



4EME DUATHLON DE MÂCON BRIFING D'AVANT COURSE



Duathlon

de Mâcon

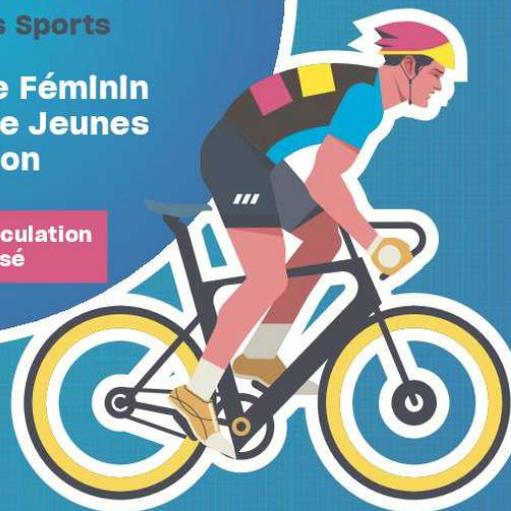
terre de running

organisé par le Triathlon Mâcon Club

Départ Palais des Sports

Relais - Challenge Féminin
Qualificatif France Jeunes
Paratriathlon

Circuit fermé à la circulation
Drafting autorisé



XS départ 9h30 • **S** départ 10h25 • **6/9** départ 12h20 • **10/13** départ 12h50

Paratriathlon départ 14h10



Triathlon INFORMATIONS GÉNÉRALES



➤ Dès aujourd'hui **inscrivez-vous** : https://www.yaka-inscription.com/duathlondemacon2023/select_competition

-Inscription sur place possibles jusqu'à 1 h avant l'épreuve avec un supplément de 5€ + Pass-compétition exclusivement en ligne!

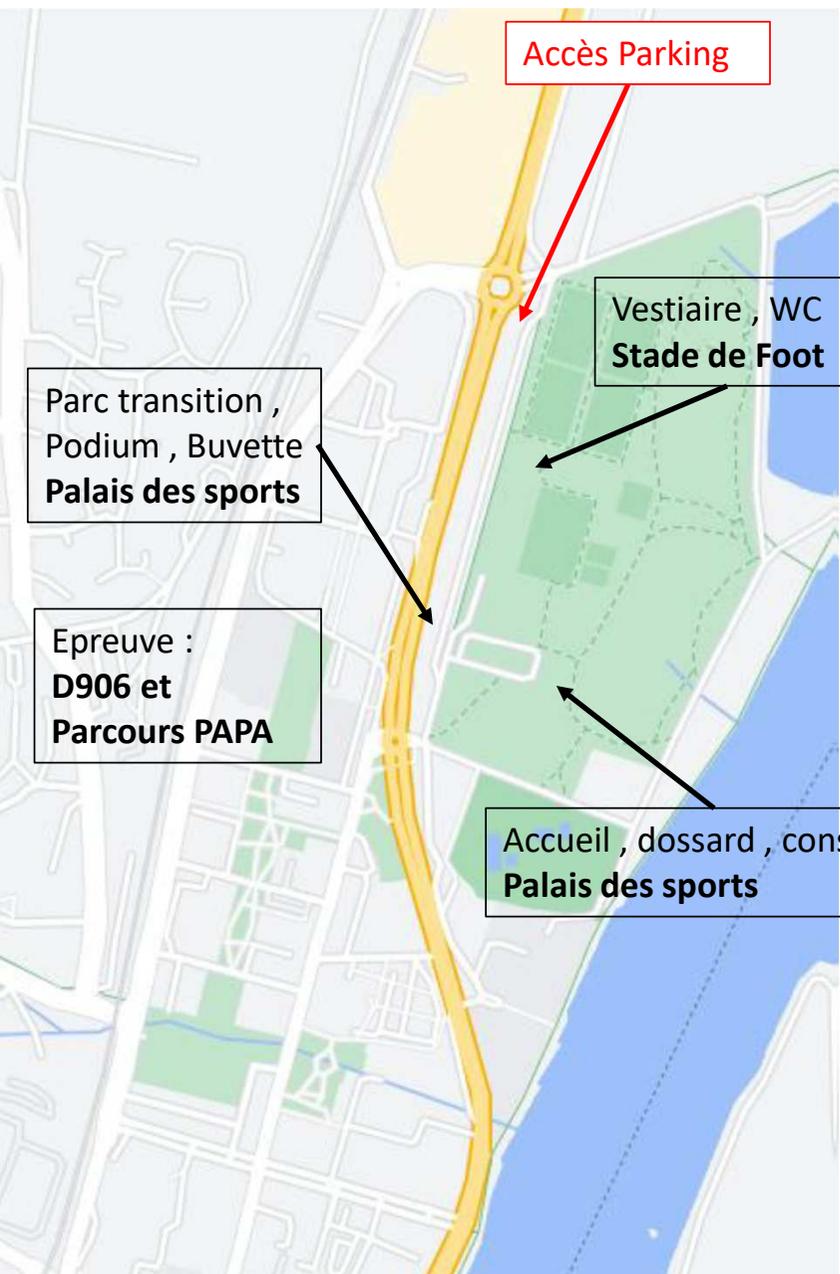
➤ Pour vous garer aisément, veuillez vous garer sur le **parking EXCLUSIVEMENT** sur le parking du stade NORD. Il y a d'autres épreuves sportives le même jour à proximité avec un parking dédié. Pour venir privilégier l'**A6, sortie n°28 Mâcon Nord**.

