

Guide du triathlète



07 | 05 | 2023

LAC DE CHRISTUS

TRI RACE

SAINT-PAUL-LÈS-DAX (40)



TRIATHLON XS - S
SUPER RACE / RELAIS TYPE A - JEUNES

QUALIFICATIF D3 ADULTES
SUPPORT RÉGIONAL ET DÉPARTEMENTAL JEUNES



Inscription
PYRÉNÉES CHRONO

Création : Avelia Marketing - Impression : CA Aquitaine - 404 601245 PCS Bordeaux - Ne pas jeter sur la voie publique



Programme : Dimanche 7 Mai 2023

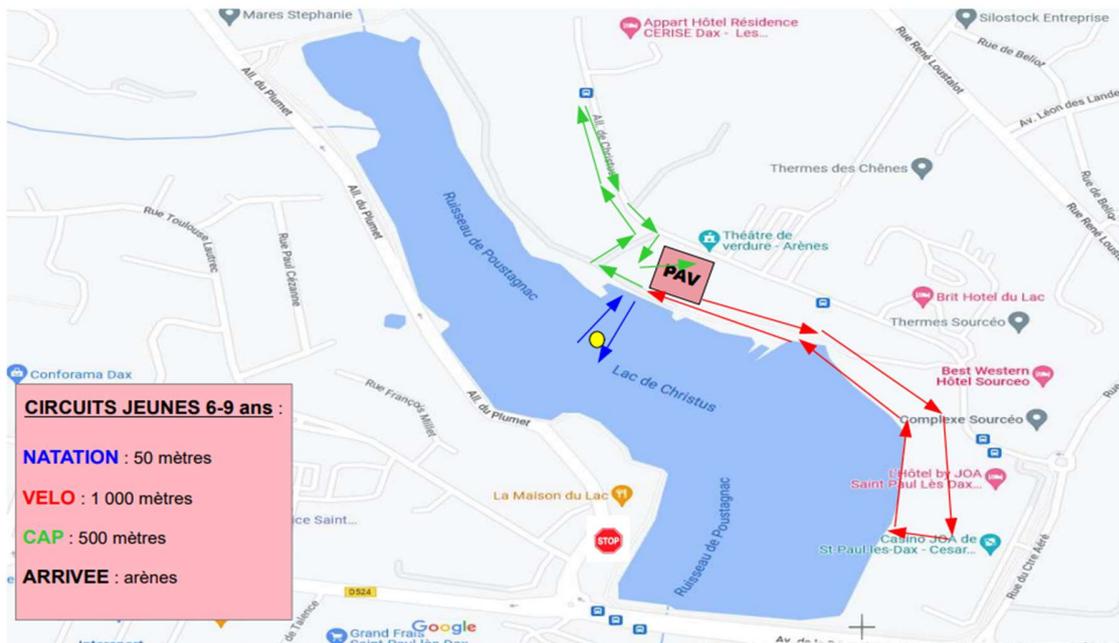
Course	S	xs	jeunes 6-9	jeunes 10-13	type A	super race
	2007 et -		2017/16/15/14	2013/12/11/10	2011 et -	2007 et -
Distances	750/20/5	300/10/2.5	50/1/500	100/2/1	(300/7/1.5) X 3	(300/7/1.5) X 3
Nb max d'inscrits	300	300	150	150	60 équipes	120
Retrait des dossards	7:30-8:30	7:30-10:45	7:30-12:30	7:30-12:30	7:30-14:30	7:30-14:30
Ouverture AT	8:00	10:45	12:45	12:45	14:30	14:30
Fermeture AT	8:30	11:15	13:15	13:15	15:00	15:00
Exposé de course	8:45	11:20	13:20	13:20-50	15:05	15:05
Départ	9:00	11:30	13:30	14:00	15:15	15:15
Tps limite nat (sortie AT)	0:25	0:15	0:05	0:07		
Tps limite vélo (sortie AT)	0:50	0:30	0:05	0:07		
Tps limite CAP	0:35	0:20	0:05	0:07		
Fermeture route	8:45	11:15			15:00	15:00
Réouverture route (Tps limite cumulé nat + vélo)	10:10	12:15			17:30	17:30
Fin de course	10:50	12:35	13:45	14:30	17:30	17:30
Remise récompense	12:45	12:45	14:45	14:45	18:00	18:00
Retrait vélo de l'AT	10:15-11:00	12:15-12:45	14:15-14:45	14:15-14:45	17:30-18:00	17:30-18:00
Durée fermeture route	1:25	1:00			2:30	2:30
	8:45 à 10:10	11:15 à 12:15			15:00 à 17h30	15:00 à 17:30

