

COURSE TRIATHLON M

ATTENTION CHANGEMENT D'HORAIRE ET DE PROTOCOLE SANITAIRE

- **Horaires de retrait des dossards** : (Odysée esplanade de la mer à Saint Jean de Monts)
 - Samedi 26 juin de 15h00 à 17h00 et dimanche 27 juin de 7h00 à 8h30.
- **Départ de la course** : dimanche 27 juin à 9h00.
- **Consignes d'entrée** : L'accès à la zone de départ et d'arrivée sera filtré, seuls les participants en tenue de courses seront autorisés à rentrer dans cette zone. L'accès et la sortie du parc à vélo sera à sens unique.
- **Partie natation** : Le départ natation se fera sur la plage. La partie natation sera réalisée à l'australienne c'est-à-dire 750 m, une sortie d'eau et une 2^{ème} boucle de 750 m pour un total de 1500 m. De nombreux sauveteurs aquatiques encercleront le groupe de nageurs. La combinaison sera autorisée ou interdite en fonction de la température de l'eau :
 - Température inférieure à 12°C : natation interdite car risque d'hypothermie.
 - Température de 12°C à 16°C : combinaison obligatoire.
 - Température de 16°C à 24°C : combinaison autorisée mais non obligatoire.
 - Température de 24,5°C à 32°C : combinaison interdite car risque d'hyperthermie.
- **Partie vélo** : Pas de difficulté majeure, le circuit est plat. Le code de la route devra être respecté sur la partie vélo. 3 tours de vélo soit 37 km à effectuer. Vérifiez bien votre parcours sur les plans ci-dessous. Le circuit vélo sera avec drafting (aspiration autorisé), de ce fait les prolongateurs des vélos ne devront pas dépasser les cocottes de frein.
- **Partie course à pied** : le terrain est plat. 4 tours de 2,5 km de course à pied avec une partie de 300 m sur la plage.
- **Protocole sanitaire** : Merci de lire attentivement le protocole sanitaire et d'en respecter les règles.
- **Aire d'arrivée, plans et circuits** : voir le pdf ci-joint.
- **Résultats** : il n'y aura pas d'affichage de résultats sur place, vous pourrez consulter vos résultats sur le site de notre chronométreur : <https://www.ipitos.com/>