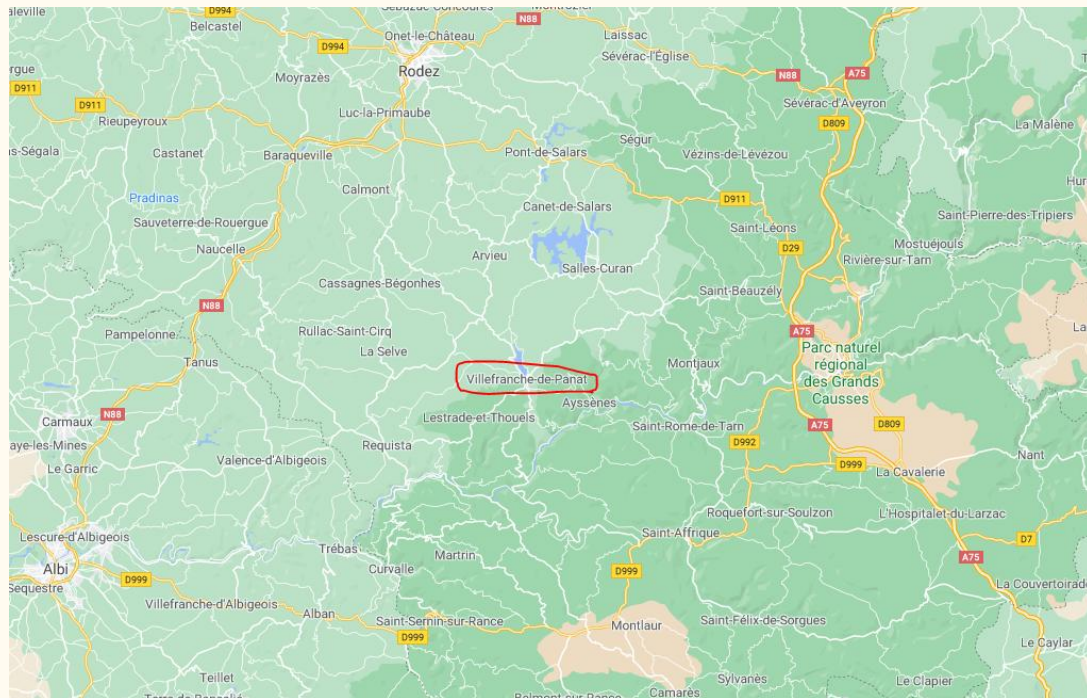


**TRIATHLON
DU LEVEZOU**

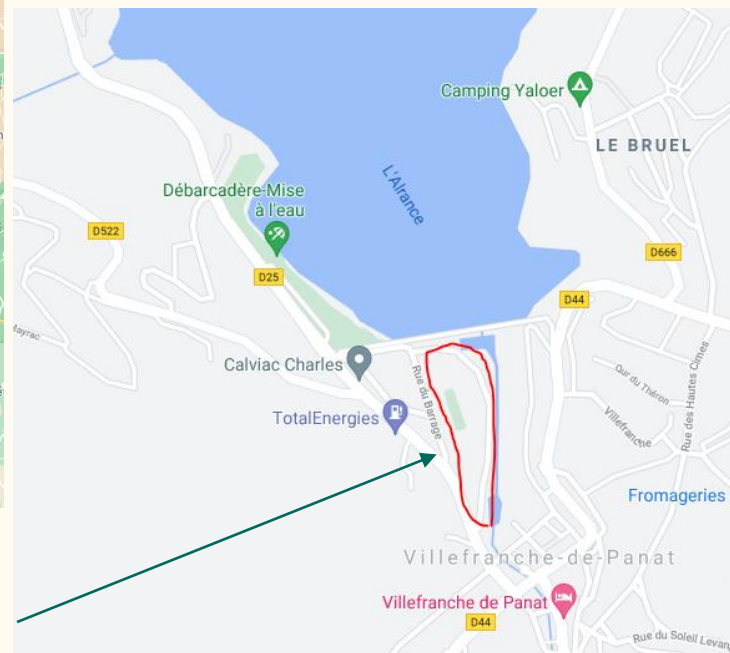
SAMEDI 29 – DIMANCHE 30 AOÛT

— BRIEFING PARTICIPANTS

ACCÈS AU SITE DE COURSE



**Parking athlètes
(sous le barrage)**



PLAN DU SITE



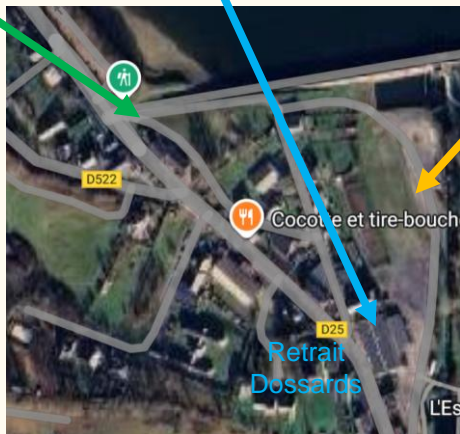
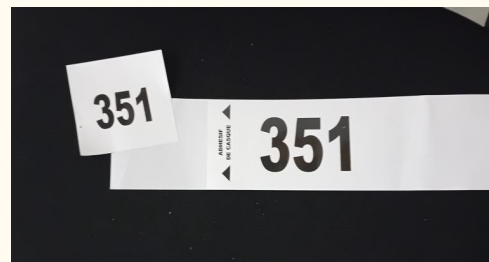
RETRAIT DES DOSSARDS

