

BRIEFING



TRIATHLON DU PLAN D'EAU DU CANADA

Dimanche 15 juin 2025

39^{ème} édition

M

samedi	retrait des dossards 16h-19h site du plan d'eau				
dimanche	xs	s	8/9 ans	10/13 ans	M
retrait des dossards	7h	7h	10h	10h	11h
ouverture parc	7h45	7h45	10h45	10h45	13h
fermeture parc	8h40	8h40	11h15	11h15	13h40
rejoindre départ natation	15min	15min	5min	5min	15min
départ course	9h15 jeunes 9h20 seniors et masters	9h	11h30	11h50	14h femmes 14h05 hommes
barrière sortie eau: après cet horaire le concurrent ne peut plus partir à vélo. Il est mis hors course.	9h35	9h35	12h30		15h30
recompenses	12h30	12h30	12h30	12h30	18h

Accès au site

- Parking concurrents rue de la mie au roy.
- Parking concurrents route de Fouquenes fermés après 8h30. départ après 17h.
- Anticipé votre arrivée pour vous préparer dans de bonnes conditions.
- Une buvette et restauration sur place.





RETRAIT DES DOSSARDS

Sur le site samedi 16h/19h

Dimanche dès 7h



Horaires course M

- 11h retrait des dossards
- 13h ouverture du parc
- 13h40 fermeture parc
- 15min rejoindre le départ natation
- 14h départ des femmes quelques minutes après départ des hommes
- **15h30** barrière horaire de sortie de parc à vélo: après cet horaire le concurrent sera interdit de partir sur le circuit à vélo et sa course sera terminée.
- 18h récompenses

Course M

- NATATION DE 1500 M une première boucle de 800 m une sortie à l'australienne sur la plage de départ puis une ligne droite jusqu'à la sortie d'eau.
- Attention une barrière horaire sera appliquée, à partir de 15h30 vous ne serez plus autorisé à partir sur le circuit vélo, vous serez mis hors course.
- CYCLISME effectuer 3 boucles de 13,5 km,
- COURSE A PIED effectuer 2 boucles de 5 km.
- Porter votre puce cheville gauche.
- Vous n'êtes pas autorisé à laisser du matériel distinctif (serviettes, sac...) à votre emplacement dans le parc.

