenience.

If you have any questions, we have an Information Desk beside Athlete Solutions. You may have questions about the race course, about the rules, or categories, but the volunteer at Packet Pickup or Jersey Exchange may not have all the race details, please visit us at the Information Desk. We are here and looking forward to answering your questions.

PRÉPARATION DE LA COURSE - CALENDRIER

À 2 MOIS DE L'ÉPREUVE

Lors de la réservation de votre vol, vérifiez la politique de la compagnie aérienne concernant le transport des vélos. Nous vous recommandons d'emporter votre vélo avec vous, car c'est le seul moyen de garantir que vous disposerez du modèle et de la taille exacts que vous souhaitez, avec les composants, la selle et les pédales de votre choix.

Restez informé(e) des actualités relatives à la course en consultant notre site web, notre page Facebook et en lisant nos e-mails d'information.

Enfourchez votre vélo ! Accumulez les kilomètres et les dénivelés nécessaires pour vous préparer au mieux.

À 1 MOIS DE L'ÉPREUVE

Connectez-vous à votre compte gfny.cc et vérifiez les informations de votre inscription : taille du maillot, distance, nom de l'équipe, coordonnées d'urgence. Vous pouvez modifier ces informations jusqu'à 21 jours avant la course.

Faites réviser votre vélo et installez des pneus neufs. La principale cause de problèmes mécaniques le jour de la course est l'utilisation de pneus usés et un vélo mal entretenu. Si vous vous entraînez physiquement pour participer au GFNY, préparez également votre vélo pour qu'il soit prêt pour la course. La disponibilité de pièces de vélo de dernière minute sur place n'est pas garantie.

Votre dernière chance de passer en sas Club est jusqu'à 21 jours avant la course.

À 21 jours de la course, nous commençons l'attribution des dossards et aucune modification des données des athlètes ne sera possible en ligne. Si vous souhaitez modifier vos informations, rendez-vous au stand Solutions Athlètes lors du salon.

À 2 SEMAINES DE LA COURSE

Vous recevrez un courriel dès l'ouverture de l'enregistrement en ligne, généralement 1 à 2 semaines avant le jour de la course. Vous pourrez vous enregistrer soit en suivant le lien dans le courriel, soit en vous connectant à votre compte GFNY.cc et en cliquant sur le bouton « Enregistrement » à côté de votre billet d'inscription.

Une fois l'enregistrement en ligne effectué, vous recevrez votre Pass Course GFNY, qui contiendra votre numéro de dossard, votre code QR et l'heure de retrait de votre dossard.

Consultez le Guide de la course pour prendre connaissance de tous les détails importants et des consignes de sécurité.

PRÉPARATION

Consultez la liste des équipements GFNY pour être sûr de n'oublier rien : gfny.com/pdfs/checklist.pdf

Soyez toujours prêt à affronter toutes les conditions météorologiques et prévoyez des vêtements adaptés à vos sorties à vélo et à pied.

N'oubliez pas votre pompe à pied, des pneus et chambres à air de rechange, ainsi que vos outils.

Pour vous protéger du froid en cas d'intempéries, emportez une couverture de survie, un bonnet, des gants et des chaussettes supplémentaires.

N'oubliez pas votre nutrition sportive habituelle.

S'il pleut des cordes chez vous, vous ne sortirez probablement pas faire du vélo. Mais si vous vous déplacez pour une compétition, vous prendrez sans doute le départ, même par mauvais temps. Alors, facilitez-vous la vie en vous équipant correctement.

Par sécurité, emportez dans votre bagage cabine une tenue de rechange, des chaussures de vélo,

des pédales et un casque, au cas où vos bagages seraient perdus ou retardés. Si vous tenez particulièrement à votre selle, ne l'enregistrez pas non plus.

HEURE DE DÉPART

Consultez le programme des événements pour connaître toutes les activités de la semaine de la course : sorties en groupe, apéritif, horaires du salon et plus encore.

Vérifiez votre itinéraire : horaires de vol, informations sur l'hôtel, transferts aéroport, comment se rendre au salon et à la ligne de départ.

SEMAINE DE LA COURSE

Profitez de tout ce que votre destination a à offrir.

Reconnaissez votre nouvel environnement en parcourant une partie du circuit.

N'oubliez pas de vous reposer et de vous détendre. Un bon sommeil sera essentiel pour être en pleine forme le jour de la course.

RETRAIT DES DOSSARDS

Le retrait des dossards en personne est obligatoire. Chaque participant doit se présenter en personne pour s'enregistrer et récupérer son matériel de course.

ÉLÉMENTS À APPORTER POUR LE RETRAIT DE VOTRE DOSSARD :

1. Pièce d'identité officielle avec photo (ex. : passeport, permis de conduire)
2. Votre dossard (sur votre téléphone ou imprimé)
3. Votre billet (sur votre téléphone ou imprimé)
 - Si vous avez reçu un dossard vert et un numéro de course, rendez-vous à la zone de retrait des dossards.
 - Si vous avez reçu un dossard jaune et pas de numéro de course, rendez-vous au bureau des services aux athlètes.

RETRAIT DE VOTRE DOSSARD

1. Scannez votre code QR.
2. Présentez votre pièce d'identité avec photo.
3. Vérifiez vos informations personnelles sur l'enveloppe, assurez-vous qu'elles sont correctes et que le dossard vous appartient. Vérifiez le contenu de l'enveloppe : votre dossard doit contenir :
 - Un numéro de vélo avec puce de chronométrage. Ne pliez pas le numéro de vélo. Le plier pourrait endommager la puce et empêcher l'enregistrement de votre temps. Soyez prudent !
 - Deux attaches pour fixer votre numéro de vélo à l'avant de votre vélo.
 - Numéro de maillot, à fixer sur la poche arrière de votre maillot (côté non dominant).
 - 4 épingles de sûreté.
 - Autocollant du profil de la course, à coller sur le tube supérieur de votre vélo.
4. Le bracelet de participant vous sera posé au poignet.
5. Si vous devez modifier vos données, rendez-vous au stand Solutions Athlètes avant de quitter le salon.
6. Gardez votre dossard à portée de main et dirigez-vous vers le retrait des sacs cadeaux et des maillots. À la réception de chaque article, les bénévoles de GFNY valideront leur réception.
7. Si vous souhaitez essayer ou échanger votre maillot, rendez-vous à l'espace Échange de maillots.

