



34^e TRIATHLON DE CARCASSONNE

20 & 21 mai 2023

BRIEFING

Triathlon Jeunes





INFORMATIONS SUR L'ORGANISATION



Le Triathlon Club Carcassonne vous remercie de votre inscription
Nous sommes heureux de vous accueillir pour le 34^e Triathlon de Carcassonne

Comité d'organisation

Véronique BEDMAR (Présidente) / Triathlon Club Carcassonne

Arbitre principal

Franck Debreilly

Animateur

Philippe PANETTA





SITE DE L'ÉPREUVE



- Épreuve organisée sur le complexe de loisirs Raymond Chésa / Lac de la Cavayère, Carcassonne.
- Accès au site : <https://goo.gl/maps/Dw2dFo1yob12>
- Lors de votre arrivée sur le site en voiture, conformez-vous aux indications des bénévoles. Soyez prudents car les parcours vélo empruntent les routes d'accès au site.
- Une aire stationnement est prévue dans le champ en herbe qui se situe sur la gauche de la route qui mène au lac. Les parkings du complexe de loisirs et du lac étant utilisés pour le parc à vélos et les courses, aucun véhicule ne pourra y stationner.
- Sur le site de course vous trouverez le village d'arrivée avec :
 - Les chalets de retraits de dossards
 - Le podium
 - Les secours
 - La buvette du TCC qui assurera la restauration durant tout le week-end (sandwichs, frites, gâteaux, boissons...)
 - Les stands de nos partenaires : Réflexothérapeutes et Le French Cyclard





DÉROULEMENT DE LA JOURNÉE

Horaires



Les courses enfants débuteront à partir de 12h00 sur la plage de sable, 4 courses successives sont organisées.
Chaque départ aura lieu après l'arrivée sous l'arche du dernier concurrent de la course précédente.

	Retrait dossards*	Ouverture parc vélo	Fermeture parc Briefing sur la plage de départ	DÉPART	Remise des récompenses
DIMANCHE 21 MAI					
Triathlon S	À partir de 7h30	8h00	9h15	9h30 → D3 femmes 9h32 → D3 hommes 9h34 → Open femmes 9h36 → Open hommes	À partir de 12h00
Triathlons Jeunes	À partir de 10h30	11h30 (rdv plage de sable)	5 min avant chaque course	12h00 → Départ de la 1 ^{ère} course (4 courses prévues selon le nombre d'enfants inscrits et leur catégorie d'âge)	Chaque enfant sera récompensé par une médaille à l'arrivée.
Triathlon XS	À partir de 10h30	12h45	13h40	14h00 → Benjamins 14h05 → Femmes 14h07 → Hommes	À partir de 15h00

*Le retrait des dossards pour les courses du dimanche sera également possible le samedi de 16h00 à 19h00.





RETRAIT DES DOSSARDS



IMPORTANT

Pour retirer votre dossard le jour de l'épreuve vous devrez obligatoirement vous munir des pièces suivantes :

- **JUSITIFICATIF D'INSCRIPTION** (que vous avez reçu par mail lors de votre inscription).
- Une pièce d'identité.
- Licencié(e)s FFTRI : votre licence FFTRI 2023. Si vous possédez une licence loisir vous devrez également fournir un certificat médical.
- Non licencié(e)s / Licences loisirs : un **certificat médical de « Non contre-indication à la pratique du TRIATHLON EN COMPÉTITION » de moins d'1 an.**
- Mineurs : l'autorisation parentale signée est obligatoire pour les non licenciés.

ATTENTION : le dossard devra être fixé sur l'avant de la tenue utilisée pour la course ou sur une ceinture porte dossards
(prévoir au moins 3 épingles à nourrice).





AIRE DE TRANSITION



2 PARCS À VÉLOS

- 2 parcs à vélos sont prévus : parc n°1 pour la transition natation/vélo (sur la plage en sable), parc n°2 pour la transition vélo/course à pied (sur la route située au-dessus de la plage en sable).

INSTALLATION & RÉCUPÉRATION DU MATÉRIEL

- Les enfants doivent se présenter au parc : dossard attaché, casque positionné sur la tête jugulaire fermée, étiquette vélo fixée sur la tige de selle.

- Dépôt des vélos dans le parc n°1 qu'après la sortie du dernier vélo de la course précédente.

- Les parents ne seront admis à récupérer le matériel de natation dans le parc à vélos n°1 qu'après la sortie du dernier vélo, et les casques et vélos ne seront récupérés dans le parc à vélos n°2 qu'après la fin de chaque course.