Vendredi 28/08 : 17 h 30 - 19 h30

Samedi 29/08 : à partir de 7 h 15 jusqu'à 16h45

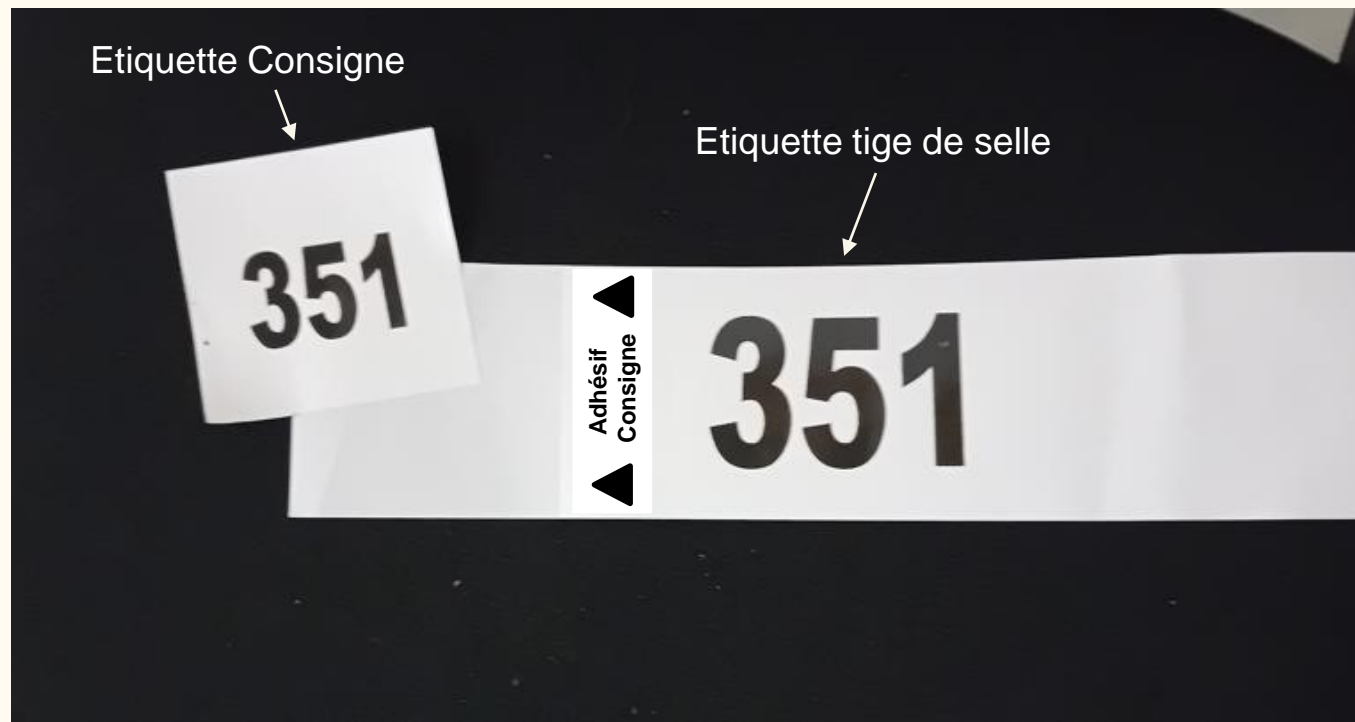
Dimanche 30/08 : à partir de 7 h 00

Lieu : Salle polyvalente, 12 430 Villefranche de Panat (sous le barrage, à côté du parking concurrents)



Pensez à la ceinture
porte-dossard pour la course !
Ou minimum 3 épingles à nourrice

RETRAIT DES DOSSARDS





PROGRAMME

-Samedi 29 août-

7 h 30 : **Ouverture parc à vélo S**

8 h 45 : Départ Triathlon S

11 h 15 : **Ouverture parc à vélo M**

11 h 45 : **Ouverture Parc à vélo XS**

12 h 10 : Départ Triathlon M

13 h 00 : Départ Triathlon XS (**uniquement Benj.**)

13 h 05 : Départ Triathlon XS

15 h 15 : **Ouverture parc à vélo Jeunes**

16 h 00 : Départ Triathlons jeunes

16 h 30 : **Ouverture Parc à Vélo Relais S**

17 h 10 : Départ Triathlon relais S

17 h 15 : Départ Triathlon Para S

-Dimanche 30 août-

7 h 30 : **Ouverture parc à vélo L**

8 h 30 : Départ Triathlon L

PROGRAMME DÉTAILLÉ / S

7 h 30 : Ouverture du parc à vélos

8 h 30 : Fermeture du parc à vélos

8 h 45 : Départ

Distances : 750 m / 20,5 km (2 tours et 200 D+) / 5 km

Pas de ravitaillement sur la partie vélo, un ravitaillement sur le départ et le demi-tour de la course à pied (eau + coca).

Attention barrière horaire mise en place (voir plus loin).



PROGRAMME DÉTAILLÉ / M

11 h 15 : Ouverture du parc à vélos

12 h 00 : Fermeture du parc à vélos

12 h 10 : Départ

Distances : 1500 m (2 tours) / 38,6 km (1 tour et 560 D+) / 10,3 km

