



BRIEFING DE COURSE

24ème Triathlon des Sucrs

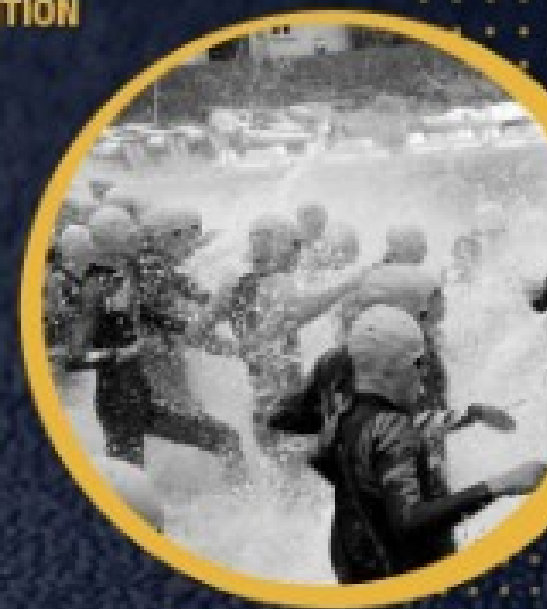
Samedi 2 juillet 2022



TRIATHLON DES SUCS 24^{ÈME} ÉDITION

SAMEDI 2 JUILLET 2022

Berrage de Lavalette (43200 Lapte)



informations et inscriptions:
<http://www.fryssingeaux.fr>



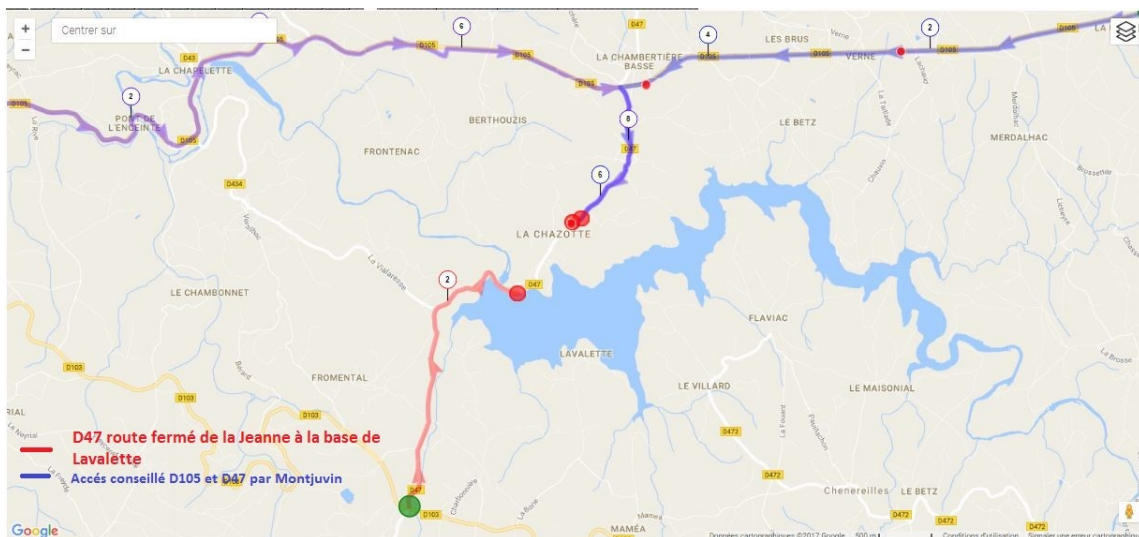
Qui fait quoi?

- **Organisateur:** Tryssingeaux
- **Président:** Cyril Moury
- **Directeur de course:** Roger Sabatier
- **Animateurs:** Sébastien Juanole et Bruno Copetti
- **Arbitre Principal:** Mr Crouzet (open) et Mr Decovemaker (S D3)
- **Chronométrage:** Chronospheres
- **Site internet:** www.tryssingeaux.fr



Accès

Barrage de Lavalette La Chazotte 43200 Lapte
Coordonnées GPS : 45.151447, 4.218898



Depuis RN88:

- Sortie Yssingeaux/ Montfaucon
- Suivre direction Montfaucon (D105)
- Suivre Base Nautique de Lavalette (via Montjuvin D47)