➔ *Pensez au covoiturage, épreuve labélisée développement durable ;-)*

➤ A votre arrivée, pour récupérer les dossards, merci de respecter le **sens unique de circulation au Palais des Sports**. Une **consigne** sera à votre disposition, mais s'il vous est possible de confier vos affaires à un suiveur nous vous en serions reconnaissant. NB: vous pouvez récupérer vos dossards la veille chez **DECATHLON Mâcon** notre partenaire!

➤ *N'hésitez pas à rendre visite à nos **partenaires** présents le jour J ainsi qu'à ceux qui nous soutiennent tout au long de l'année*
<https://trimacon.org/partenaires/>

➤ *Nous répondons à toute vos questions <https://www.facebook.com/macon.triathlon>, par téléphone 06 84 09 05 23*



PARKING & INFORMATIONS SPÉCIFIQUES

➤ «The place to be» Palais des Sports de Mâcon

Allée Jean Bouin , 71000 Mâcon

➤ **Porte dossard** obligatoire + une puce par concurrent.

➤ **Drafting** autorisé dans toutes les catégories d'âge.

ATTENTION à la conformité de votre vélo! Cf règlement FFTRI*

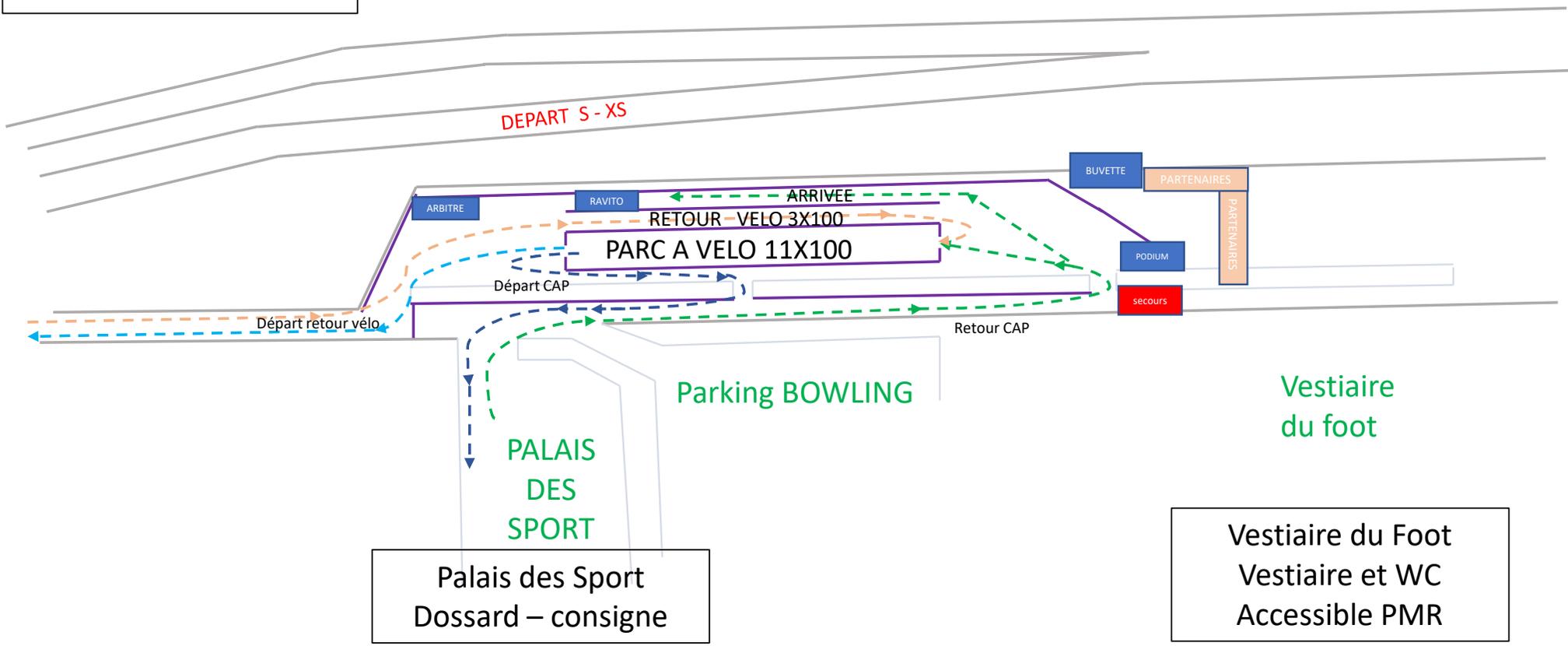
Conformément à la réglementation concernant les course avec aspiration-abri autorisé, les roue devons comporter a minima 20 rayon sauf liste d'exception disponible (<https://trimacon.org/evenements/duathlon/>) . Si vos roues comportent moins de 20 rayons, vous devez le signaler aux arbitres pour qu'il vérifie leur conformité. Une vérification aura lieux pendant la course