Ravitaillement sur la partie vélo au km 22 (eau, coca, barres céréales), un ravitaillement sur la course à pied en boissons et en nourriture km 2 (eau, coca, barres céréales) et en boissons (eau, coca) au départ, au 6 et 7,5 km.

Attention barrière horaire mise en place (voir plus loin).



PROGRAMME DÉTAILLÉ / XS

11 h 45 : Ouverture du parc à vélos

12 h 15 : Fermeture du parc à vélos

13 h 00 : Départ des benjamins

13 h 05 : Départ des autres concurrents

Distances : 400 m / 10,3 km (1 tour et 100 D+) / 2,7 km

Pas de ravitaillement sur la partie vélo, un ravitaillement sur le départ de la course à pied (eau + coca).

Attention barrière horaire mise en place (voir plus loin).



PROGRAMME DÉTAILLÉ / JEUNES



15 h 15 : Ouverture du parc à vélos pour toutes les courses

15 h 45 : Fermeture du parc à vélos pour toutes les courses

16 h : Départ course 6-7 ans

16 h 15 : Départ course 8-9 ans

16 h 35 : Départ course 10-11 ans

PROGRAMME DÉTAILLÉ / S RELAIS

16 h 30 : Ouverture du parc à vélos

17 h 00 : Fermeture du parc à vélos

17 h 10 : Départ Relais

Distances : 750 m / 20,5 km (2 tours et 200 D+) / 5 km

Pas de ravitaillement sur la partie vélo, un ravitaillement sur le départ et le demi-tour de la course à pied.



PROGRAMME DÉTAILLÉ / S PARA

16 h 30 : Ouverture du parc à vélos

17 h 00 : Fermeture du parc à vélos

17 h 15 : Départ Relais

Distances : 750 m / 20,5 km (2 tours et 200 D+) / 5 km (*)

Pas de ravitaillement sur la partie vélo, un ravitaillement sur le départ et le demi-tour de la course à pied.

