



XX ème TRIATHLON DES ETANGS

5 ET 6 JUIN 2010

S.C.L PORT-BRILLET - 53410 PORT-BRILLET

TRIATHLON DES ETANGS
S.C.L. PORT-BRILLET



PROGRAMME

SAMEDI 5 JUIN :

- 17 H EPREUVE DECOUVERTE
- 200 M NATATION
 - 8 KMS CYCLISME
 - 2,5KMS COURSE A PIED
- 18 H 30 EPREUVE LOCALE (RELAIS)

SOIREE GALETTES SUIVIE DU FEU D'ARTIFICE

DIMANCHE 6 JUIN :

EPREUVE DU MATIN (SPRINT)

COURTE DISTANCE

PODIUM PLACE DE LA GARE

9 H Retrait des dossards
9 H 45 Exposé avant épreuve
10 H 00 Départ
12 H 00 Remise des Prix

12 H 30 - 13 H 45 Retrait des dossards
14 H Exposé avant épreuve
14 H 30 Départ
17 H 30 Remise des Prix

NATATION

EPREUVE DU MATIN

1 Parcours Triangulaire

COURTE DISTANCE

1500 M

1 Parcours Triangulaire

Le départ sera donné dans l'eau.

La combinaison isothermique sera obligatoire si la température de l'eau est inférieure à 16° (ep.5mm)

Les concurrents devront obligatoirement porter un bonnet de bain numéroté fourni par l'organisateur.

Tout moyen de propulsion et respiration (Palmes, masque, tuba.....) est interdit.

Lunettes de natation autorisées

CYCLISME

EPREUVE DU MATIN

21 Kms - 1 Boucle

COURTE DISTANCE

42 Kms - 2 Boucles

Application du règlement F.F. TRI

Application du carton noir (Boucle de pénalité)

COURSE A PIED

EPREUVE DU MATIN

5,200 Kms

COURTE DISTANCE

9,600 Kms

(2 boucles de 2,6 Kms avec passage devant le podium)

(3 boucles de 3,2 Kms avec passage devant le podium)

Des ravitaillements seront prévus sur le parcours pédestre.