

**Triathlon Vert de Saint-Georges-sur-Meuse – le dimanche 20 avril 2025.**

## **GUIDE DE L'ATHLÈTE**

### Important !

#### Dès votre arrivée.

*Parking : à votre arrivée, nous vous conseillons de stationner votre voiture à 4470 Saint-Georges-sur-Meuse : dans la rue Freedy Terwagne, sur le parking derrière l'église (rue Freedy Terwagne), Boulevard des Combattants, rue des Platanes, rue des Aubépine.*

***Le parking du supermarché « Carrefour Market » est exclusivement réservé aux clients du magasin. Merci de ne pas stationner sur ce parking !***

### Informations générales.

Accueil : secrétariat, retrait des dossards, cafétaria (boissons et petite restauration – pains saucisses) et vestiaires : piscine communale de Saint-Georges-sur-Meuse, rue Eloi Fouarge, 29 – 4470 Saint-Georges-sur-Meuse (dès 9h15).

Les épreuves sont soumises au règlement de la LF3.

Documents à présenter le jour de l'épreuve : licence 2025 pour les licenciés.

Informations : Hervé MAURISSEN - 0492/31.98.41.  
h.maurissen@gmail.com

#### **Triathlon Découverte de Saint-Georges. VTT et Gravel (vélos cyclo-cross interdits). Ouvert à tous à partir de 16 ans (année 2009).**

Natation 300 mètres, vélo 11 km et course à pied 2,5 km.

Podiums pour les 3 premiers de la course (hommes et dames). Il n'y a pas de distinction entre les VTT et les vélos Gravel pour le classement.

Remise des prix à 13h00.

#### **Triathlon vert de Saint-Georges. VTT et Gravel (vélos cyclo-cross interdits). Ouvert à tous à partir de 16 ans (année 2009).**

Natation 500 mètres, vélo 22 km et course à pied 5 km.

Podiums pour les 3 premiers au scratch (hommes et dames) et pour les 3 premiers dans les catégories d'âge. Il n'y a pas de distinction entre les VTT et les vélos Gravel pour le classement. Remise des prix à 15h00.

Jeunes	M - F	2009 à 2006
MU23-FU23		2005 à 2002
M24-F24		2001 à 1986
M40-F40		1985 à 1976
M50-F50		1975 à 1966
M60-F60		1965 à 1956
M70-F70		1955 et plus

## INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES.

Contenu de votre enveloppe remise lors de votre arrivée au secrétariat.

- votre dossard.
- votre petite plaque rigide à attacher au guidon du vélo.
- 2 colliers colson pour attacher la plaque de cadre.
- votre chips.
- Un autocollant à placer sur le casque.

Dossards : placer le dossard dans le dos pour le cyclisme et sur la poitrine pour la course à pied.

Plaque de cadre : fixer la plaque sur le guidon à l'aide des 2 colliers colson qui vous seront fournis.

CHIPS : placer le chips à la cheville gauche.

Parc à vélo : obligation d'utiliser un box (caisse en plastique) pour y déposer le matériel de compétition. Les sacs à dos ou tout autres types de sacs sont interdits dans le parc à vélo. Vous pouvez utiliser votre propre box ou celui fourni par les organisateurs.

Coller votre étiquette numérotée sur l'avant du casque vélo.

Consigne : vous pouvez laisser votre sac de vêtements à la consigne. Elle se trouvera dans le chapiteau à côté du parc à vélo et sera gardée.

Se présenter à la piscine 10 minutes maximum avant le départ. Seuls les triathlètes concernés par le prochain départ seront présents au bord du bassin. Port obligatoire du bonnet fourni par l'organisateur et rendre le bonnet dans le panier prévu à la sortie de la piscine. Le départ se fera dans l'eau (petite profondeur).

Vélo : casque obligatoire, respecter le code de la route, roulez à droite, 3 pointages par tour.

Course à pied : dossard visible sur la poitrine, 2 pointages par tour.

Récupération de votre vélo : se présenter au parc à vélo avec votre dossard pour pouvoir reprendre votre vélo. Un bike-wash sera disponible. Un tuyau d'arrosage sera disponible à côté de la piscine (du côté du magasin Carrefour Market).