(*) Attention parcours course fauteuil différent pour CàP.



PROGRAMME DÉTAILLÉ / L

7 h 30 : Ouverture du parc à vélos

8 h 15 : Fermeture du parc à vélos

8 h 30 : Départ

Distances : 1 900 m / 88 km (1 tours et 840 D+) / 20 km

Ravitaillement sur la partie vélo au km 30 et 60 (eau, coca, barres céréales, etc...), 2 ravitaillements sur la course à pied en boissons et en nourriture km 6 et 16, en boissons (eau, coca) au départ, au 2,5 et 12,5 km et 2 ravitaillement en eau km 8 et 18

Attention barrière horaire mise en place (voir plus loin).



BRIEFING AVANT COURSE

Toutes les courses bénéficieront d'un briefing d'avant course. Il est de votre responsabilité d'être présent sur la plage de départ 10 minutes avant l'horaire de votre épreuve.

Merci de prendre en compte cette information dans l'organisation de votre échauffement.



RAVITAILLEMENT

Pour la partie vélo du L, au 30,5^{ème} km après Lac La Bartasse puis 60,5^{ème} km lieu dit Bouloc ravitaillement sur la droite sera à disposition.

Pour la partie vélo M, au 22^{ème} kilomètre à la sortie du village de Salle Curan un ravitaillement sur la droite sera à disposition.

Pour les autres épreuves il n'y aura pas de ravitaillement sur la partie vélo.

Sur les zones de ravitaillement, vous aurez à disposition des écopapier pour la partie course à pied.

Les bénévoles vous serviront.

PODIUMS

Les podiums se tiendront à l'issue de chaque course.

-Samedi 29 août-

11 h 30 : Podium S

15 h 00 : Podium M et XS

17 h 30 : Podium courses jeunes

19 h : Podium relais S et Para-Tri

-Dimanche 30 août-

14h00 : Podium L



PODIUMS CATÉGORIES RÉCOMPENSÉES

XS = Scratch 1+2+3 H et F / 1 H et F Benj., Minimes, Cadets, Juniors, Vétérans

S = Scratch 1+2+3 H et F / 1 H et F Cadets, Juniors, Vétérans.

M = Scratch 1+2+3 H et F / 1 H et F Juniors, Vétérans / 1^{er} relais H, F et mixte