D47 fermée de la base nautique à la Jeanne (D103) accès à la base impossible par Versilhac

Plus d'infos www.tryssingeaux.fr > Triathlon des Sucs > Accès

Parking



Plan du Site



Sur place:

- Douches
- Vestiaires
- Snack
- Buvette
- Consigne



Le Programme

PROGRAMME	Triathlon S D3 Hommes	Triathlon S D3 Femmes	Triathlon XS	Triathlon S OPEN	Triathlon Jeunes 8/11 ans
Tri des Sucs					
Retrait des dossards	De 16h à 19h la veille	De 16h à 19h la veille	De 16h à 18h la veille De 10h à 12h00	De 16h à 18h la veille De 10h à 14h15	De 16h à 18h la veille De 10h à 17h00
Cloture des inscriptions	Pas d'inscription sur place Jeudi 30 juin	Pas d'inscription sur place Jeudi 30 juin	Jeudi 30 juin par internet sur place jusqu'à 12h	Jeudi 30 juin par internet sur place jusqu'à 14h15	Jeudi 30 juin par internet sur place jusqu'à 17h
Ouverture du parc à vélo	7h45	7h45	11h45	13h45	16h45
Fermeture du parc à vélo	8h45	8h45	12h30	14h45	17h30
Briefing	8h50	10h20	12h35	14h50	17h35
DEPART	9h00	10h30	12h45	15h00	17h45
Fin de course	10h31	12h01	14h15	17h30	18h00
Fin évacuation du parc à vélo	11h35	12h35	14h30	19h00	19h00
Remise des	10h45	12h20	15h30	18h30	18h20

Retrait des Dossards

- **Horaires du retrait des dossards en fonction des courses (cf programme)**
- **Inscription sur place possible pour le XS, S OPEN et la course 8/11 ans (cf programme)**
- Pour les courses S D3 H/F : 1 personne par équipe
- **Ceinture porte dossard obligatoire**
- Pas de marquage : bracelet donné au retrait des dossards à conserver jusqu'à la récupération du vélo dans le parc après les courses XS et S open
- Non licenciés, les dossiers d'inscription doivent être complets, aucun document n'est accepté le jour de la course (www.tryssingeaux.com-> inscription)

Arbitrage

- Les épreuves se courent individuellement
- Toute aide extérieur est interdite
- Pour les relais, passage de relais dans le parc à vélo
- 1 point d'eau en course à pied au niveau de la base de voile
- Respecter les zones de propreté après les ravitaillements à pied
- Pas de ravitaillement en vélo
- Pénalty box (cf plan du site) pour toutes les courses → pas de drafting en vélo sur le S OPEN et XS
- Pour les S D3 H/F : Drafting autorisé



Aire de Transition

Conditions d'accès au parc à vélo:

- Casque porté jugulaire fermée
- Ceinture porte dossard avec dossard fixé avec 3 points d'attache
- Etiquette tige de selle
- Puce à la cheville gauche
- Pas de marquage → Bracelet donné au retrait des dossards XS et S Open