Pour toute question, un point d'information se trouve à côté de l'espace Athlete Solutions. Vous avez peut-être des questions sur le parcours, le règlement ou les catégories, mais le bénévole chargé du retrait des dossards ou de l'échange des maillots n'aura peut-être pas tous les détails. N'hésitez pas à vous adresser au point d'information. Nous sommes là pour vous aider.

Insurance

GFNY Ottawa 2026 Race Guide

MEDICAL INSURANCE

Every GFNY participant is responsible for obtaining medical insurance to cover their medical expenses (e.g., if you crash in the race). Your GFNY entry fee does not include medical insurance. Please read the options below and find the best insurance option to meet your needs.

TRAVEL INSURANCE

GFNY has partnered with Pacific Prime to offer GFNY athletes and companions a worldwide travel insurance. Pacific Prime is an award-winning health insurance broker with over two decades of experience in the insurance sector. Pacific Prime selected the VUMI Travel VIP insurance, which provides the most comprehensive worldwide coverage.

Purchase travel insurance here:

<https://www.pacificprime.com/health-insurance-plans/short-term/gfny-travel-insurance/>

CYCLING CANADA

If you do not have a 2026 Ontario Cycling Membership or UCI Race License, the purchase of a 1-Day Permit at a rate of \$10.00 + HST for Adults 18+ and \$5.00 + HST for Youth U18 as of December 31, 2026 is required to participate.

Please purchase your 1-Day Permit here:

<https://ccnbikes.com/#!/events/2026-gfny-ottawa-non-member-day-pass>

Registration will be verified during the online check-in process to ensure that any individuals without a membership/license have purchased the required 1-Day Permit to be able to participate.

ENHANCED REFUND PROTECTION

If you purchased the Enhanced Refund Protection from Teak and can't make it to the race, you may be eligible to get your money back. Refunds are payable under covered reasons. [Here are the Terms and Conditions.](#)

If you purchased Enhanced Refund Protection coverage, you'll receive a confirmation email with more information in the same email as your registration. If you do not receive this email, please contact help@requestmyrefund.com.

If you purchased Enhanced Refund Protection and cannot locate the email, you can receive a refund request link by logging into your gfny.cc account. In the Race Check-in process, click on "I can't attend." You can then start your refund request [here](#).

The refund request process is a simple 4-step process: Follow your refund request link to a pre-filled form. Depending on your request, you may need to upload supporting documentation (doctor's note, tow truck receipt, police report).

FAQ page can be found [here](#): including different ways to reach Teak if you have more questions.

Assurance

ASSURANCE MÉDICALE

Chaque participant au GFNY est responsable de la souscription d'une assurance médicale couvrant ses frais médicaux (par exemple, en cas de chute pendant la course). Les frais d'inscription au GFNY ne comprennent pas l'assurance médicale. Veuillez consulter les options ci-dessous et choisir l'assurance la mieux adaptée à vos besoins.

ASSURANCE VOYAGE

Le GFNY s'est associé à Pacific Prime pour proposer aux athlètes et à leurs accompagnateurs une assurance voyage internationale. Pacific Prime est un courtier en assurance santé primé, fort de plus de vingt ans d'expérience dans le secteur. Pacific Prime a sélectionné l'assurance VUMI Travel VIP, qui offre la couverture mondiale la plus complète.

Souscrivez une assurance voyage ici :

<https://www.pacificprime.com/health-insurance-plans/short-term/gfny-travel-insurance/>

CYCLING CANADA

Si vous ne possédez pas de carte de membre de Cyclisme Ontario 2026 ni de licence de compétition UCI, l'achat d'un permis journalier est obligatoire pour participer. Ce permis coûte 10,00 \$ + TVH pour les adultes de 18 ans et plus et 5,00 \$ + TVH pour les jeunes de moins de 18 ans (à compter du 31 décembre 2026).

Veuillez acheter votre permis journalier ici :

<https://ccnbikes.com/#!/events/2026-gfny-ottawa-non-member-day-pass>

Votre inscription sera vérifiée lors de l'enregistrement en ligne afin de garantir que toutes les personnes sans carte de membre ni licence ont bien acheté le permis journalier requis pour participer.

PROTECTION REMBOURSEMENT AMÉLIORÉE

Si vous avez souscrit à la Protection Remboursement Améliorée auprès de Teak et que vous ne pouvez pas participer à la course, vous pourriez être admissible à un remboursement. Les remboursements sont effectués pour les motifs couverts. [Voici les conditions générales](#).

Si vous avez souscrit à la Protection Remboursement Améliorée, vous recevrez un courriel de confirmation contenant plus d'informations, au même courriel que celui de votre inscription. Si vous ne recevez pas ce courriel, veuillez contacter help@requestmyrefund.com.

Si vous avez souscrit à la Protection Remboursement Améliorée et que vous ne retrouvez pas le courriel, vous pouvez obtenir un lien de demande de remboursement en vous connectant à votre compte gfny.cc. Lors de l'enregistrement à la course, cliquez sur « Je ne peux pas participer ». Vous pourrez ensuite commencer votre demande de remboursement [ici](#).

La procédure de demande de remboursement est simple et se déroule en 4 étapes : suivez le lien de demande de remboursement pour accéder à un formulaire prérempli. Selon votre demande, vous devrez peut-être télécharger des justificatifs (certificat médical, reçu de remorquage, rapport de police).

La FAQ est disponible [ici](#) : vous y trouverez également différentes façons de contacter Teak si vous avez d'autres questions.



CORRECT BIB NUMBER & BIKE PLATE PLACEMENT

THE GFNY JERSEY YOU RECEIVED AT PACKET PICKUP IS MANDATORY ATTIRE FOR THE RACE.

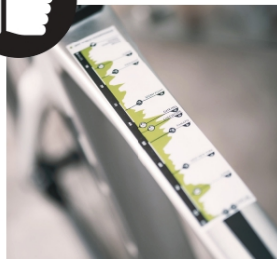


ATTACH THE BIB NUMBER ON THE BACK POCKETS OF YOUR MANDATORY GFNY JERSEY.

Attach the bib number on your non-dominant side. If you're right-handed, attach the bib number on your left and center pockets.