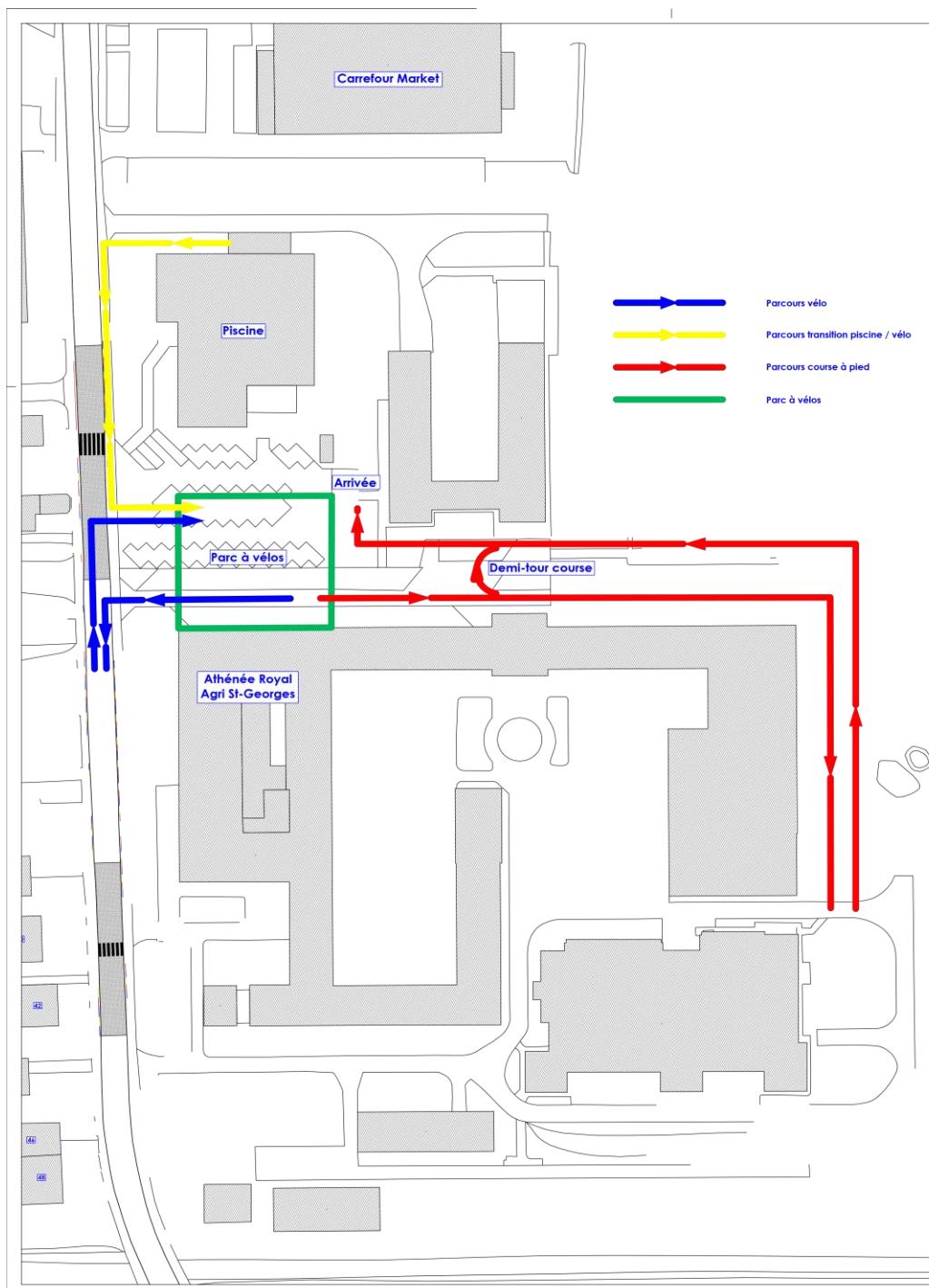
Tous les règlements de la LF3 sont d'application. Les problèmes sportifs sont de la compétence du Comité Organisateur. Les décisions sont sans appel.

VTT et vélos gravel autorisés (vélo de cyclocross interdits) pour le triathlon découverte et le triathlon promo.