➤ Il appartient à chaque athlète de **comptabiliser** le nombre de tours relatifs à sa course .4 tours maxi .

➤ Après une belle ligne droite d'arrivée de 100m , le concurrent en lèvera LUI-MEME sa **puce** de chronométrage avant d'aller prendre son ravito

ZONE D'ANIMATION

- > Arrivée CAP 1 et 2
- > Départ CAP 2
- > Départ vélo
- > Arrivée Vélo



DÉROULÉ DE LA JOURNÉE

08:15 Accueil Retrait des dossards

08:55 Ouverture Parc à Vélo Course **XS et S**

09:25 Fermeture Parc à Vélo Course **XS et S**

09:30 Départ course XS

10:25 Départ course S

11:50 Ouvert du parc à vélo course jeune

12:15 Fermeture du parc à vélo course jeune

12:20 Départ course 6-9

12:50 Départ course 10-13

13:30 Remise des prix course du matin

13:30 Ouverture du parc à Vélo course **PARA-DUATHLON**

14:05 Fermeture du parc à Vélo course **PARA-DUATHLON**

14:10 Départ course **PARA-DURATHLON**

15:30 Remise des prix **PARA-DUATHLON**



➤ **Challenge féminin** du club le plus représenté sur l'ensemble des courses, à vous les filles!!!

➤ Courses en **RELAIS** de deux ou trois sur les formats S

➤ **Médailles** pour tous les participants des courses jeunes.

➤ Course handisport accessible à toute la catégorie de Handicap (**contactez nous si vous avez besoin d'assistance**)

➤ **Horaires** prévisionnelles susceptibles de modifications le jour J...