Relais S = 1 F et 1 H et 1 mixte

Para-Tri S = 1 F et 1 H par catégorie

L = Scratch 1+2+3 H et F / 1 H et F Vétérans H / 1^{er} relais H, F et mixte

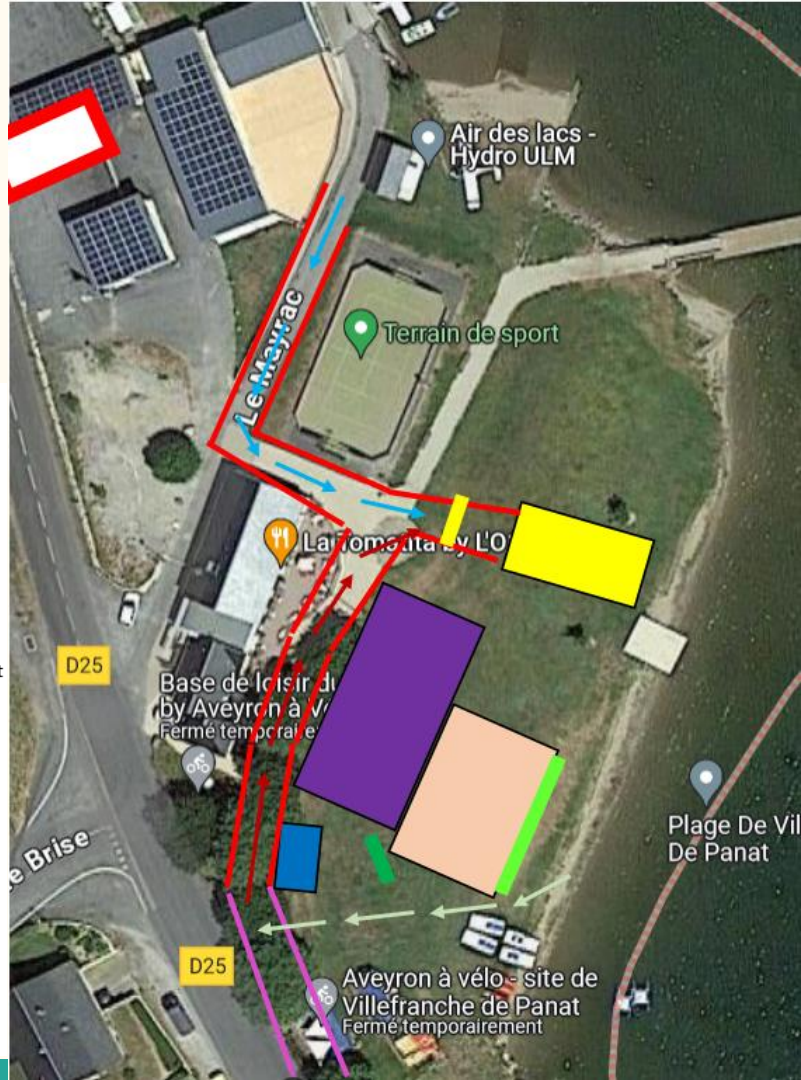
H = hommes et F = femmes



AIRE DE DÉPART

La zone de départ est réservée aux concurrents, un contrôle sera effectué à l'entrée de la zone.

-  Poste de secours
- Attention**
Laisser le passage lors des courses enfants
-  Barrière
-  Rubalise
-  Entée zone Départ
-  Aire de Départ
-  Ligne Départ
-  Ligne Arrivée
-  Tente arrivée
-  Arrivée ~~CàP~~ course M
-  Arrivée ~~CàP~~ courses XS et S
-  Podium
-  Village exposants

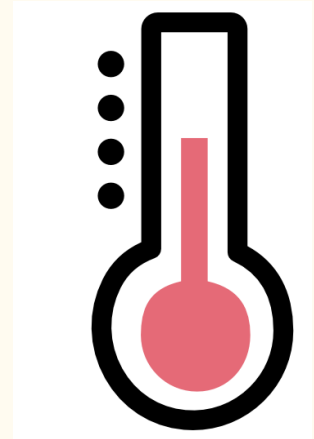


TEMPÉRATURE DE L'EAU

Habituellement le port de la combinaison est autorisé lors du triathlon.

La température de l'eau sera mesurée le jour de l'événement. Elle sera communiquée 1 h avant votre départ.

La location de combinaison ne sera pas possible sur place.



BARRIERES HORAIRES



Le règlement de l'évènement stipule des barrières horaires pour les participants des courses S, XS, M et L.

Le temps limite sur les formats consiste au cumul du temps Natation/Vélo après le départ, T2.

Il est de : - 1h45 minutes pour le format S, **(11h)**

- 3h00 minutes pour le format M, **(15h10)**

- 5h45 minutes pour le format L, **(14h15)**

Après ce délai les concurrents, qui se présenteront à l'entrée de T2 seront mis hors course.

PARCOURS VÉLO



- **Courses jeunes = VTT obligatoire**
- **Autres courses (XS, S, M, L et relais) = sur la voie publique avec le strict respect du code de la route de la part des participants et sans drafting. Le vélo de contre la montre est autorisé.**

Accordez de la vigilance et de la prudence dans les traversées de bourgs, villages et tout au long du parcours.

PARCOURS VÉLO



Courses XS et S, route étroite et sinueuse sur le tour de lac, tenez la droite.

Courses XS et M attention séparation des parcours au 5ème kilomètre. Pour le M ce sera tout droit et pour le XS à droite. Il est de la responsabilité du triathlète d'effectuer le bon parcours.

Attention aménagement avec cônes pour retour du parcours XS sur le parcours M dans Villefranche de Panat.

Pour toutes les courses la traversée, de Villefranche de Panat peut être perturbée par des véhicules, restez attentif.

Pour toutes les courses un balisage spécifique au sol est effectué.

PARCOURS VÉLO



Course M après le 10^{ème} kilomètre, descente avec virages serrés, sans visibilité, rester sur la droite de la chaussée.