Inscription : Pyrenéeschrono.fr

Les retraits de dossard pourront être réalisés le samedi entre 18h et 19h30 sur site

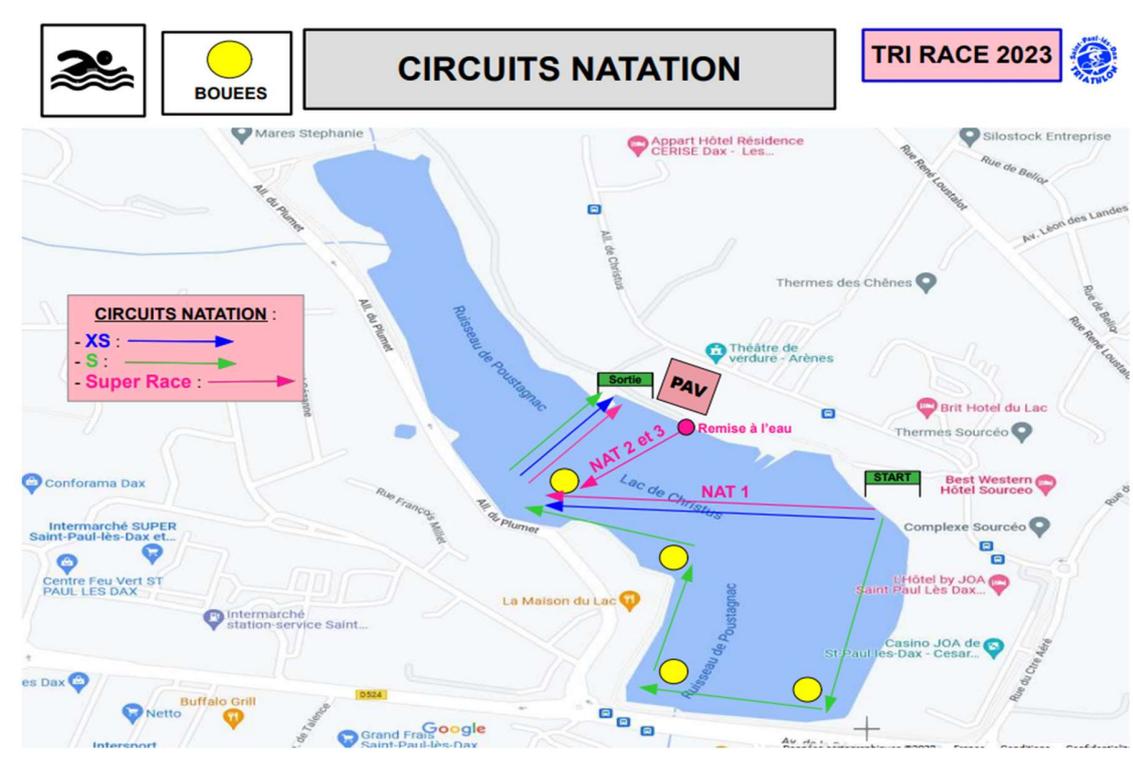
Non-Licenciés : téléchargez sur notre site un [modèle de certificat médical conforme](#) et un [PASS COMPÉTITION](#) (5€ pour le format S, et 2€ pour les formats XS et Jeunes)

Parcours courses Jeunes:





Parcours courses super Race, XS et S:





PARCOURS VELO : PARTIE 1

TRI RACE 2023



Parcours Commun ALLER

Parcours Commun RETOUR

Formats S et XS

relais et super race



PARCOURS VELO : PARTIE 2

TRI RACE 2023

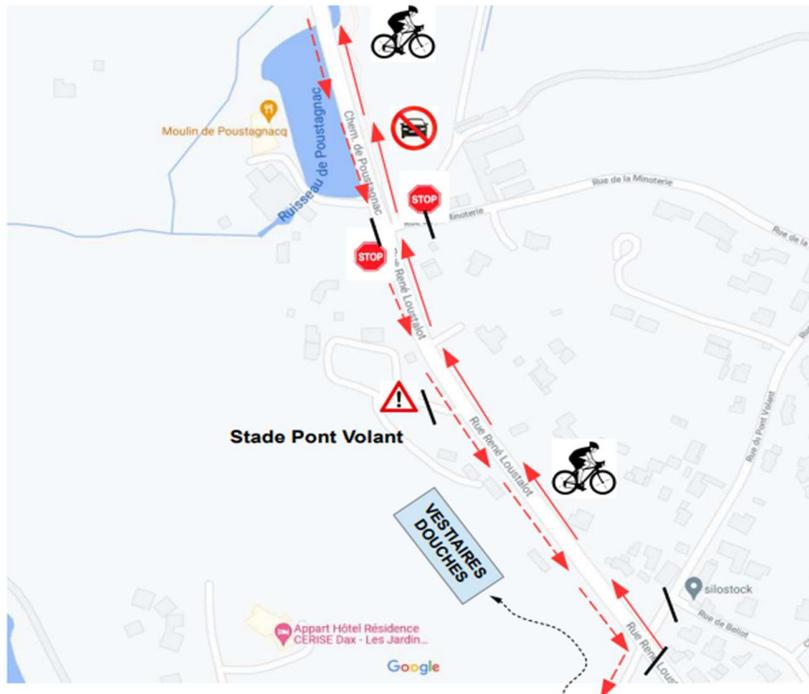


Parcours Commun ALLER

Parcours Commun RETOUR

Formats S et XS

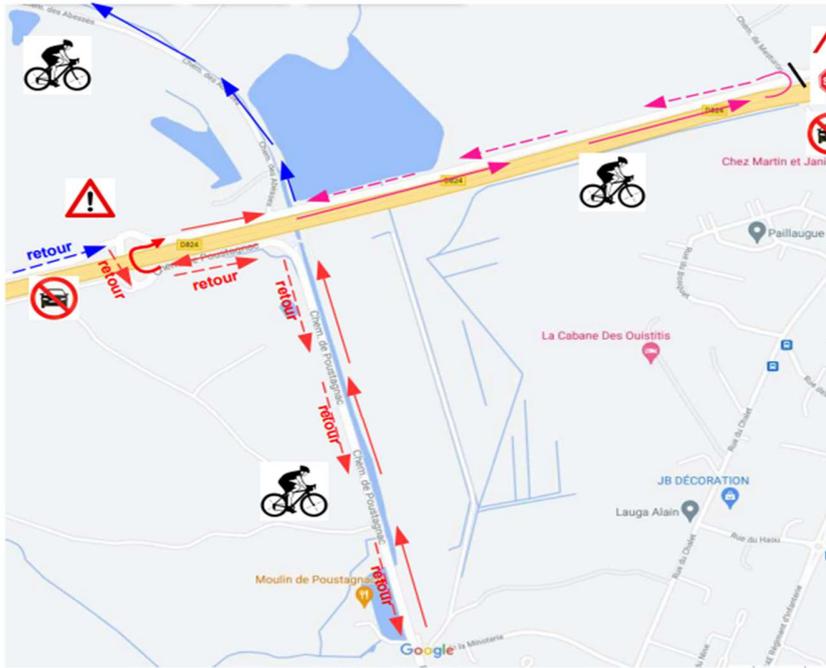
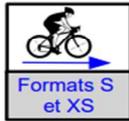
relais et super race