DUATHLON XS

Dossard a partir de 8h15

Ouverture du parc 8h55

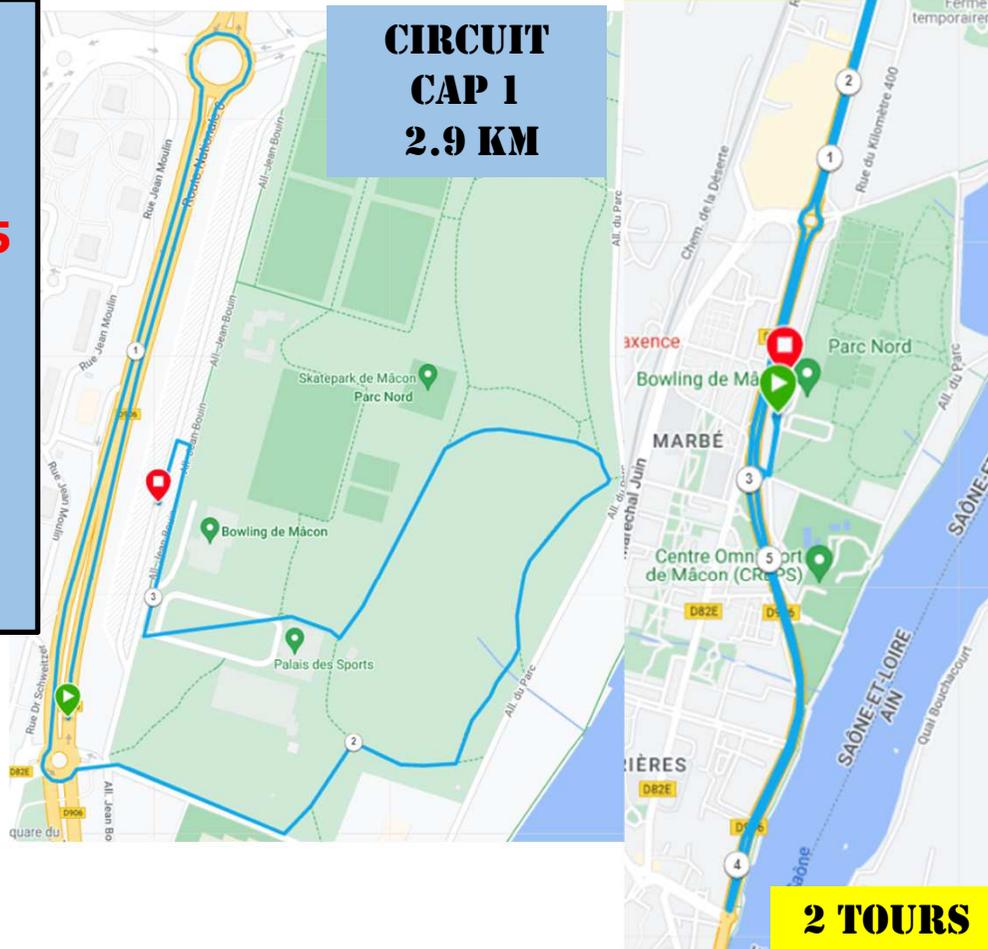
Fermeture du parc 9h25

Briefing 9h25

Départ 9h30

Protocole 13h30

Triathlon
TMC
Mâcon Club



DUATHLON S

Dossard a partir de 8h15

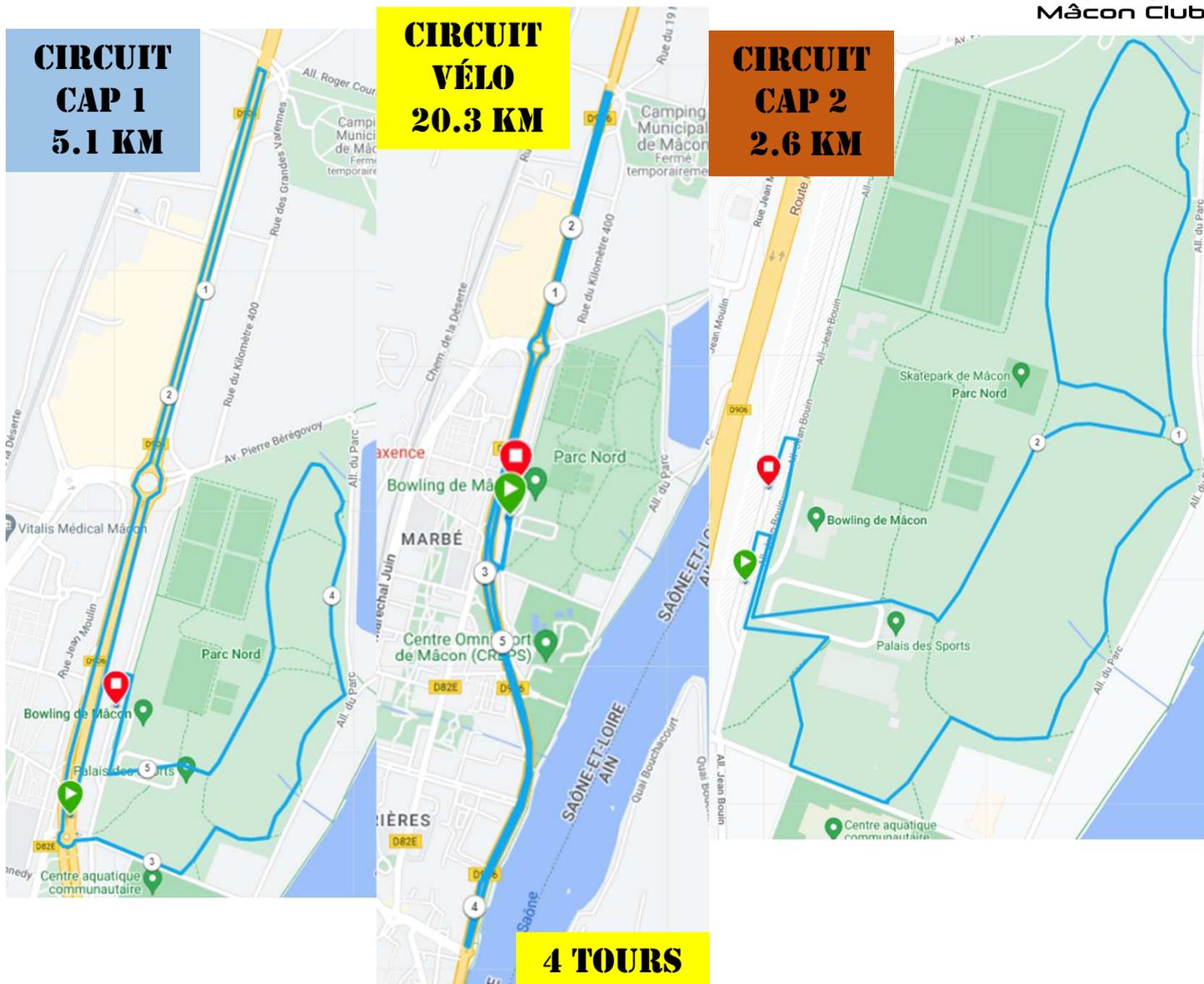