Natation

- **Jeunes 8-11ans: 75m**
- **XS: 400m**
- **S D3 H/F et S Open: 750m**

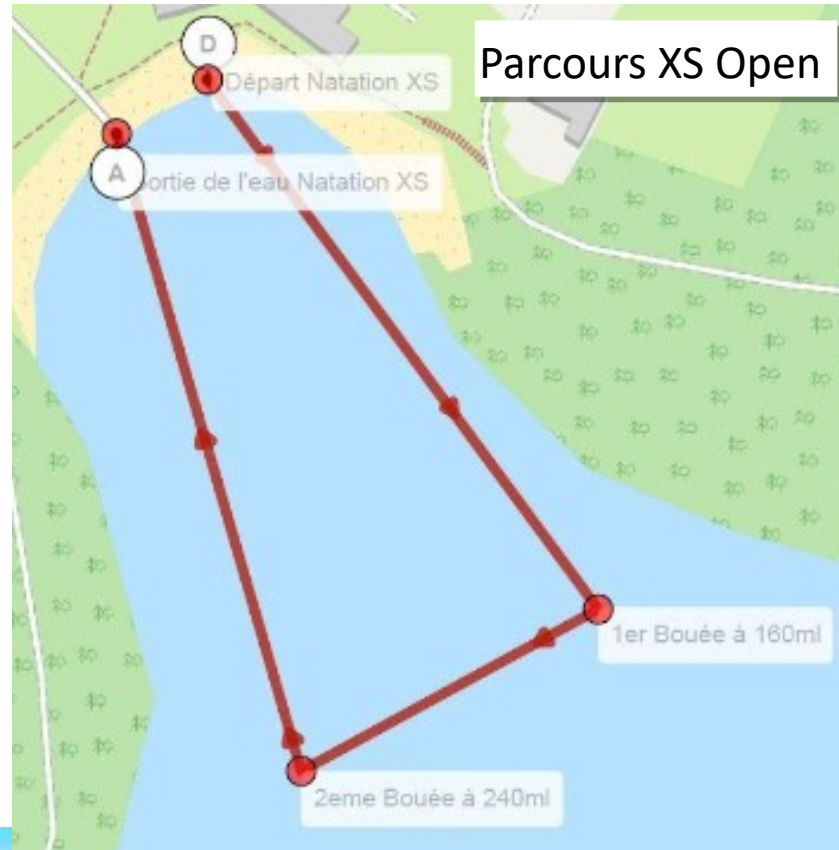
Port de la combinaison:

- < 16° combinaison obligatoire (natation interdite pour courses jeunes)
- Entre 16° et 24,5° combinaison autorisée (au choix)
- > 24,5° combinaison interdite