ATTACH THE PROFILE STICKER ON THE TOP TUBE, AT THE HEAD TUBE.

The profile sticker provides easy reference for important points along the race course.



ATTACH THE BIKE PLATE TO THE FRONT OF YOUR HANDLEBARS.

Make sure the number is fully visible and not obstructed by cables or your computer. Do not bend or modify your bike number. The timing chip will only work if the bike plate is positioned as shown. If you have a computer, use only the top hole on each side of the bike plate to hang the bike plate straight down, below your computer.

GFNY.COM

INCORRECT BIB NUMBER & BIKE PLATE PLACEMENT





PLACEMENT CORRECT DU NUMERO DE DOSSARD & DE LA PLAQUE DE VÉLO

LA PUCE DE CHRONOMÉTRAGE NE FONCTIONNERA QUE SI LA PLAQUE DE VÉLO EST POSITIONNÉE COMME SUR L'ILLUSTRATION.



ATTACHEZ VOTRE NUMERO DE DOSSARD SUR LES POCHE ARRIÈRE DE VOTRE MAILLOT OBLIGATOIRE GFNY.

Fixez le numéro de dossard sur votre côté non dominant. Si vous êtes droitier, attachez le numéro de dossard sur votre gauche et sur les poches centrales.

COLLER LE PROFIL AUTOCOLLANT SUR L'AVANT DU TUBE SUPÉRIEUR DE VOTRE CADRE.

Le profil autocollant fournit facilement les références pour les points importants du parcours.



ATTACHEZ LA PLAQUE DE VÉLO À L'AVANT DE VOTRE GUIDON.

Assurez-vous que le numéro est bien visible et qu'il n'est pas obstrué par des câbles ou votre compteur. Ne pliez pas et ne modifiez pas votre numéro de vélo. Si vous avez un compteur utilisez uniquement le trou supérieur de chaque côté de la plaque de vélo pour l'accrocher directement dessus, vers le bas, pour que la plaque soit lisible.

GFNY.COM

PLACEMENT INCORRECT DU NUMÉRO DE DOSSARD & DE LA PLAQUE DE VÉLO



OFFICIAL RACE JERSEY // MAILLOT DE COURSE OFFICIEL

GFNY jersey – mandatory race attire for GFNY, included in your entry fee.

Maillot GFNY – tenue obligatoire pour la course GFNY, comprise dans vos frais d'inscription.



GFNY GEAR // GFNY KIT

GFNY Ottawa & GFNY gear will be available for purchase at our store at the GFNY Ottawa expo.

Les articles GFNY Ottawa et GFNY seront en vente à notre boutique lors de l'exposition GFNY Ottawa.

SUPPORTERS // ACCOMPAGNATEURS

At GFNY, we know the dedication to achieve goals and reach the finish line is not just solely the athlete's, but also involves family, partners, and friends - the people in our lives who support their athlete each day throughout the journey to the race's start line and finish line - through the training, the planning, the logistics, the travel.

We want to bring the GFNY Supporters into the race week experience as much as possible! Below please find some important safety and logistics information, as well as helpful advice to make the race week experience as enjoyable as possible.

EXPO

Family members and friends are welcome to join GFNY riders at packet pickup.

AT THE START

Supporters, family members and friends are welcome to join us at our start line to support our riders.

ON THE COURSE

The race course is closed to cars. There will be extensive detours for non-residents to access roads near the course. To mitigate traffic impacts, we ask that spectators await their athletes at the finish line.

FINISH LINE

Supporters, family members and friends are welcome to join us at our finish line to support our riders.

Chez GFNY, nous savons que la détermination nécessaire pour atteindre ses objectifs et franchir la ligne d'arrivée ne repose pas uniquement sur l'athlète, mais implique également la famille, les partenaires et les amis – ces personnes qui, dans notre vie, soutiennent chaque jour leur athlète tout au long du parcours menant de la ligne de départ à la ligne d'arrivée – que ce soit pendant l'entraînement, la planification, la logistique ou le voyage.

Nous souhaitons faire participer autant que possible les partisans de GFNY à l'expérience de la semaine de course! Vous trouverez ci-dessous des renseignements importants concernant la sécurité et la logistique, ainsi que des conseils utiles pour rendre cette semaine de course aussi agréable que possible.

EXPO

Les membres de la famille et les amis sont invités à se joindre aux cyclistes de GFNY lors du retrait des trousseaux de course.

AU DÉPART

Les supporters, les membres de la famille et les amis sont invités à se joindre à nous à la ligne de départ pour encourager nos cyclistes.

SUR LE PARCOURS

Le parcours de la course est fermé à la circulation automobile. Des détours importants seront mis en place pour les non-résidents souhaitant accéder aux routes à proximité du parcours. Afin de limiter les répercussions sur la circulation, nous demandons aux spectateurs d'attendre leurs athlètes à la ligne d'arrivée.