- **Merci de récupérer vélos et matériel le plus tôt possible après la course de votre enfant pour laisser la place aux concurrents des courses suivantes.**

- **La présence des parents courses est interdite, l'organisation ne sera**



dans le parc à vélos pendant les aucune aide extérieure à autorisée.





NATATION



RÈGLEMENT

- Le port de la combinaison n'est pas obligatoire, mais conseillé en cas de température de l'eau basse.
- La natation sera annulée si la température de l'eau est inférieure à 16°C.
- La température de l'eau sera annoncée 1 heure avant le départ. En cas d'annulation de la partie natation, celle-ci sera remplacée par une petite section de course.
- Toute tentative de couper le parcours aux bouées entraînera une disqualification immédiate.
- Un enfant peut être autorisé à ne pas effectuer la partie natation, dans ce cas il ne sera autorisé à pénétrer dans le parc à vélos qu'après l'entrée du dernier nageur (merci de prévenir les organisateurs avant le départ).

PROCÉDURE DE DÉPART

- Le départ est donné sur la plage de sable après un rappel des règles de course et de sécurité par l'organisateur.
- Le départ et l'arrivée de la partie natation sont situés sur la plage de sable.





VÉLO



MONTÉE ET DESCENTE DU VÉLO

- Elles seront matérialisées par des lignes au sol.
- MONTÉE : le trajet jusqu'à la ligne de montée se fait vélo à la main, casque attaché, la montée se fait après la ligne de montée.
- DESCENTE : dépose pied à terre avant la ligne de descente, le trajet jusqu'au parc se fait ensuite vélo à la main, casque attaché.

SUR LA ROUTE

- Le port du casque à coque rigide, jugulaire fermée, est obligatoire.
- Les parcours se déroulent sur les chemins du lac de la Cavayère, hors circulation routière. Bien que partiellement goudronnées, les routes ne sont pas en bon état, aussi nous déconseillons l'utilisation des vélos de course et recommandons l'utilisation d'un VTT.
- Le parcours ayant lieu en aller-retour les participants devront rouler à droite.
- Un vélo de l'organisation ouvre et un autre ferme les parties vélo et course à pied.
- Les parents ne sont pas autorisés à assister les enfants.





COURSE À PIED



- Il s'agit d'un aller et retour sur le chemin goudronné en direction du parc d'accrobranche.
- Il n'est pas autorisé de courir avec le casque.

ARRIVÉE

- L'arrivée est située sous l'arche commune aux arrivées de toutes les courses du weekend.
- Un ravitaillement est prévu à l'arrivée.
- Les vélos et le matériel devront être récupérés dès l'issue de la course pour laisser la place aux concurrents des courses suivantes.