Température de l'eau : 23° au 30 juin

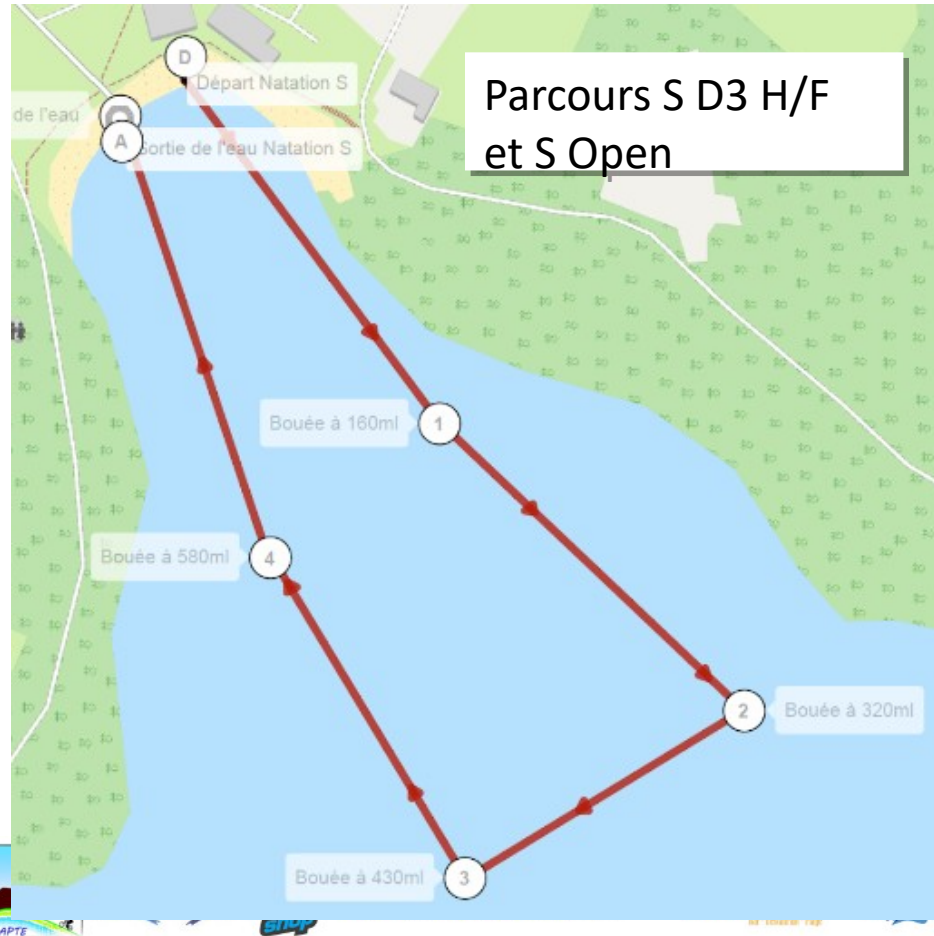
BONNET DE BAIN OBLIGATOIRE NON FOURNI PAR L'ORGANISATION

Natation



Natation

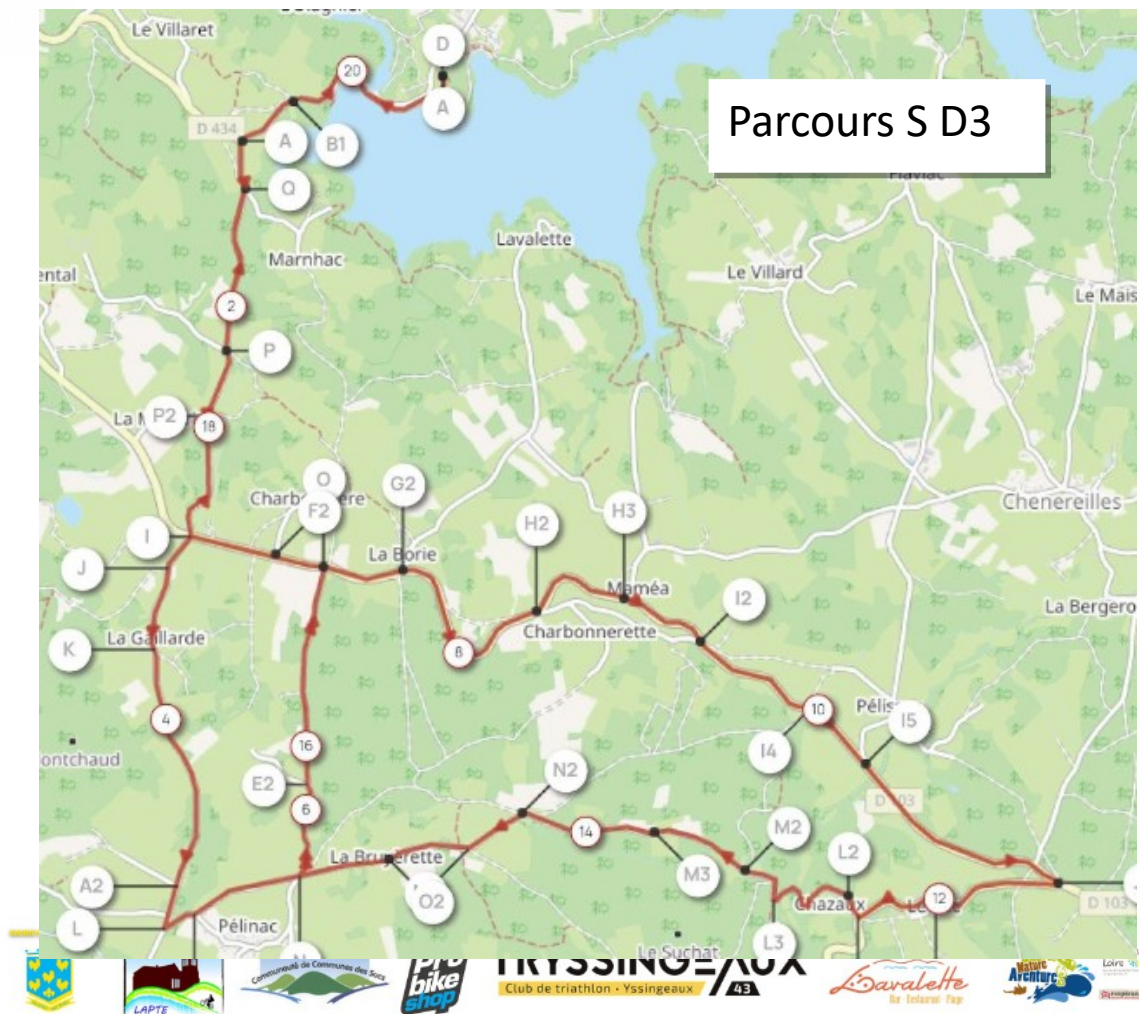
Parcours S D3 H/F
et S Open



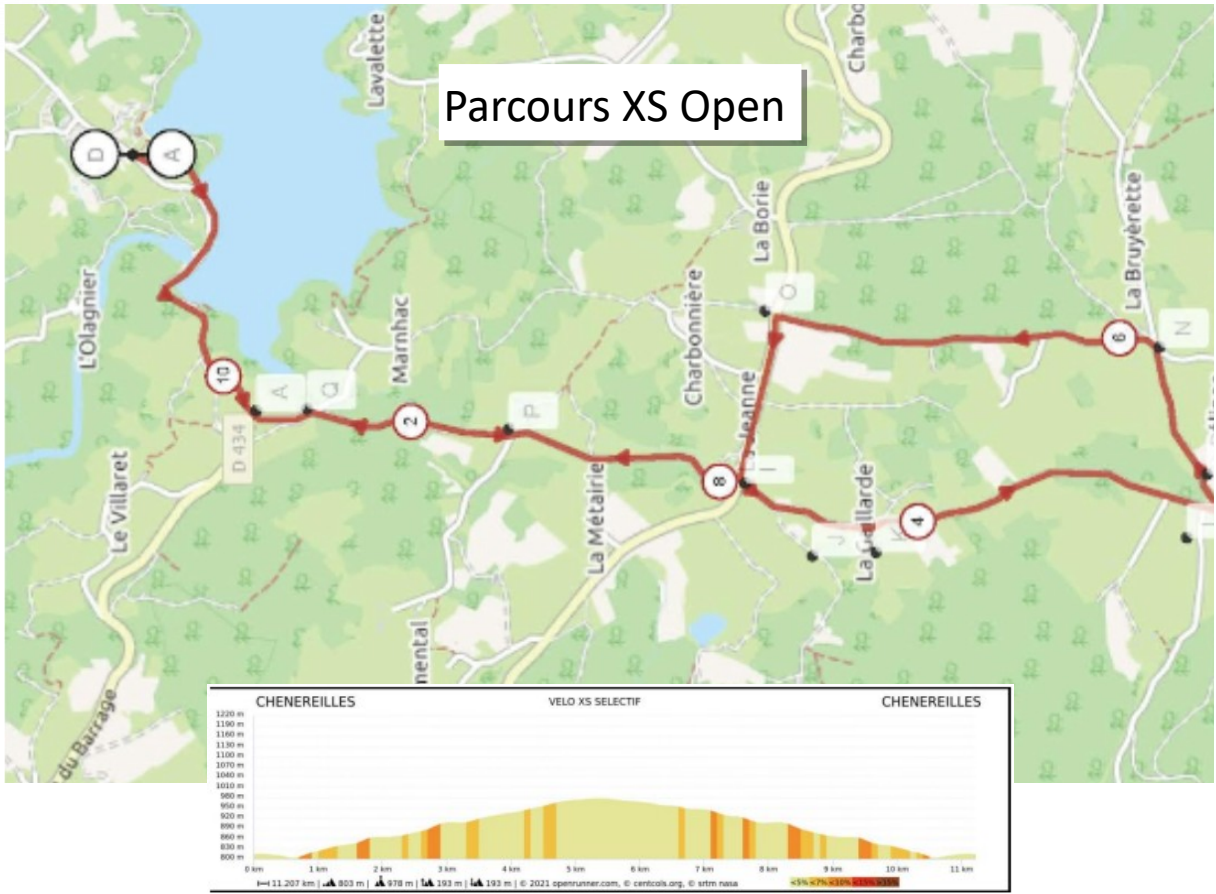
Vélo

- **Jeunes 8-11ans:** 2km VTT
- **Jeunes 10-13ans:** 5km sur route fermée
- **XS:** 10km sur route drafting non autorisé
 - Les concurrents ne sont pas autorisés à s'abriter et à profiter de l'aspiration derrière ou à côté d'un autre concurrent ou d'un véhicule.
- **S D3:** 19,4km (2 boucles) sur route fermée **drafting autorisé**
 - Les prolongateurs, vélo type contre la montre ou ajouts aux guidons doivent être pontés à l'avant avec un dispositif rigide du commerce (sans ajout ni adaptation personnelle).
 - Les prolongateurs ne doivent pas s'étendre au-delà de 15 cm de l'axe de roue avant, et ne dépassent pas de la ligne créée par les points les plus en avant des leviers de freins Les roues à rayons doivent comporter 16 rayons minimum.
- **S Open:** 24km sur route ouverte drafting non autorisé
 - Les concurrents ne sont pas autorisés à s'abriter et à profiter de l'aspiration derrière ou à côté d'un autre concurrent ou d'un véhicule.

