

International Expedition and Exchange Uniform - Uniforme des expéditions et échanges internationaux C7	
COMPOSITION	COMPOSANTES
<p>Participants in an International Exchange or Expedition will receive a black and red RCAC track suit. This track suit is the official uniform for the duration of the activity. The tracksuit is composed of the following:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tracksuit jacket <ul style="list-style-type: none"> ○ The jacket must be zipped up mid-chest where the logos begin. Cadets may adjust the bottom part with the elastics for comfort. The exchange pin may be worn on the left side of the collar; ○ The exchange golf shirt, t-shirt, blouse or shirt and tie should be worn with the tracksuit jacket. ○ If cadets have free time, they may wear their civilian clothing with the exchange jacket for identification purposes. • Tracksuit pants <ul style="list-style-type: none"> ○ The tracksuit pants will be worn when traveling and during most cultural activities. If some cultural activities require a more formal style of dress, cadets may wear beige, black or dark blue pants (ie. Dockers) or skirt (for female cadets). Jeans may not be worn during official visits. Jeans may only be worn during free time. ○ Tracksuit pants should be clean and properly fit the cadet. Pants will be worn where the actual waist is and not lower. Cadets should be discouraged from rolling their waist elastic. ○ Running shoes should be worn with the tracksuit. • Baseball cap. Cadets will wear the baseball cap as required (i.e. weather). Cadets will take off their baseball caps when they enter a building, a site of national importance, churches and where etiquette prescribes. Baseball Caps shall not be worn with formal dress. 	<p>Les participants à un échange ou une expédition internationale recevront un survêtement rouge et noir des CadRAC. Ce survêtement sera considéré comme étant l'uniforme officiel tout au long de l'activité. L'uniforme est composé des éléments suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Manteau du survêtement <ul style="list-style-type: none"> ○ La fermeture éclair du manteau doit être remontée jusqu'à mi-poitrine, vis-à-vis où débute les logos. Les cadets pourront ajuster la taille avec les élastiques pour leur confort. L'épinglette de l'échange peut être fixée sur le col, du côté gauche. ○ Le polo de l'échange, un t-shirt, un chemisier ou une chemise et une cravate devrait être porté sous le survêtement. ○ Quand les cadets ont des temps libres dans une ville, ils peuvent porter des vêtements civils avec le manteau du survêtement de l'échange pour être visible. • Pantalon du survêtement <ul style="list-style-type: none"> ○ Le pantalon du survêtement doit être porté pendant les déplacements et la plupart des activités culturelles. Si certaines activités culturelles exigent une tenue plus habillée, les cadets pourront porter un pantalon beige, noir ou bleu foncé (genre Dockers) ou une jupe (pour les cadettes). Nul ne doit porter de jean pendant les visites officielles. Le jean ne peut être porté que pendant les temps libres. ○ Le pantalon du survêtement devrait être propre et adapté à la taille du cadet. Les cadets ne devraient pas rouler le pantalon à la taille et le pantalon doit être porté à la taille et non plus bas que la taille. ○ Le survêtement devrait se porter avec des espadrilles. • Casquette. Portée quand cela convient (compte tenu des conditions météorologiques). Ils doivent la retirer quand ils rentrent dans un bâtiment, un lieu national important, une église ou un endroit où l'étiquette l'exige. Ne doit pas être portée avec une tenue habillée.

<ul style="list-style-type: none">• Exchange t-shirt. Will be worn when in PT dress, tracksuit or as directed by CSTC authorities. It should be clean and wrinkle free. Sleeves shall not be rolled up or tucked in. When the exchange t-shirt is worn with PT shorts or the tracksuit, it shall always be tucked in.• Exchange polo shirt. The same rules as with the t-shirt will be applied. Cadets will not wear the golf shirt with the grey PT shorts.• Shoes (running shoes, hiking shoes etc) shall be worn with tracksuit. A cadet will not wear flip flops; sandals, ballet shoes and the sort while wearing the exchange tracksuit in public.• Backpacks. Cadets are authorized to carry backpacks. When wearing the tracksuit, cadets and officers may carry a civilian pattern backpack. It may be carried in the left hand or worn suspended over both shoulders and square on the back. Backpacks shall be of a plain, conservative pattern and be dark in colour. Bright colours should be avoided. Accessories of any type (e.g., pins, dolls, keys, running shoes, water bottles, etc.) shall not be attached to the backpack.• Jewellery and makeup. Same rules as in uniform.• Hair and beard. Same rules as in uniform.• Sunglasses: Cadets may wear conservatively styled sunglasses with the uniform or tracksuit.	<ul style="list-style-type: none">• T-shirt de l'échange. Se porte avec la tenue d'entraînement physique ou le survêtement ou conformément aux instructions du CIEC. Il devrait être propre et non froissé. Les manches ne doivent être ni roulées ni repliées à l'intérieur. Porté avec des shorts d'entraînement physique ou le survêtement, le t-shirt de l'échange doit toujours être rentré dans le pantalon.• Polo de l'échange. Les règles qui s'appliquent au t-shirt valent pour le polo. Le polo ne doit pas être porté avec les shorts gris d'entraînement physique.• Chaussures. Des espadrilles, souliers de marche seront portés avec le survêtement de l'échange. Les cadets ne sont pas autorisés à porter des sandales de douches, des sandales, des ballerines ou autre en public avec le survêtement de l'échange.• Sac à dos. Les cadets et les officiers sont autorisés à porter un sac à dos. Avec le survêtement, ils peuvent porter un sac à dos de type civil. Le sac à dos doit être porté à la main gauche ou suspendu aux deux épaules, au milieu du dos. Les sacs à dos doivent être sobres et de couleur foncée. Les couleurs vives devraient être évitées. Il ne faut pas attacher d'accessoires de quelque nature que ce soit à l'extérieur du sac à dos (épinglettes, poupées, clés, chaussures de course, bouteilles d'eau, etc.).• Bijoux et maquillage. Mêmes règles que lorsqu'en uniforme.• Cheveux et barbe. Mêmes règles que lorsqu'en uniforme.• Lunettes de soleil. Les cadets peuvent porter des lunettes de soleil de style conservateur avec l'uniforme ou le survêtement.
---	---