Ouverture du parc 8h55

Fermeture du parc 9h25

Briefing 10h20

Départ 10h25

Protocole 13h30



DUATHLON 6-9

Dossard a partir de 8h15

Ouverture du parc 10h50

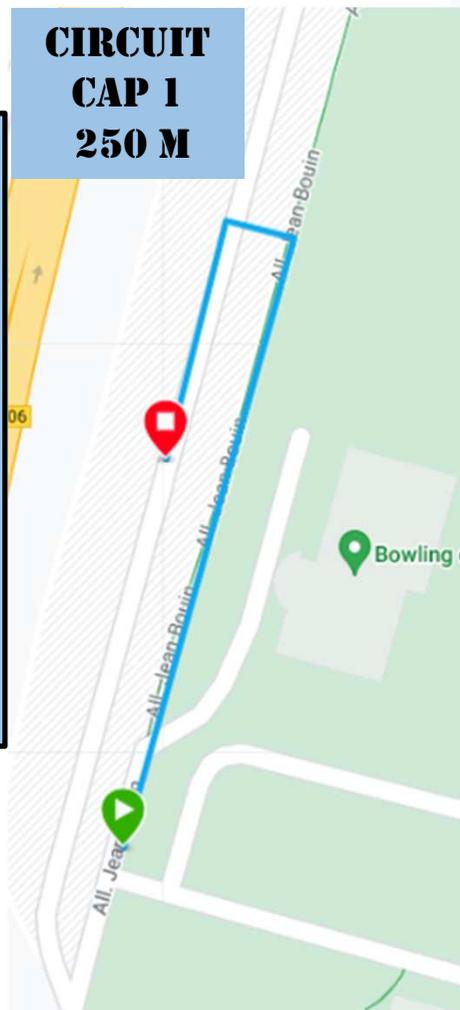
Fermeture du parc 12h15

Briefing 12h15

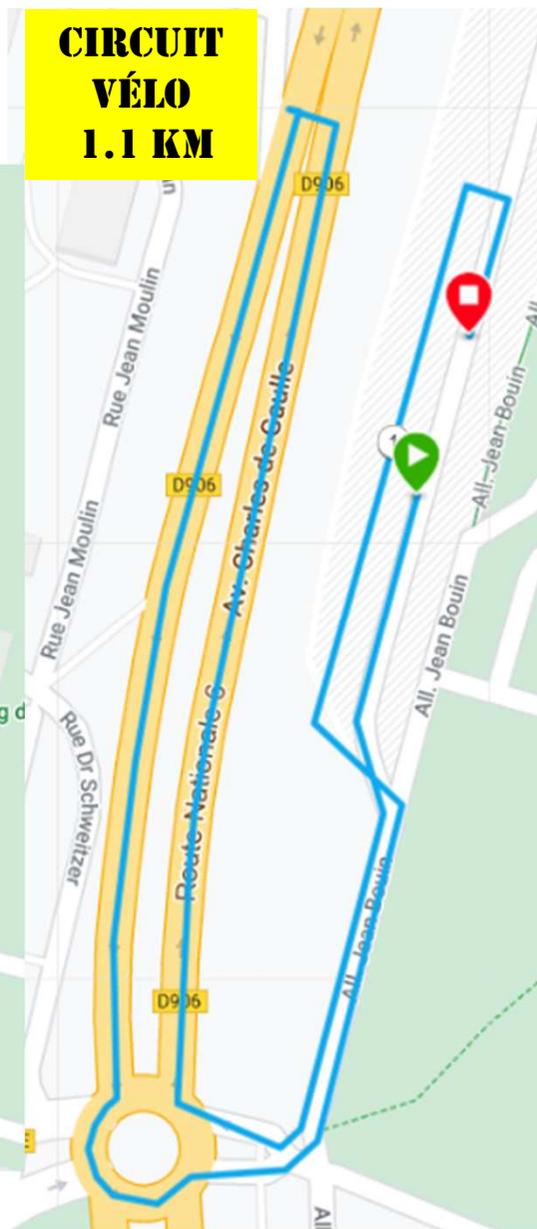