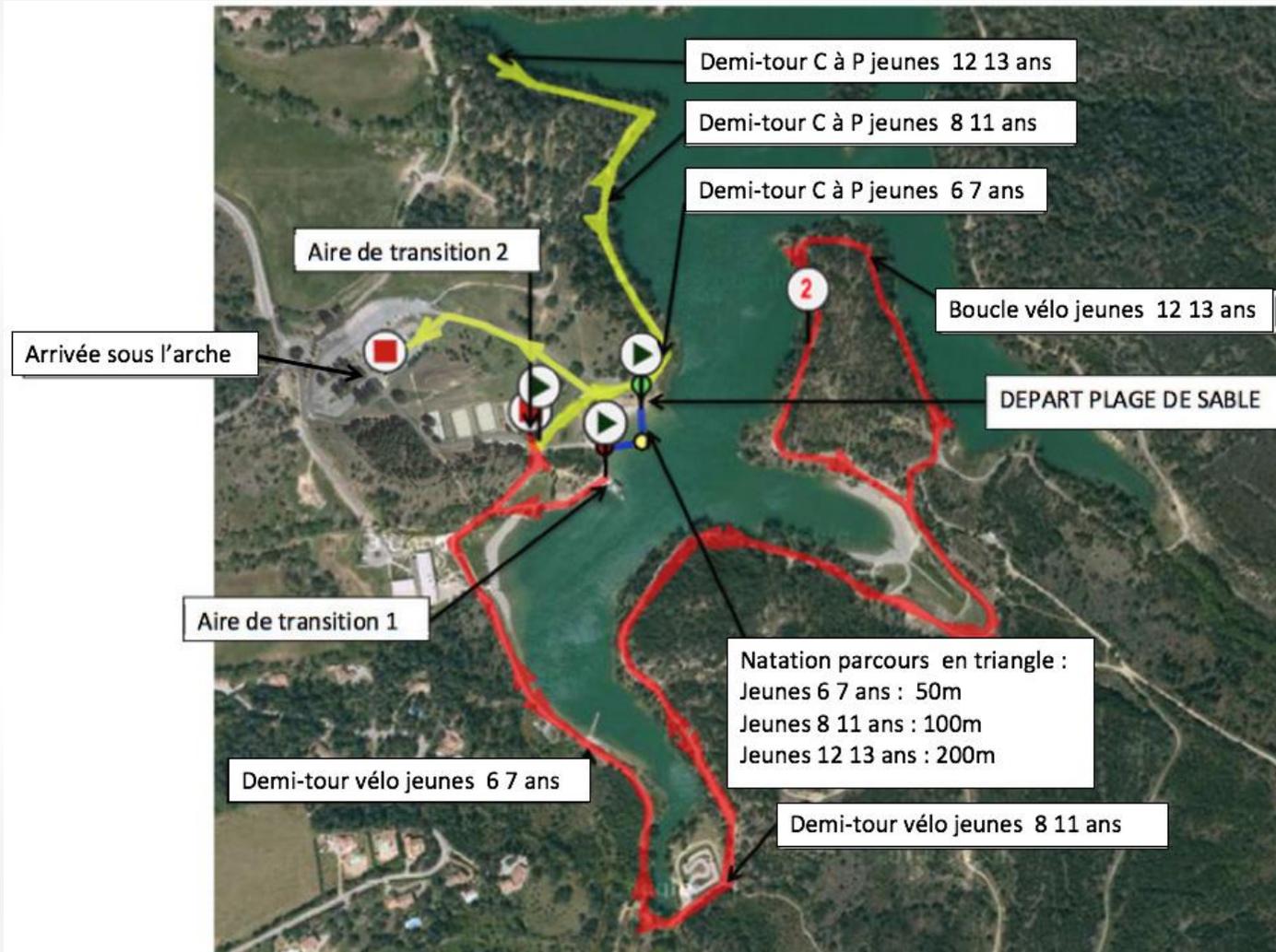
CLASSEMENTS

- Chaque enfant sera récompensé à l'arrivée par une médaille.
- Cette épreuve étant une animation/découverte, aucun chronométrage ni classement ne sera établi, aucun podium n'est prévu.





PLAN DES PARCOURS





POUR LES PARENTS

Règles de sécurité & comment assister à l'épreuve ?



RÈGLES DE SÉCURITÉ (art. 4 du règlement)

- En cas d'abandon sur les parties vélo ou course à pied, l'enfant devra rester sur le parcours et le finir en marchant afin de permettre au bénévole fermant la course de s'assurer de la bonne arrivée tous les concurrents. En cas de sortie de l'enfant du parcours balisé, il ne pourra plus être considéré sous la responsabilité de l'organisation. En dehors des temps de course (avant le départ et après l'arrivée), les enfants restent sous l'entière responsabilité des adultes majeurs accompagnants. L'organisation considère que ces démarches ont été expliquées à chaque enfant par son responsable.

COMMENT ASSISTER À L'ÉPREUVE ?

- Soyez présents sur la plage de sable pour la natation et à la transition n°1
- Vous aurez ensuite le temps, pendant la partie vélo, de récupérer le matériel de natation dans le parc à vélo n°1 et de monter en haut de la dernière difficulté du parcours vélo pour les encourager et assister à la transition n°2.
- Pour finir, il faudra vous presser de vous rendre vers l'arche afin d'assister à l'arrivée, si vous êtes assez rapides vous pourrez même immortaliser ce moment ;-)
- **RAPPEL : les parents ne sont pas autorisés à assister les enfants pendant les courses.**
- **À l'issue de l'épreuve de votre enfant merci de récupérer au plus vite les vélos au parc n°2 pour libérer la place pour les concurrents des courses suivantes.**





PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT



Nous attirons votre attention à respecter des zones de propreté mises à votre disposition sur le site, et sur les parcours en vélo et course à pied.

L'abandon de déchets (gels, bidons, etc...) en dehors de ces zones entrainera un Stop & Go ou une disqualification par Carton Rouge si la remise en conformité est impossible.





MERCI DE VOTRE ATTENTION BONNE COURSE !



Retrouvez toutes les informations et détails des parcours sur le site de la course : <http://www.triathlondecarca.com>

Règlement de l'épreuve : <http://www.triathlondecarca.com/triathlon/reglement/>

Règlementation Sportive de la FFTRI : <https://www.fftri.com/pratiquer/reglementation-sportive/>