LIGNE D'ARRIVÉE

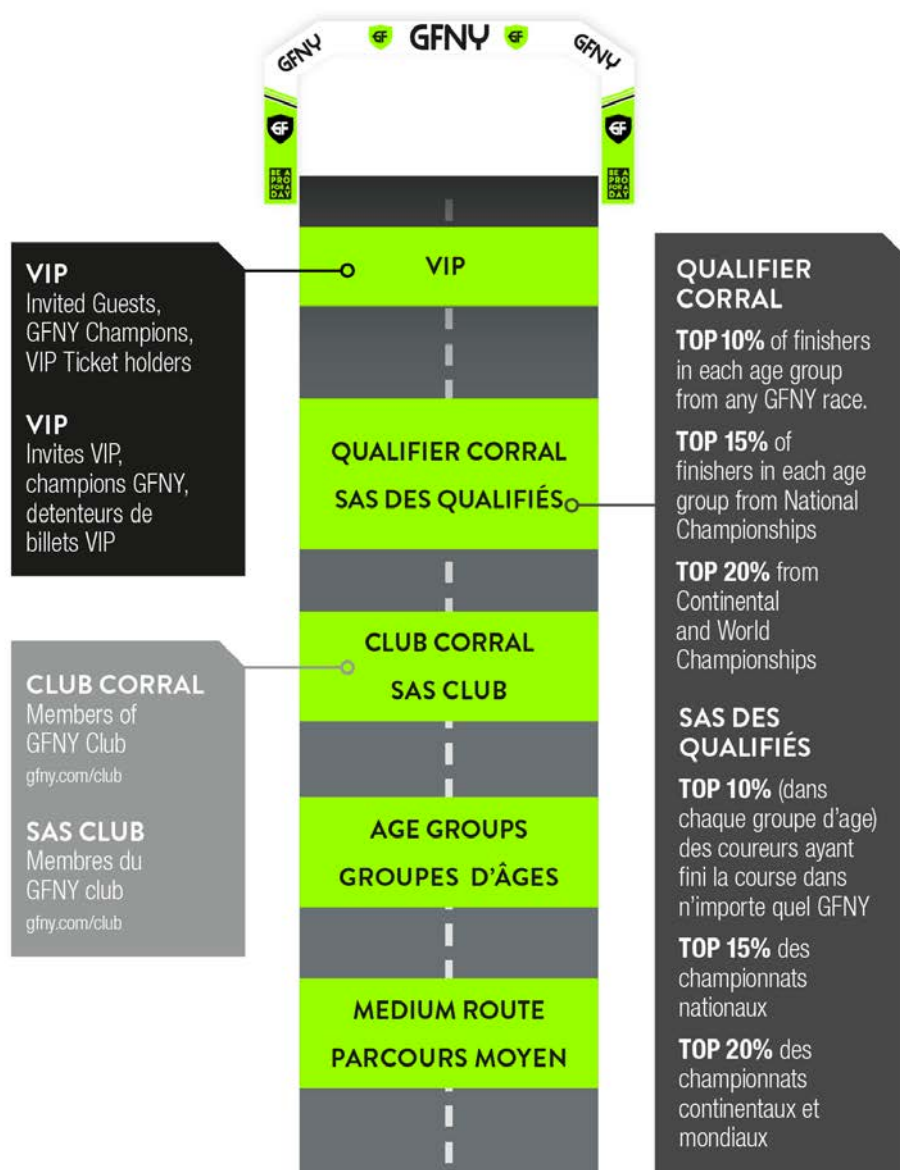
Les supporters, les membres de la famille et les amis sont invités à se joindre à nous à la ligne d'arrivée pour soutenir nos coureurs.

THE START

Race numbers are assigned by ticket type, qualification status, age group and distance. You can start with your friends if they are allocated to the same start corral as you. If they are in a different start corral, you can move back to start with them, but they cannot move forward to join you. "Jumping" forward a corral (starting in a corral not assigned to your number) will result in a 10-minute penalty added to your finish time.

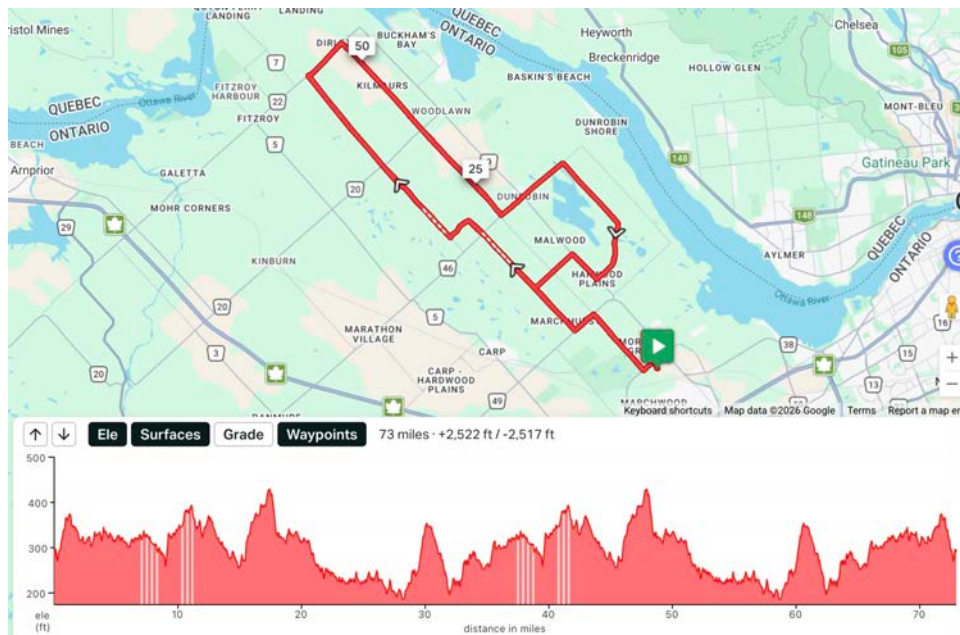
LE DEPART

Les numéros de course sont attribués en fonction du type de billet, du statut de qualification, de la tranche d'âge et de la distance. Vous pouvez prendre le départ avec vos amis s'ils sont affectés au même bloc de départ que vous. S'ils se trouvent dans un bloc de départ différent, vous pouvez reculer pour prendre le départ avec eux, mais ils ne peuvent pas avancer pour vous rejoindre. Le fait de « sauter » un bloc de départ (c'est-à-dire de prendre le départ dans un bloc qui n'est pas celui attribué à votre numéro) entraînera une pénalité de 10 minutes qui sera ajoutée à votre temps d'arrivée.



LONG COURSE // LE PARCOURS LONG

View and download the long course to your GPS here: <https://ridewithgps.com/routes/54389988>