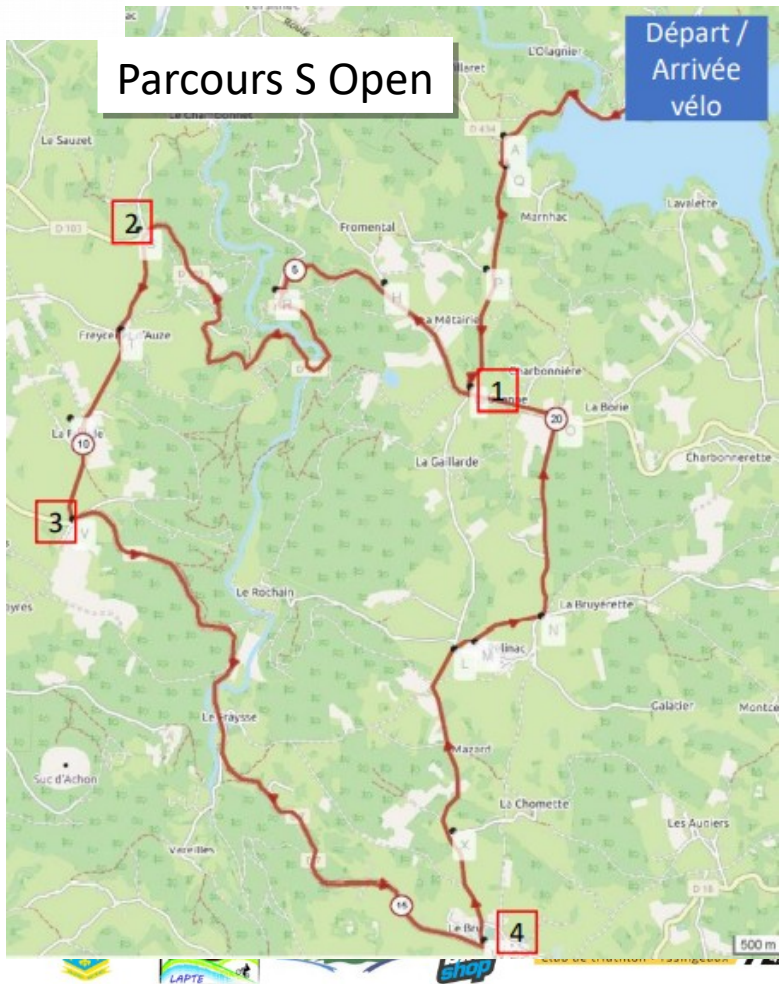
Vélo



Vélo



Vélo



Course à Pied

Sur chemin au bord du barrage

- **8-11ans:** 600m
- **Jeunes 10-13ans:** 1200m
- **XS Open:** 2,5km
- **S D3:** 5km (2 boucles XS)
- **S Open:** 5km (2 boucles XS)
-

Course à pied



Parcours 8-11 ans



Protocole

S Open	HOMMES	FEMMES
1er	200€	200€
2ème	100€	100€
3ème	50€	50€

Plus de nombreux lots de nos partenaires repartis sur:

Triathlon des Sucs S Open

- Les 3 premiers H/F au scratch
- Les 1ers de chaque catégorie H/F

Triathlon des Sucs XS

- Les 3 premiers H/F au scratch
- Les 1ers de chaque catégorie H/F

Triathlon des Sucs S Sélectif D3

- Les 3 premières équipes H/F
- Les 1 premiers H/F au scratch

Courses enfants 8/11 ans : médailles et goûters à l'arrivée pour tous





Restauration Rapide

Toute la journée :
Buvette et restauration rapide





Les Sponsors





Bonne course et à samedi