Départ 12h20

Protocole 13h30

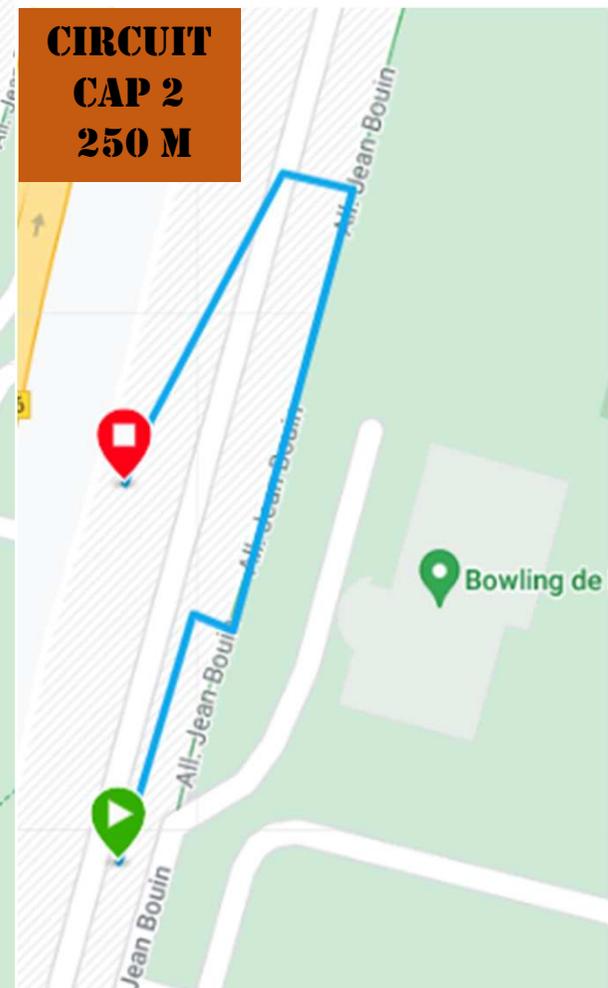
**CIRCUIT
CAP 1
250 M**



**CIRCUIT
VÉLO
1.1 KM**



**CIRCUIT
CAP 2
250 M**



DUATHLON 10-13

Dossard a partir de 8h15

Ouverture du parc 10h50

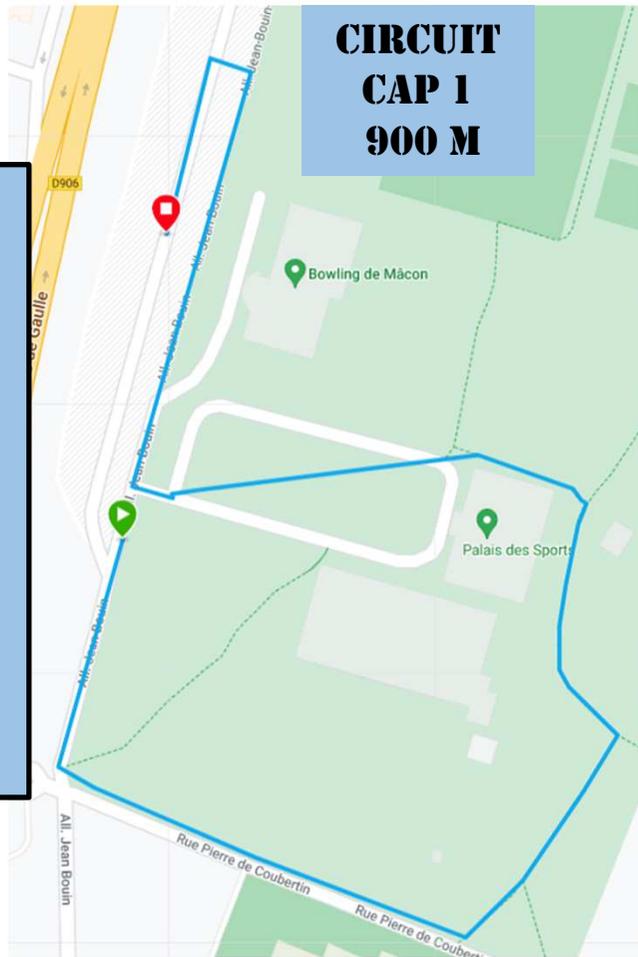