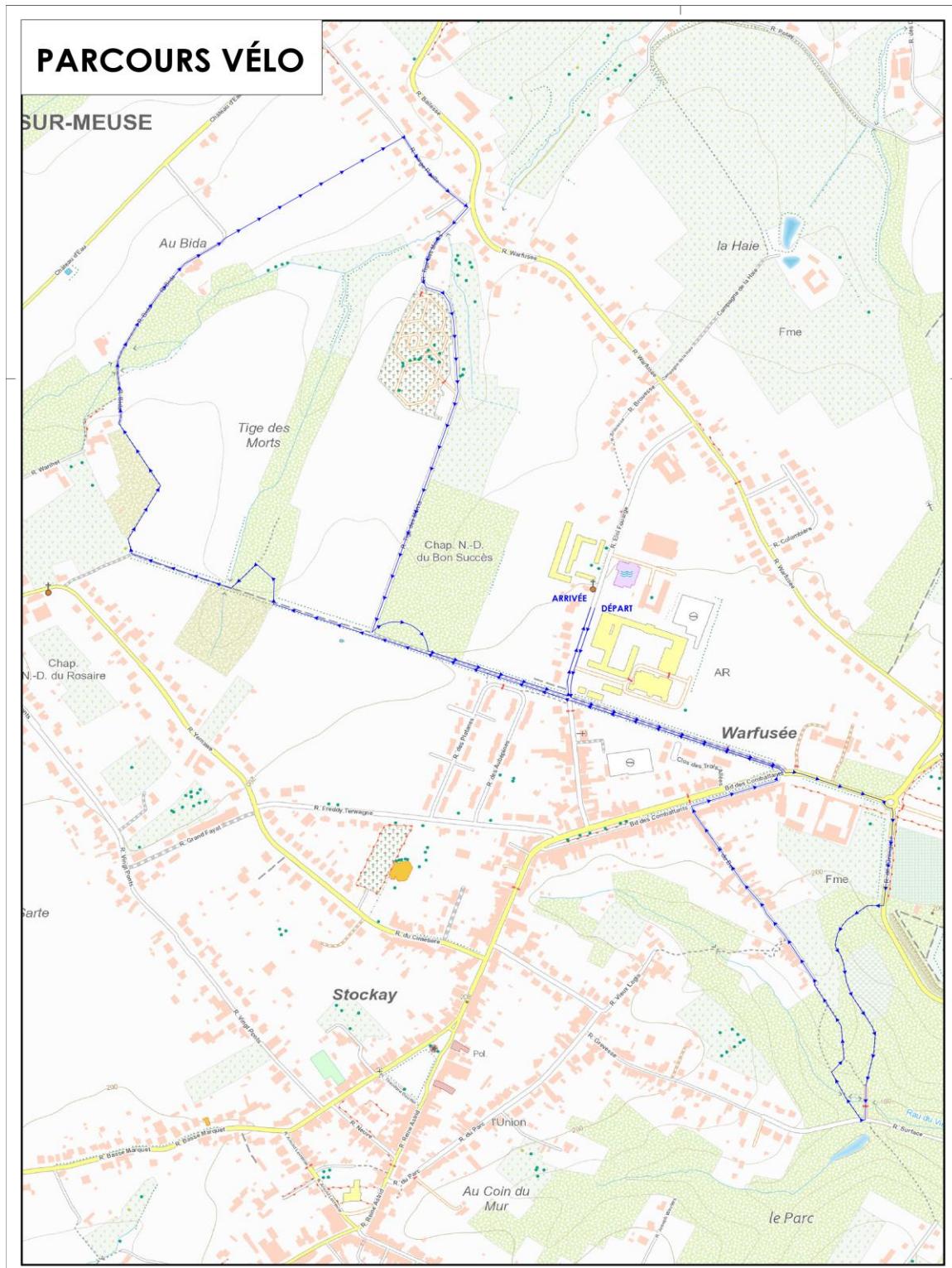
Distances.

		Natation	Vélo distances	Vélo nbre tours	Course distances	Course nbre tours
DECOUVERTE	2009 et avant	300	11	2	2,5	1
TRIATHLON	2009 et avant	500	22	4	5	2

## Aire de transition.



## Parcours vélo.



Parcours course à pied.