Circuits M

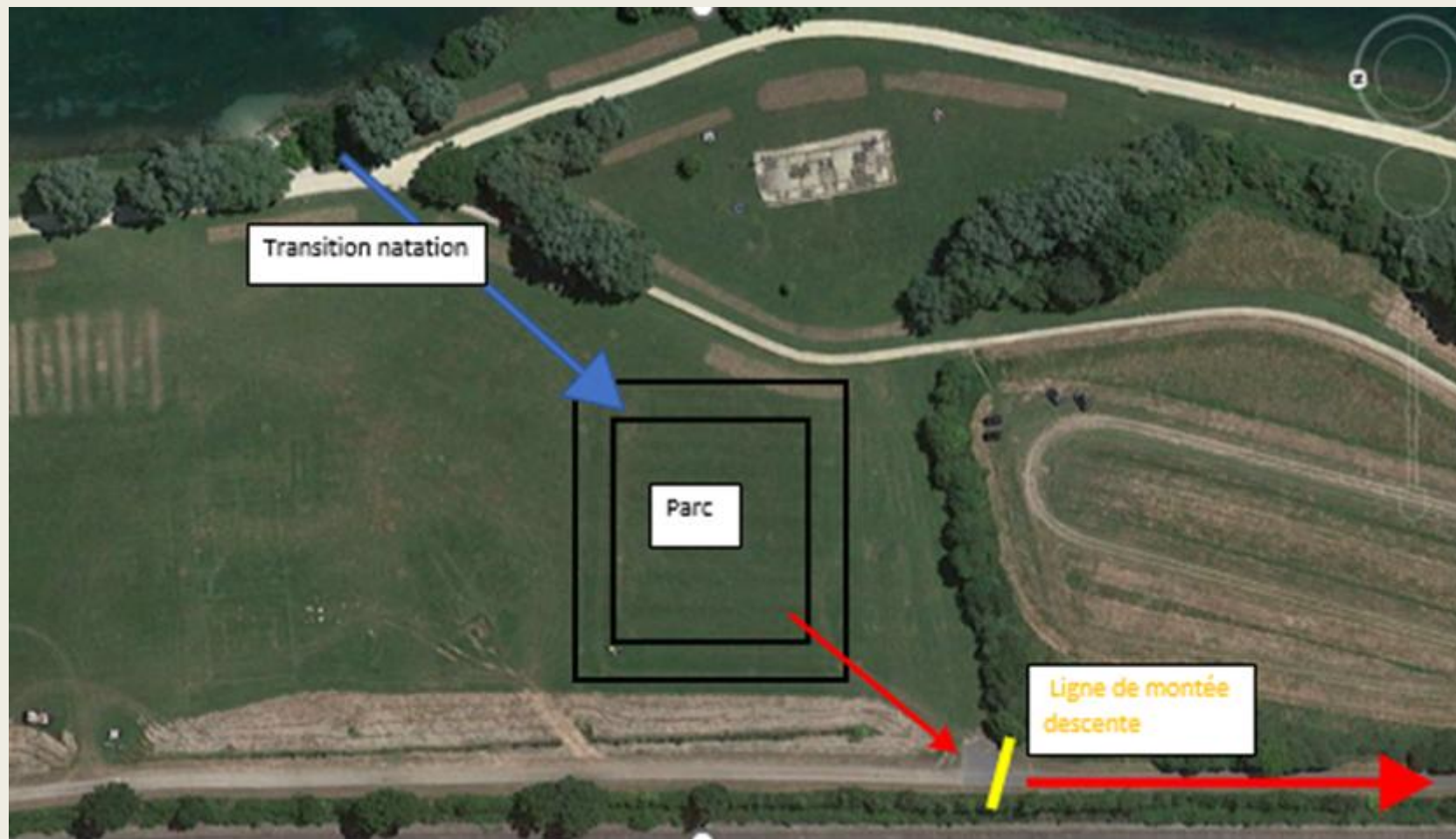


NATATION M

- Le départ s'effectue sur la plage . NATATION DE 1500 M une première boucle de 800 m une sortie à l'australienne sur la plage de départ puis une ligne droite jusqu'à la sortie d'eau.
- Le bonnet fournit par l'organisateur est obligatoire
- Les bonnets jaunes dans l'eau sont les hommes grenouilles et peuvent vous venir en aide en cas de besoin.
- La combinaison est autorisée sous les 24,5° .
- Les Femmes ont leur propre départ quelques minutes avant le reste des concurrents.
- Le dossard est interdit dans l'eau,

