

BRIEFING DES TRIATHLONS DU SURVIV'ORNE 3 JUILLET 2021

PRÉVOIR DE SORTIR RAPIDEMENT DE LA ZONE D'ARRIVÉE

PRÉVOIR SON BONNET DE BAIN

PRÉSENTATION OBLIGATOIRE DU DOSSARD POUR QUITTER LE PARC A VELO

DUATHLON n°1 - Départ 10h30

- 200 m course à pied : 1 aller retour jusqu'au plot
- 800 m vélo : 1 aller et retour sur la digue
- 200 m course à pied : 1 aller retour jusqu'au plot

TRIATHLON n°2 - Départ 11h00

- 50 m natation : 1 boucle
- 800 m vélo : 1 aller et retour sur la digue
- 400 m course à pied : 1 aller retour jusqu'au plot

TRIATHLON n°3 - Départ 11h30

- 100 m natation : 2 boucles avec sortie à l'australienne
- 2 km vélo : 1 tour
- 800 m course à pied : 1 aller retour jusqu'au plot

TRIATHLON n°4 - Départ 12h00

- 150 m natation : 2 boucles avec sortie à l'australienne
- 4 km vélo : 2 tours
- 1,2 km course à pied : 1 aller retour jusqu'au plot

TRIATHLON XS n°5 - Départ 15h00

- 400 m natation : Départ décalé de 5 mn pour les benjamins et les minimes. Départ simultané mais séparé dans l'espace Homme-femme. 1 boucle avec 2 Optimist main gauche. **Temps limite 15h15**
- 12 km vélo : 1 boucle sur route fermée à la circulation sauf pour les riverains dans le sens de la course. ATTENTION zone double sens de circulation entre la Brochardière (km 1) et le carrefour des Vaux (km 3). **Temps limite 16h00.**
- 2,5 km course à pied : 1 tour de plan d'eau. **Temps limite 16h30.**

TRIATHLON S n°6 - Départ 16h30

- 750 m natation : Départ simultané mais séparé dans l'espace Homme-femme. 2 boucles avec 2 Optimist main gauche. Sortie à l'australienne. **Temps limite 17h00**
- 20 km vélo : 1 boucle sur route fermée à la circulation sauf pour les riverains dans le sens de la course. **Temps limite 18h20**
- 5 km course à pied : 2 tours de plan d'eau (pas de collier, tapis de comptage). **Temps limite 19h05**

BRIEFING DES TRIATHLONS DU SURVIV'ORNE 4 JUILLET 2021

PRÉVOIR DE SORTIR RAPIDEMENT DE LA ZONE D'ARRIVÉE

PRÉVOIR SON BONNET DE BAIN

PRÉSENTATION OBLIGATOIRE DU DOSSARD POUR QUITTER LE PARC A VELO

TRIATHLON L n°7 - Départ 9h30

- **1.9 km natation** : Départ simultané mais séparé dans l'espace Homme-femme. 2 boucles avec 4 Optimist main gauche et bouée VERTE main droite avant sortie de l'eau. Sortie australienne. **Temps limite 10h40**
- **82 km vélo** : 2 boucles sur route avec demi tour à l'entrée de la base de loisirs.
 - Route fermée à la circulation sauf aux riverains dans le sens de la course. Attention, 4 km de route forestière au revêtement moyen + quelques virages dangereux signalés.
 - ATTENTION zone double sens de circulation entre la Brochardière (km 1) et le carrefour des Vaux (km 3) puis entre le carrefour du Gravier (km 11) et le carrefour du Sape du cerf (km 12)
 - Pas de ravitaillement sur la partie vélo
 - **Temps limite 14h40**
- **20 km course à pied** : 3 boucles (plan d'eau + Péleras + 1 aller retour + plan d'eau) ATTENTION, concurrents du M font demi tour avant. Pas de collier, pointage manuel au demi tour et tapis compte tour.
 - Pas de ravitaillement solide, prévoir son ravitaillement personnel
 - Ravitaillement en eau uniquement : R1 au départ, R2 au centre équestre Péleras, R3 au demi-tour du carrefour de l'aumône, R4 au 2^{ème} passage centre équestre Péleras.
 - Arrivée : Pas de tee shirt SURVIVANT(E), ravitaillement sous forme de panier repas
 - **Temps limite 17h20.**

TRIATHLON M n°8 - Départ 11h15

- **1,5 km natation** : Départ simultané mais séparé dans l'espace Homme-femme. 2 boucles avec 3 Optimist main gauche + bouée VERTE main droite. Sortie australienne. **Temps limite 12h05**
- **41 km vélo** : 1 boucle sur route.
 - Route fermée à la circulation sauf aux riverains dans le sens de la course. Attention, 4 km de route forestière au revêtement moyen + quelques virages dangereux signalés.
 - ATTENTION zone double sens de circulation entre la Brochardière (km 1) et le carrefour des Vaux (km 3) puis entre le carrefour du Gravier (km 11) et le carrefour du Sape du cerf (km 12)
 - Pas de ravitaillement sur la partie vélo
 - **Temps limite 14h05**
- **10 km course à pied** : 2 boucles (plan d'eau + Péleras + 1 aller retour + plan d'eau) ATTENTION, concurrents du L font demi tour plus loin. Pas de collier, pointage manuel au demi tour et tapis compte tour.
 - Pas de ravitaillement solide, prévoir son ravitaillement personnel
 - Ravitaillement en eau uniquement : R1 au départ, R2 au centre équestre Péleras, R4 au 2^{ème} passage centre équestre Péleras.
 - Arrivée : Ravitaillement sous forme de panier repas
 - **Temps limite 15h20.**