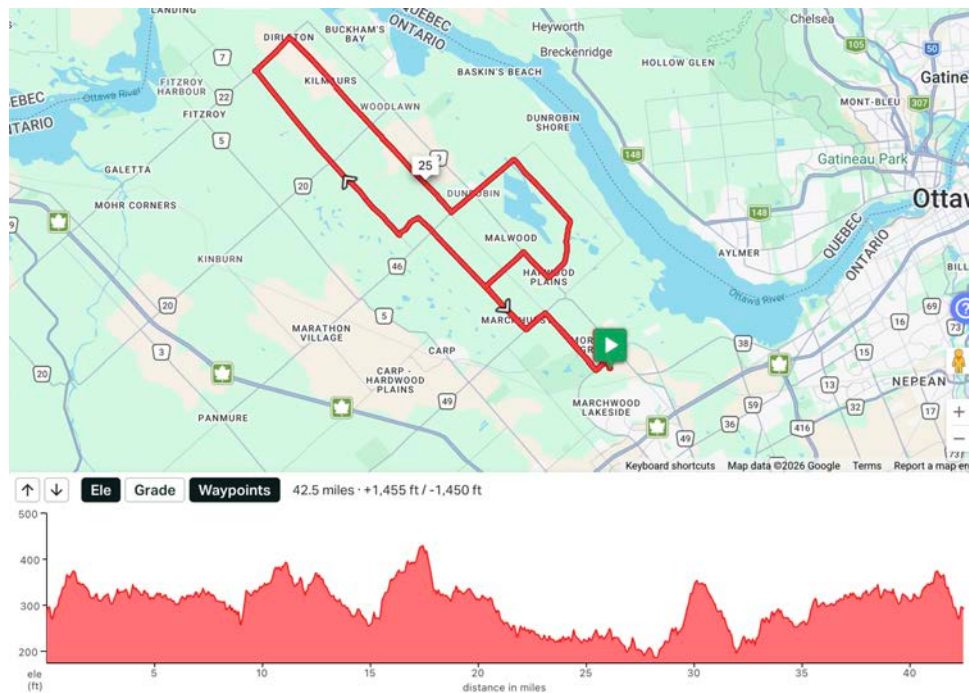
LONG COURSE IS A COMPETITION: Only the finishers of the long course are eligible for category rankings and Overall and Podium awards. If you want to race and be ranked in your category, you must complete the long course. *Top 20% of GFNY Ottawa finishers in each age group earn a spot in the Qualifier Corral at every GFNY World event.*

LE PARCOURS LONG EST UNE COMPÉTITION : Seuls les participants ayant terminé le parcours long sont admissibles au classement par catégorie ainsi qu'aux prix du classement général et du podium. Si vous souhaitez participer à la course et figurer au classement de votre catégorie, vous devez terminer le parcours long. Les 20 % des meilleurs participants de GFNY Ottawa dans chaque groupe d'âge obtiennent une place dans le « Qualifier Corral » lors de chaque événement GFNY World.



MEDIUM COURSE // LE PARCOURS MOYEN

View and download the medium course to your GPS here: <https://ridewithgps.com/routes/54387257>



MEDIUM COURSE IS NOT A COMPETITION: The riders of the medium course will be provided their start-to-finish time, but will not be ranked by finish time. All finish times will be listed in alphabetical order.

LE PARCOURS MOYEN N'EST PAS UNE COMPÉTITION : Les coureurs du parcours moyen recevront leur heure de départ et d'arrivée, mais ne seront pas classés en fonction de leur temps d'arrivée. Tous les temps d'arrivée seront répertoriés par ordre alphabétique.



IMPORTANT RACE INFORMATION

ALWAYS STAY TO THE RIGHT

Many roads on the GFNY Ottawa course are small, which makes them more fun for cycling and allows for a course with a lower number of cars. However, the GFNY course utilizes several sections of road in both directions.

You must always stay as far to the right as possible to leave space for other cyclists to pass. You must always stay in the right-hand lane. Never cross the centerline. If you don't have space to pass, then you must stay behind, and not pass.

FOLLOW VEHICLES PROHIBITED

GFNY Ottawa riders have full event support from the race. Imagine all riders having their own personal support car - the traffic it would create, the bad rider experience, and above all the unsafe conditions. **Private support vehicles are not permitted and any riders having support cars causing unsafe conditions for other cyclists and traffic impacts will be disqualified from the race.** Plus, the course is fully closed to cars.

Please be assured that we take our riders' safety as a top priority, and for this reason private or personal support cars are not permitted for any rider.

NO PERSONAL ASSISTANCE

GFNY Ottawa riders are not permitted to receive outside assistance. Outside assistance from non-participants, private support vehicles or in any location outside of official race aid stations is prohibited.

CARS ON THE ROAD

GFNY is working closely with police and traffic management to close the lane of travel for GFNY riders. However, on 70-115km of roads in a rural area with many homes and driveways, it's impossible to fully ensure a full road closure. You must keep your awareness at all times. Be prepared, there may be a resident leaving their driveway. General road use will be limited to local access only.

COURSE SPLIT

The GFNY Ottawa course split is located at km 58.8. Long course riders will turn right to start their second loop. While medium course riders turn left to head back to the finish. You will see this sign at the split point itself:

- Turn right if you are doing the long course, to start the second loop.
- Turn left if you are doing the medium course to go to the finish, or if you are riding the long course and completed the 2nd loop to head to the finish.

TIMING

GFNY Ottawa is timed from start to finish. Results will be available in your gfny.cc account immediately following the race. You will also be able to see your race results at <https://gfny.cc/results>. If you have any questions about your result, please consult with the timers directly at the finish or via email to support@gfny.com.



The disposable timing chips are attached to the back of your bike plate. Make sure to attach the bike plate at the front of your bike and not bend your race number so the timing chip is read correctly at the checkpoints along the course.

RULES

Please be sure to read the race rules, found at <https://ottawa.gfny.com/rules/> to get familiar with them.

AID STATIONS

Aid stations are located at KM 26, 51, 75 & 100 along the course, as well as at the finish line.

Each aid station will provide water, electrolyte drink, soda and basic food to keep you fueled through the race. If you have any special nutritional needs, we encourage you to bring your own race nutrition, and enough to last you for the entirety of the race.

Note that in cycling, there is no handing-on-the-fly at aid stations. You will need to stop at aid stations if you need to refill your water bottle or grab something to eat.

Note that receiving aid from someone standing at the side of the road who is not affiliated with the race, or from a non-official/neutral vehicle is against the rules and can lead to disqualification. Do not accept outside assistance, it is against GFNY Ottawa rules.

You can accept assistance from official GFNY staff and volunteers on the course, either at the aid stations or the neutral rolling support vehicles.

	START	1	2	2	2	FINISH
LONG (KM)	0	26	51	74	100	117
MEDIUM (KM)	0	26	51	-	-	68
ECO ZONE		GFNY ECO ZONE	GFNY ECO ZONE	GFNY ECO ZONE	GFNY ECO ZONE	
WATER, SODA						
SPORTS NUTRITION						
SNACKS						
MECHANICAL						
MEDICAL						
RESTROOMS						
BIKE RACKS						
MEDALS & AWARDS						

MEDICAL

Aid stations will have basic medical supplies. In case you have a small crash on the course and road rash and just want to clean a wound and continue, you will be able to do this at the aid stations.