Transition 1: natation vélo

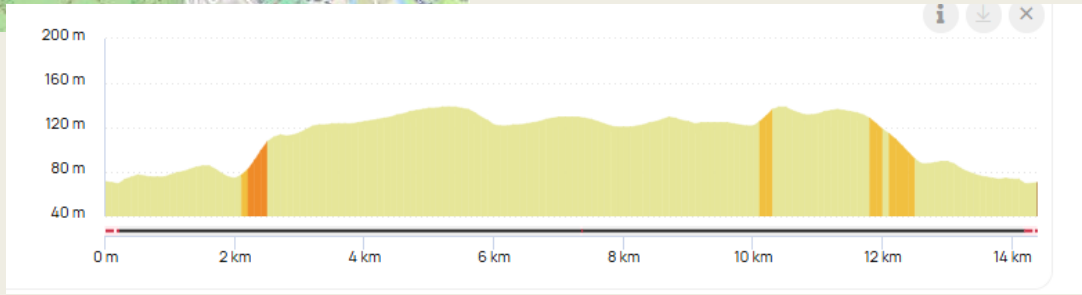
barrière horaire **15h30**



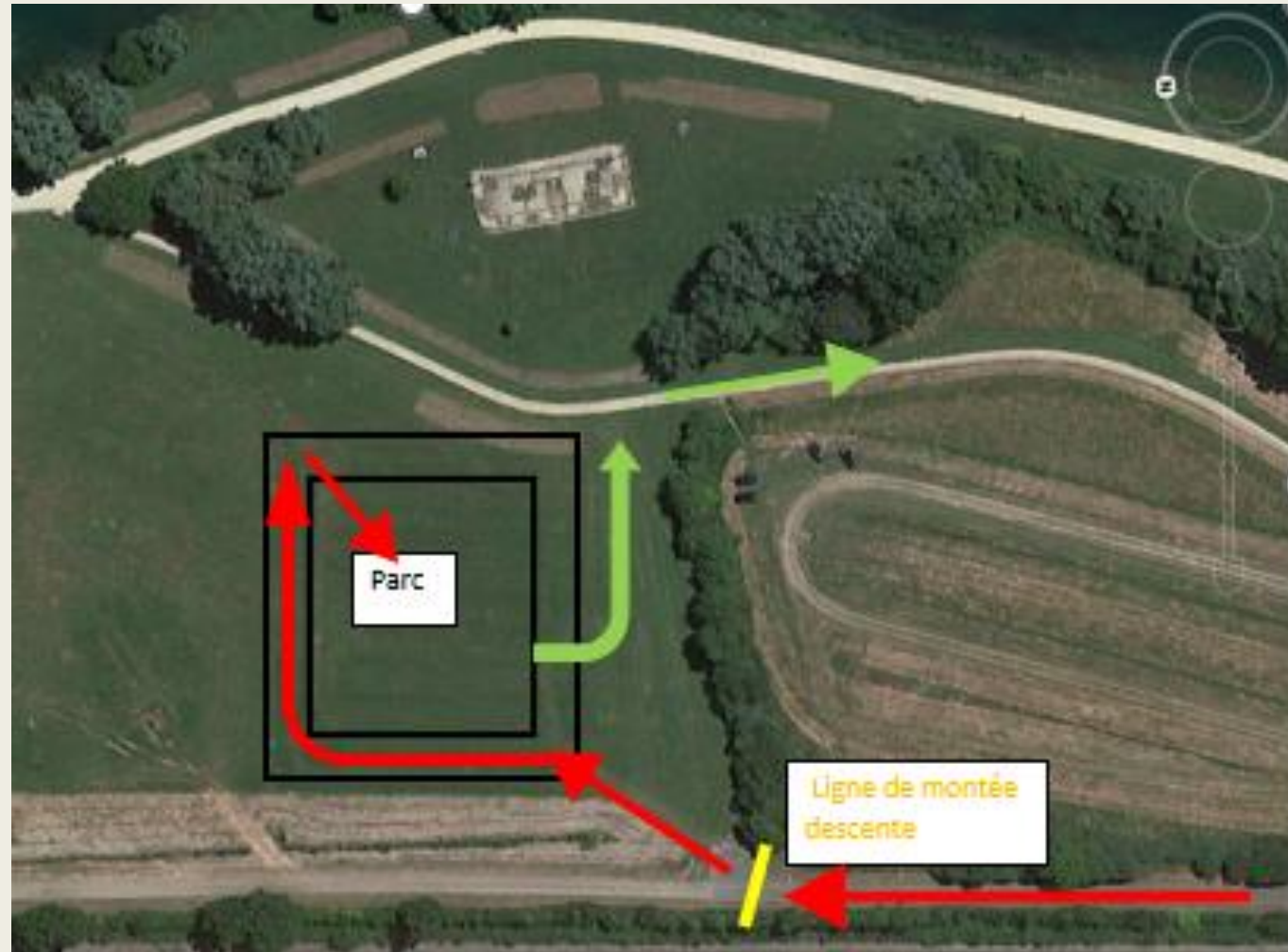
Cyclisme M

- 3 boucles de 13,5kms
- Le dossard est porté dans le dos.
- Le drafting, l'action de s'abriter derrière un concurrent, est interdit.
- Le code de la route reste en vigueur. Des véhicules motorisés circulent en même temps soyez vigilent.
- Le circuit reste ouvert dans le sens de circulation

Circuit de 13,5 km réaliser 3x la boucle



Transition 2 : vélo course à pied



Retour au parc à vélo après vos 3 tours de circuit:
serrez à droite



Récompenses 18h

scratch		Seniors		masters	
Homme	Femme	Homme	femme	Homme	femme
1	1	1	1	1	1
2	2	2	2	2	2
3	3	3	3	3	3
		juniors			
		Homme	Femme		
		1	1		
		2	2		
		3	3		

The image features two thick black L-shaped corner brackets. One is positioned in the top-left corner, and the other is in the bottom-right corner. They are oriented towards each other, framing the central text.

BONNE COURSE