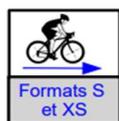
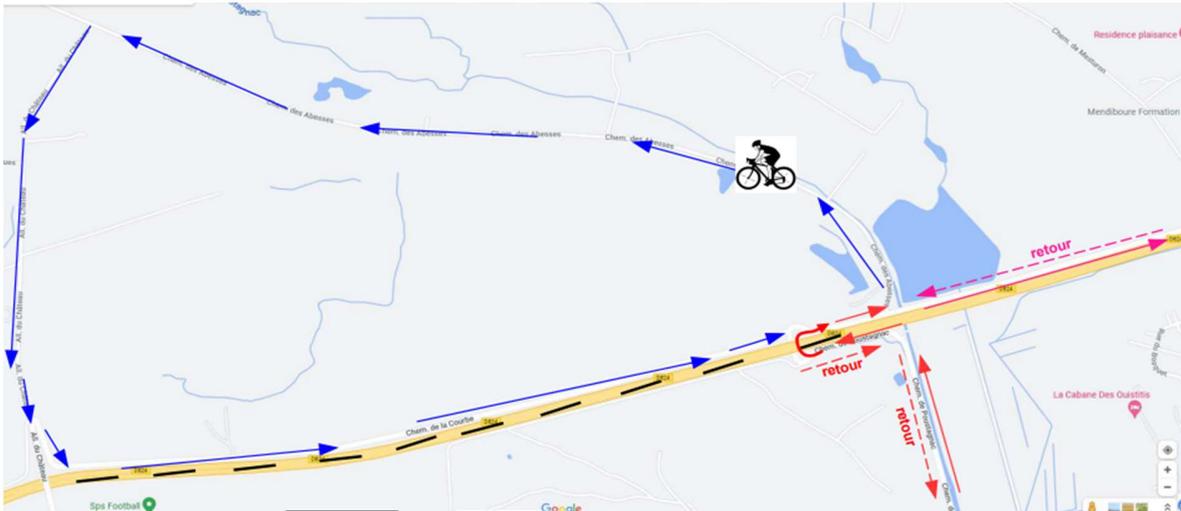
PARCOURS VELO : PARTIE 3

TRI RACE 2023



PARCOURS VELO : PARTIE 4

TRI RACE 2023





CIRCUITS CAP

TRI RACE 2023



Plan général du site, transitions et commodités:

On respecte les règles en vigueur.

Règlement : [Réglementation sportive - Fédération Française de Triathlon \(fftri.com\)](http://fftri.com)



Infos pratiques :

- Combinaison conseillée pour le S, obligatoire à moins de 16°C
- les courses S et XS sont en NO DRAFTING. Le type A et le SuperRace sont en drafting
- Vous pouvez louer une combinaison néoprène au magasin Les foulées à Bayonne :



Tel. 05 59 59 57 91

Email : 64bayonne@foulees.com

- Location de Vélo Chez les Cycles Barteau à Saint Paul les Dax : réservation au 0558714857



- Le guide sera mis à jour au fur et à mesure, pour tous renseignements complémentaires : triathlonsaintpaullesdax@gmail.com
- Site internet du club de Saint Paul lès Dax Triathlon : [Présentation | SAINT PAUL LES DAX TRIATHLON \(assoconnect.com\)](http://Presentation|SAINTPAULLES DAX TRIATHLON (assoconnect.com))
- hébergement : Office du tourisme de Saint-Paul-lès-Dax

- **Autre évènement du club** : Trail des LOUPIOTES janvier 2024

Accès : <https://carte.st-paul-les-dax.fr/point-dinteret/lac-de-christus/>



Nos partenaires



Un GRAND MERCI à TOUS NOS PARTENAIRES : sans leur implication, cette journée serait impossible !

Très bonne Course à Tous !!! Réglez-vous avec nous !