Fermeture du parc 12h15

Briefing 12h45

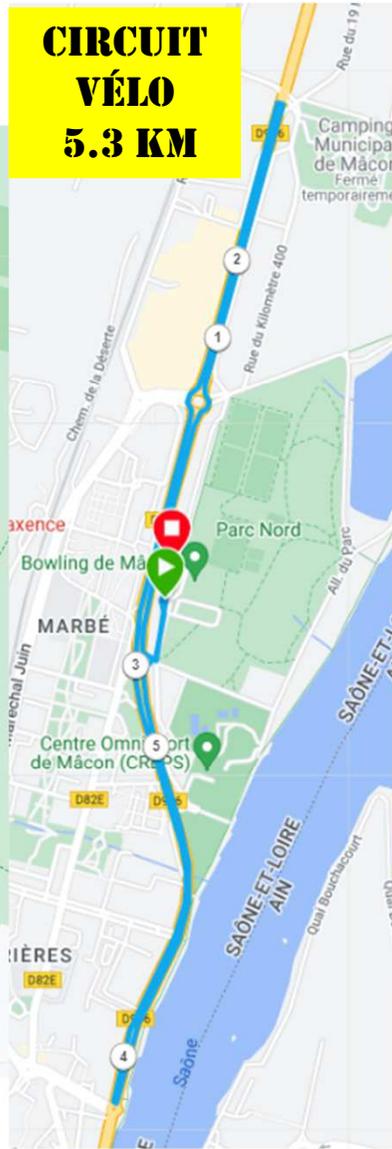
Départ 12h50

Protocole 13h30

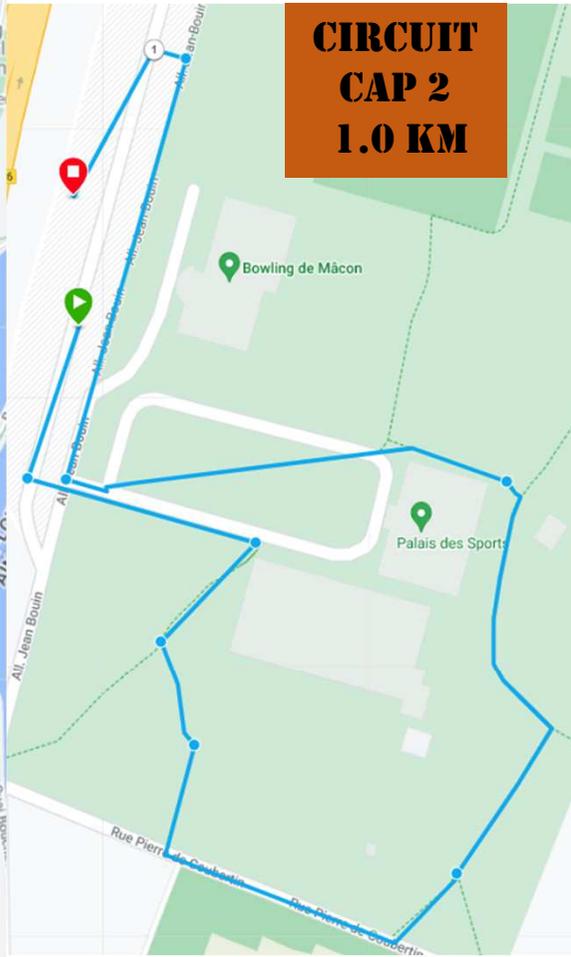
**CIRCUIT
CAP 1
900 M**



**CIRCUIT
VÉLO
5.3 KM**



**CIRCUIT
CAP 2
1.0 KM**



DUATHLON PARA-DUATHLON