If you witness a serious crash that requires an emergency medical call, you must stop and call 911. Remember that you are obliged to stop and offer assistance unless there are already at least 3 people helping. You can continue if a) the rider is fine or b) the medical personnel arrives.

MECHANICAL

Bring tools and spare tubes in order to be able to quickly fix your bike issue and continue with the event. Put on new tires to minimize the risk of a puncture; old tires are much more likely to get punctures than new tires.

Mechanical assistance is available at the start line and a rolling mechanic will drive along the course.

RACE HOTLINE

Every GFNY Ottawa participant will get the official race wristband attached to their wrist at the time of packet pickup. On the wristband, you will find the race hotline number. In case you have a mechanical or need to abandon your race, you can call the number and we will pick you up with one of our vans. We will need to know your name, participant number and distance # or another way of finding your location.

In case of an emergency, call 911. The Hotline number is for non-life-threatening calls for a van pickup.

COMPETITION

Only the finishers of the long course are eligible for category rankings and Overall and Podium awards.

The riders of the medium course will be provided their start-to-finish time but will not be ranked by finish time. All finish times will be listed in alphabetical order.

CUTOFF

The cutoff to start the second loop is 10:00am. The course closes at 1pm, after 6 hours.

ENVIRONMENT

GFNY is committed to protecting the environment. Any discarding of trash or food outside the designated trash receptacles at the aid stations or “eco zones” is prohibited and can lead to a time penalty or disqualification and a lifelong ban at GFNY.

Please refer to point 8 of the GFNY Ottawa rules (<https://ottawa.gfny.com/rules/>).

Aid stations are Eco Zones. GFNY aid station teams clean up the area all around their aid station, and we have Eco bins for riders. Eco bins are placed before and after the station if you want to get rid of your trash from your pockets, you don't have to go into the aid station, you can drop your trash into the Eco bins. Do not throw trash outside of designated Eco Zones.

And we provide jerseys to all riders that have side pockets to provide extra space for holding trash until the next aid station.

You can read more about the Eco initiatives that GFNY has undertaken at gfny.com/environment.

RESTROOMS

Restrooms are situated at every aid station, as well as at the start and finish line.

CODE OF CONDUCT

KEEP THESE RULES IN MIND IN ORDER TO AVOID
TIME PENALTIES OR DISQUALIFICATION

NO AREOBARS



**STAY ON YOUR
SIDE OF THE
ROAD**



**WEAR THE
OFFICIAL
JERSEY AND
WRISTBAND**



**NO OUTSIDE
ASSISTANCE**



NO HEADPHONES



NO PUBLIC URINATION

**OFFER FIRST
AID ASSISTANCE**



**RESPECT STAFF,
VOLUNTEERS,
SPECTATORS,
AND FELLOW
RIDERS**

**NO LITTERING.
USE ECO ZONES**



**OBEY POLICE
AND STAFF
INSTRUCTIONS**

**FOLLOW
THE COURSE**



**BE A GOOD
GUEST, RESPECT
THE HOST
COMMUNITY**

INFORMATIONS IMPORTANTES SUR LA COURSE

GARDEZ TOUJOURS LA DROITE

Plusieurs routes du parcours de GFNY Ottawa sont étroites, ce qui les rend plus agréables à vélo et permet d'offrir un parcours avec moins de circulation automobile. Toutefois, le parcours GFNY emprunte plusieurs sections de route dans les deux sens.

Vous devez toujours rester le plus à droite possible afin de laisser suffisamment d'espace aux autres cyclistes pour vous dépasser.

Vous devez toujours rester dans la voie de droite. Ne franchissez jamais la ligne médiane. Si vous n'avez pas suffisamment d'espace pour dépasser, vous devez rester derrière et attendre avant d'effectuer votre dépassement.

VÉHICULES D'ASSISTANCE INTERDITS

Les participants de GFNY Ottawa bénéficient de toute l'assistance nécessaire fournie par l'organisation. Imaginez si chaque cycliste avait son propre véhicule d'assistance : cela créerait énormément de circulation, nuirait à l'expérience des participants et, surtout, créerait des conditions dangereuses.

Les véhicules d'assistance privés sont interdits. Tout participant dont le véhicule d'assistance crée des conditions dangereuses pour les autres cyclistes ou perturbe la circulation sera disqualifié. De plus, le parcours est fermé à la circulation générale.

La sécurité de nos participants est une priorité absolue. C'est pourquoi aucun véhicule d'assistance privé ou personnel n'est autorisé.

AUCUNE ASSISTANCE PERSONNELLE

Les participants de GFNY Ottawa ne sont pas autorisés à recevoir de l'assistance extérieure. Toute assistance provenant de personnes qui ne participent pas à la course, de véhicules d'assistance privés ou reçue ailleurs qu'aux postes de ravitaillement officiels est interdite.

VÉHICULES SUR LE PARCOURS

GFNY travaille en étroite collaboration avec les services policiers et les équipes de gestion de la circulation afin de fermer les voies utilisées par les participants de GFNY.

Toutefois, sur un parcours de 70 à 115 km en milieu rural, comportant de nombreuses résidences et entrées privées, il est impossible de garantir qu'aucun véhicule ne se trouvera sur la route.

Restez vigilants en tout temps. Soyez prêts à réagir : un résident pourrait, par exemple, sortir de son entrée privée. La circulation générale sera limitée à l'accès local seulement.

SÉPARATION DES PARCOURS

La séparation des parcours de GFNY Ottawa se trouve au km 58,8.

Les participants du parcours long tourneront à droite pour commencer leur deuxième boucle. Les participants du parcours moyen tourneront à gauche pour retourner vers l'arrivée.

Vous verrez un panneau à l'endroit même où les parcours se séparent :

Tournez à droite si vous faites le parcours long afin de commencer votre deuxième boucle.

Tournez à gauche si vous faites le parcours moyen pour vous diriger vers l'arrivée, ou si vous faites le parcours long et avez terminé votre deuxième boucle pour vous diriger vers l'arrivée.



