



Triathlon de Saint-Georges-sur-Meuse – le dimanche 31 mars 2024

BRIEFING AVANT COURSE

Parking : à votre arrivée, nous vous conseillons de stationner votre voiture : 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.

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

Plaque de cadre VTT : 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.

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.

Vélo : casque obligatoire, respecter le code de la route, 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.

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 obligatoire pour les iron kids et les jeunes. VTT et vélos gravel autorisés pour le triathlon découverte et le triathlon promo (départs et classements séparés).

Horaires et distances.

			Natation	Vélo	Vélo	Course	Course
				distance	nbre tours	distance	nbre tours
11h00	kids 06	2017-2018	25	1	1	250	1
11h30	kids 08	2015-2016	50	2	1	500	2
11h35	kids 08	2015-2016	50	2	1	500	2
12h05	kids 10	2013-2014	100	4	2	1	2
12h10	kids 10	2013-2014	100	4	2	1	2
12h30	JC	2011-2012	200	5,5	1	1,5	1
12h35	JC	2011-2012	200	5,5	1	1,5	1
13h00	JB	2009-2010	400	11	2	2,5	1
13h15	JB	2009-2010	400	11	2	2,5	1
13h40	JA	2007-2008	750	16,5	3	5	2
13h40	JUNIORS	2005-2006	750	16,5	3	5	2
14h00	DECOUVERTE	2007 et avant	300	11	2	2,5	1
14h15	TRIA	2007 et avant	500	22	4	5	2
14h30	TRIA	2007 et avant	500	22	4	5	2
14h45	TRIA	2007 et avant	500	22	4	5	2

Informations générales.

Natation en piscine (bassin de 25 mètres), vélo et course à pied sur des circuits entièrement fermés à la circulation.

Ouvert à tous : avec ou sans licence de triathlon.

Accueil, secrétariat, retrait des dossards, cafétaria (boissons et petite restauration) et vestiaires : piscine communale de Saint-Georges-sur-Meuse, rue Eloi Fouarge, 29 – 4470 Saint-Georges-sur-Meuse (dès 9h00).

Les épreuves sont soumises au règlement de la LF3.

Documents à présenter le jour de l'épreuve : licence 2024 en ordre, certificat d'aptitude de moins de 3 mois (pour les non-licenciés).

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

Challenge Life Kids de la LF3. Vtt obligatoire.

11h00 : M/F 06 nés en 2017 et 2018 (natation 25 mètres, VTT 1 km et course à pied 250 mètres)

11h30 : M/F 08 nés en 2015 et 2016 (natation 50 mètres, VTT 2 km et course à pied 500 m)

12h05 : M/F 10 nés en 2013 et 2014 (natation 100 mètres, VTT 4 km et course à pied 1 km)

Podiums pour les 3 premiers de chaque course.

Une médaille de participation pour chaque enfant.

Triathlon des jeunes de Saint-Georges. Vtt obligatoire.

12h40 : Jeunes C nés en 2011 et 2012 (natation 200 mètres, VTT 5,5 km et course à pied 1,5 km)

13h05 : Jeunes B nés en 2009 et 2010 (natation 400 mètres, VTT 11 km et course à pied 2,5 km)

13h40 : Jeunes A nés en 2007 et 2008 (natation 750 mètres, VTT 16,5 km et course à pied 5 km)

13h40 : Juniors nés en 2005 et 2006 (natation 750 mètres, VTT 16,5 km et course à pied 5 km).

Podiums pour les 3 premiers de chaque course.

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

14h00. Natation 300 mètres, vélo 11 km et course à pied 2,5 km.

Podiums pour les 3 premiers de la course.

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

14h15. Natation 500 mètres, vélo 22 km et course à pied 5 km.

Podiums pour les 3 premier au scratch et pour les 3 premiers dans les catégories d'âge.

Podiums séparés pour les VTT et les vélos gravel.

MU23-FU23 2004 à 2001

M24-F24 2000 à 1985

M40-F40 1984 à 1975

M50-F50 1974 à 1965

M60-F60 1964 à 1955

M70-F70 1954 et plus