Dossard a partir de 8h15

Ouverture du parc 13h30

Fermeture du parc 14h05

Briefing 14h05

Départ 14h10

Protocole 15h30

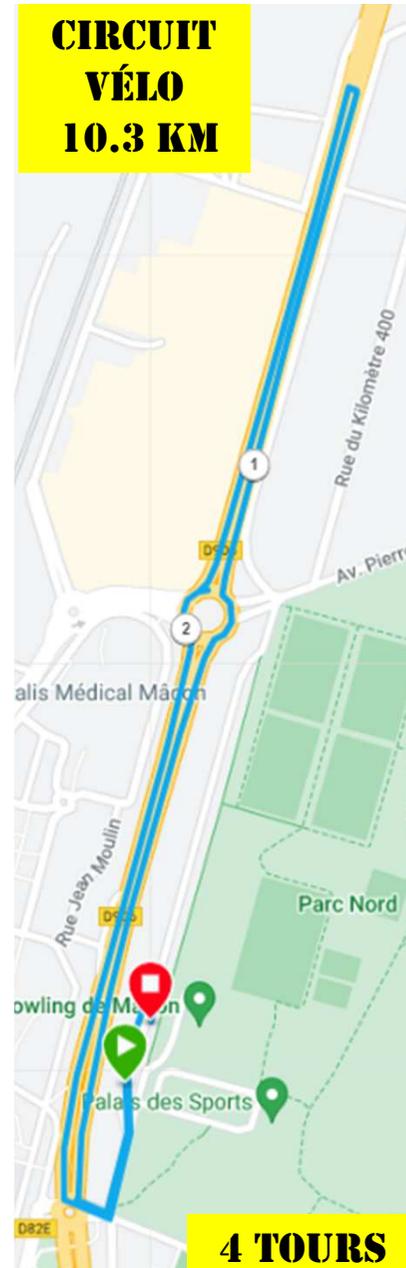
Triathlon

Mâcon Club

**CIRCUIT
CAP 1
2.6 KM**



**CIRCUIT
VÉLO
10.3 KM**



4 TOURS

**CIRCUIT
CAP 2
1.4 KM**