CHRONOMÉTRAGE

GFNY Ottawa est chronométré du départ jusqu'à l'arrivée. Vos résultats seront disponibles dans votre compte gfny.cc immédiatement après la course. Vous pourrez également consulter vos résultats sur gfny.cc/results.

Si vous avez des questions concernant votre résultat, adressez-vous directement à l'équipe de chronométrage à l'arrivée ou écrivez à support@gfny.com.

Les puces de chronométrage jetables sont fixées au dos de votre plaque de vélo. Assurez-vous de fixer la plaque à l'avant de votre vélo et de ne pas plier votre numéro de course afin que la puce puisse être lue correctement aux différents points de chronométrage le long du parcours.

RÈGLEMENT

Assurez-vous de lire le règlement de la course, disponible sur ottawa.gfny.com/rules/, afin de bien en prendre connaissance.

POSTES DE RAVITAILLEMENT

Des postes de ravitaillement sont situés aux **km 26, 51, 75 et 100**, ainsi qu'à l'arrivée.

Chaque poste offrira de l'eau, une boisson électrolytique, des boissons gazeuses et des aliments de base pour vous permettre de refaire le plein d'énergie pendant la course. Si vous avez des besoins nutritionnels particuliers, nous vous recommandons d'apporter votre propre nutrition sportive en quantité suffisante pour toute la durée de la course.

Veillez noter qu'en cyclisme, les ravitaillements ne sont pas distribués à la volée. Vous devrez vous arrêter à un poste de ravitaillement si vous devez remplir votre bidon ou prendre quelque chose à manger.

Recevoir de l'aide d'une personne située au bord de la route qui n'est pas affiliée à la course, ou d'un véhicule qui n'est ni officiel ni neutre, est contraire au règlement et peut entraîner une disqualification.

N'acceptez aucune assistance extérieure.

Vous pouvez recevoir de l'aide du personnel et des bénévoles officiels de GFNY sur le parcours, que ce soit aux postes de ravitaillement ou auprès des véhicules d'assistance neutre circulant sur le parcours.

ASSISTANCE MÉDICALE

Les postes de ravitaillement disposeront de matériel de premiers soins de base. Si vous faites une petite chute sur le parcours et souffrez d'éraflures superficielles, vous pourrez nettoyer vos blessures à un poste de ravitaillement avant de poursuivre votre course.

Si vous êtes témoin d'une chute grave nécessitant des soins médicaux d'urgence, vous devez vous arrêter et appeler le **911**. N'oubliez pas que vous avez l'obligation de vous arrêter et de porter assistance, sauf si au moins trois personnes sont déjà sur place pour aider.

Vous pouvez reprendre votre course lorsque **a)** le cycliste va bien ou **b)** les services médicaux sont arrivés sur place.

	DÉPART	1	2	2	2	ARRIVÉE
LONGK (KM)	0	26	51	74	100	117
MOYEN (KM)	0	26	51	-	-	68
ECO ZONE		GFNY ECO ZONE	GFNY ECO ZONE	GFNY ECO ZONE	GFNY ECO ZONE	
EAU, SODA						
NUTRITION SPORTIVE						
SNACKS						
SUPPORT TECHNIQUE						
MÉDICAL						
TOILETTES						
PARKING VÉLOS						
MÉDAILLES ET CÉRÉMONIE						

ASSISTANCE MÉCANIQUE

Apportez les outils et chambres à air de rechange nécessaires afin de pouvoir réparer rapidement un problème mécanique et poursuivre votre course. Nous vous recommandons également d'installer des pneus neufs afin de réduire le risque de crevaisson : des pneus usés sont beaucoup plus susceptibles de crever.

Une assistance mécanique sera disponible sur la ligne de départ. Un mécanicien mobile circulera également sur le parcours.

LIGNE D'ASSISTANCE DE LA COURSE

Lors du retrait de votre trousse de course, chaque participant de GFNY Ottawa recevra un bracelet officiel qui sera fixé à son poignet. Le numéro de la ligne d'assistance de la course sera inscrit sur ce bracelet.

En cas de problème mécanique ou si vous devez abandonner la course, vous pouvez appeler ce numéro et l'un de nos véhicules viendra vous chercher. Vous devrez nous fournir votre nom, votre numéro de participant et votre kilométrage approximatif, ou toute autre information nous permettant de déterminer votre position.

En cas d'urgence, composez le 911. La ligne d'assistance GFNY est réservée aux situations non urgentes nécessitant notamment une prise en charge par l'un de nos véhicules.

COMPÉTITION

Seuls les participants qui terminent le **parcours long** sont admissibles aux classements par catégorie ainsi qu'aux classements et podiums au général.

Les participants du **parcours moyen** recevront leur temps du départ à l'arrivée, mais ne seront pas classés selon leur temps. Tous les temps d'arrivée seront affichés par ordre alphabétique.

HEURES LIMITES

L'heure limite pour commencer la deuxième boucle est **10 h**.

Le parcours ferme à **13 h**, soit **6 heures après le départ**.

ENVIRONNEMENT

GFNY s'engage à protéger l'environnement. Il est interdit de jeter des déchets ou de la nourriture ailleurs que dans les poubelles prévues à cet effet aux postes de ravitaillement ou dans les **zones écoresponsables (« Eco Zones »)**. Toute infraction peut entraîner une pénalité de temps, une disqualification ou une interdiction à vie de participer aux événements GFNY.

Veuillez consulter le **point 8 du règlement de GFNY Ottawa** sur ottawa.gfny.com/rules/.

Les postes de ravitaillement sont des **Eco Zones**. Les équipes GFNY nettoient toute la zone autour de chaque poste et des bacs sont mis à la disposition des cyclistes. Ces bacs sont placés avant et après les postes de ravitaillement. Si vous souhaitez vous débarrasser des déchets que vous transportez dans vos poches, vous n'avez donc pas besoin d'entrer dans le poste : vous pouvez les déposer directement dans les bacs prévus à cet effet.

Ne jetez aucun déchet en dehors des Eco Zones désignées.

Tous les participants reçoivent également un maillot doté de poches latérales supplémentaires permettant de conserver leurs déchets jusqu'au prochain poste de ravitaillement.

Pour en savoir davantage sur les initiatives environnementales mises en place par GFNY, consultez gfny.com/environnement.