Au 16^{ème} kilomètre traversée de Saint Martin des Faux, attention aux piétons et véhicules en stationnement.

Au 30^{ème} kilomètre carrefour non prioritaire après une descente, respectez la priorité.

Au 39^{ème} kilomètre, **le parcours XS rejoint le parcours M, cônes et signaleurs indiquent ce point dangereux**

PARCOURS VÉLO



Course L après le 10ème kilomètre, descente avec virages serrés, sans visibilité, rester sur la droite de la chaussée.

Au 13^{ème} Km intersection D569-D77, traverser le carrefour pour récupérer la D77 à gauche changement de direction, respecter la priorité (signaleurs).

Au 21^{ème} km virage à 90° sur la droite pour prendre D996, changement de direction.

Au 23,5^{ème} km traversée du Lieu dit PAUHLE dangereuse.

Au 30,5^{ème} km Ravitaillement juste avant passage sous pont rocade PONT DE SALARS.

Au 31^{ème} km carrefour non prioritaire après une descente, respectez la priorité (signaleur).

PARCOURS VÉLO



Au 42,5^{ème} km à la sortie du pont du Lac, attention intersection avec voiture (vous êtes prioritaire).

Au 47^{ème} km respecter passage du rond-point entrée SALLES CURAN, 3^{ème} sortie direction CURAN pour prendre la N199.

Au 51^{ème} km Danger prendre à droite à la fin de la descente dans Curan direction BOULOC.

Au 60^{ème} km traverser le carrefour pour récupérer la D993 à gauche changement de direction, respecter la priorité (signaleurs).

Au 60,5^{ème} km Ravitaillement juste sortie BOULOC à droite sur D44 direction Ville Franche de Panat.

PARCOURS VÉLO



Au 60,3^{ème} km, Intersection à 90° sur la droite pour prendre la D44 direction Villefranche de Panat

Au 63^{ème} Km passage dangereux dans CANABIERES.

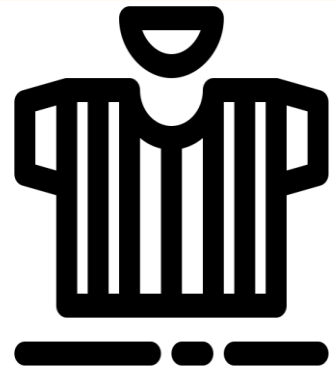
Au 76^{ème} km entrée Villefranche de Panat,dangereux, intersection à 90° à droite dans la descente

Au 80^{ème} km traversée de la route, pour récupérer la route initiale, respecter la priorité (signaleurs).

Au 81^{ème} km traversée de route, pour reprendre la route direction arrivée

EXPOSÉ ARBITRES

Port du bonnet de l'organisation obligatoire sur toutes les courses.



Accès au parc à vélos =

- **en tenue de course ;**
- **casque sur la tête, attaché et ajusté ;**
- **extrémités du cintre (ou guidon) bouché ;**
- **dossard fixé avec minimum 3 points d'attache avec une ceinture porte dossard (à prévoir par vos soins).**

PARCOURS

Vous trouverez les parcours des différents formats sur le site internet de l'événement (<https://rodeztriathlon12.fr/>).

Jeunes

XS

S – relais S et Para S

M

L

AIRE ARRIVÉE ET REPAS

A votre arrivée, un ravitaillement d'après course est proposé.

Pour les personnes inscrites au repas, il se tiendra à la salle polyvalente sous le barrage à partir de 20h. Il n'y aura pas d'inscription supplémentaire sur place.

RÉSULTATS



Le chronomètreur de l'épreuve est Chronoweb, les résultats disponible sur le site du rodeztriathlon12.fr rubrique triathlondulevezou résultat et sur Chronoweb.

Un live sera disponible sur le site Chronoweb ou l'application Time inlive.

MERCI À EUX



MERCI À EUX



MERCI À EUX



Julien d'Orcel
Le bijou, c'est vous !

MERCI À VOUS

Bonne fin de préparation et le jour J, profitez des superbes paysages offerts par le Lévézou.

Et pourquoi pas, prolonger le séjour sur place....

A samedi !