TOILETTES

Des toilettes sont disponibles à **chaque poste de ravitaillement**, ainsi qu'au départ et à l'arrivée.

CODE DE CONDUITE

GARDEZ CES RÈGLES EN TÊTE POUR ÉVITER
LES PÉNALITÉS OU LA DISQUALIFICATION.

**PAS DE
PROLONGATEURS**



**ROULEZ SUR
LE CÔTÉ DROIT
DE LA ROUTE**



**PORTEZ LE
MAILLOT ET LE
BRACELET
OBLIGATOIRES**



**UTILISEZ LES
TOILETTES
PUBLIQUES**



**PAS
D'ÉCOUTEURS**



**RAVITAILLEMENTS
EXTÉRIEURS
INTERDITS**



**APPORTEZ
L'AIDE DE
PREMIER
SECOURS**



**RESPECTEZ
LES AUTRES
PERSONNES**



**SUIVEZ LE
PARCOURS**



**UTILISEZ
LES ZONES
ECO POUR
JETER VOS
DÉCHETS**



**RESPECTEZ LES
LES AUTORITÉS**



**RESPECTEZ LA
VILLE ACCUEILLE**



AFTER THE RACE // APRES LA COURSE

REFRESHMENT

At the finish line there will be a tent with water, soda and basic food to refuel you.

POST-RACE MEAL & BIKE PARKING

Each rider receives a complimentary meal after the race; make sure you wear your wristband; it serves as your meal ticket. The post race meal is held at GFNY Finish Village. If you choose to eat directly after finishing the race, please note that BIKE PARKING IS MANDATORY utilize the provided bike racks for self-parking.

AWARDS

At 12pm, the Awards Ceremony will take place at the GFNY Finish Village.

RAFRAÎCHISSEMENTS

À l'arrivée, une tente offrira de l'eau, des boissons gazeuses et des aliments de base pour vous permettre de refaire le plein d'énergie.

REPAS D'APRÈS-COURSE ET STATIONNEMENT DES VÉLOS

Chaque participant reçoit gratuitement un repas après la course. Assurez-vous de porter votre bracelet, puisqu'il sert de billet pour votre repas.

Le repas d'après-course sera servi au GFNY Finish Village.

Si vous choisissez de manger immédiatement après avoir terminé la course, veuillez noter que LE STATIONNEMENT DES VÉLOS EST OBLIGATOIRE. Utilisez les supports à vélos prévus à cet effet pour stationner vous-même votre vélo.

REMISE DES PRIX

La cérémonie de remise des prix aura lieu à 12 h au GFNY Finish Village.

MEDALS, QUALIFICATION, RANKINGS // MÉDAILLES, QUALIFICATION ET CLASSEMENTS

OFFICIAL GFNY Ottawa FINISHER MEDAL

All riders will receive their GFNY Ottawa medal at the finish line.

Tous les participants recevront leur médaille GFNY Ottawa à la ligne d'arrivée.



QUALIFICATION

Top 20% of finishers in each age group qualify for racer corral at the GFNY World Championship NYC in May and GFNY World races for 380 days.

QUALIFICATION

Les premiers 20 % des finissants de chaque groupe d'âge se qualifient pour le sas de course au GFNY World Championship NYC en mai ainsi qu'aux courses GFNY World pendant les 380 jours suivants.

RANKINGS

GFNY Ottawa offers Rankings Points towards the season-long GFNY Rankings system. You can check the GFNY Rankings status on <https://gfny.cc/rankings>.

RANKINGS

GFNY Ottawa attribue des points de classement dans le cadre du système de classement GFNY, qui s'étend sur toute la saison. Vous pouvez consulter le classement GFNY sur <https://gfny.cc/rankings>.

GFNY 3xYEAR MEDAL

Your racing just got a whole lot more rewarding! Besides the great GFNY Ottawa medal that you'll receive at the finish line of GFNY Ottawa 2026, you also earn a "finish" towards earning the 3x2026 medal. Finish 3 GFNYs (for example: Cozumel, Uruguay, Ottawa) in 2026 to earn this beautiful, brag-worthy medal.

GFNY 10x / 20x / 30x / 40x MEDAL

For every 10 GFNYs that you finish (counting from the first GFNY in 2011), you will get special 10x / 20x / 30x / 40x medals.

PICKUP MULTI FINISHER MEDALS

Multi finisher medals will be available for corresponding athletes at the medal tent after the finish line.

MÉDAILLE GFNY 3x2026

Vos courses deviennent encore plus gratifiantes! En plus de la médaille GFNY Ottawa que vous recevrez à l'arrivée de GFNY Ottawa 2026, vous ajouterez également une course complétée à votre progression vers la médaille 3x2026.

Terminez 3 GFNY en 2026 (par exemple : Cozumel, Uruguay et Ottawa) pour obtenir cette médaille spéciale dont vous pourrez être fier!

MÉDAILLES GFNY 10x / 20x / 30x / 40x

Pour chaque tranche de 10 GFNY terminés depuis le tout premier GFNY en 2011, vous recevrez une médaille spéciale 10x, 20x, 30x ou 40x.

RÉCUPÉRATION DES MÉDAILLES MULTI-FINISHERS

Les médailles Multi-Finishers seront remises aux participants admissibles à la tente des médailles, située après la ligne d'arrivée.



OFFICIAL GFNY 10x 20x 30x 40x MEDALS

OFFICIAL PHOTOGRAPHY: SPORTOGRAF

Don't forget to smile! Sportograf is the official photography service of GFNY Ottawa with photographers stationed along the course and on motos. No one takes better pictures of you. Get a personal photos package and event pictures for an affordable price. Visit <https://www.sportograf.com/en/event/25968> after the race to view and purchase your race photos.

PHOTOGRAPHIE OFFICIELLE: SPORTOGRAF

N'oubliez pas de sourire! Sportograf est le service de photographie officiel du GFNY Ottawa, avec des photographes postés le long du parcours et à moto. Personne ne prend de meilleures photos de vous. Procurez-vous un forfait de photos personnel et des photos de l'événement à un prix abordable. Rendez-vous sur <https://www.sportograf.com/en/event/25968> après la course pour visionner et acheter vos photos de course.





GFNY OTTAWA

ottawa.GFNY.com