

ISTR'M 2026



DIMANCHE 20 SEPTEMBRE 2026

LES NOUVEAUTÉS

Pour cette 40^{ème} édition, la partie natation s'élancera de la plage de la Romaniquette pour offrir un cadre exceptionnel aux coureurs et d'améliorer la qualité de la natation, et de nouveaux circuits vélo et course à pied

Programme

MATIN - M

- 7h15 Retrait des dossards distance M
- 7h30 Ouverture du parc à vélo distance M
- 8h55 Fermeture du parc à vélo distance M
- 9h00 Exposé de course distance M
- **9h15** Départ distance M individuels + relais
- 11h10 Arrivée estimée du premier concurrent distance M
- 11h50 Barrière horaire pour départ course à pied distance M



ISTRES SPORTS TRIATHLON



Programme APRES MIDI – XS / DUATHLON JEUNES

- 13h00 Retrait des dossards duathlon et XS
- 13h15 Ouverture du parc à vélo duathlons
- 13h20 Ouverture du parc à vélo distance XS
- 13h40 Fermeture du parc à vélo duathlons - Exposé commun
- 13h50 Départ duathlon poussins et mini-poussins
- 14h05 Départ duathlon pupilles
- 14h30 Fermeture du parc à vélo distance XS
- 14h35 Exposé de course distance XS
- 14h50 Départ XS benjamins
- 14h55 Départ XS minimales/cadets/juniors/ vague open et relais
- 15h40 Arrivée estimée du premier concurrent distance XS
- 16h Remise des récompenses distance XS et duathlons

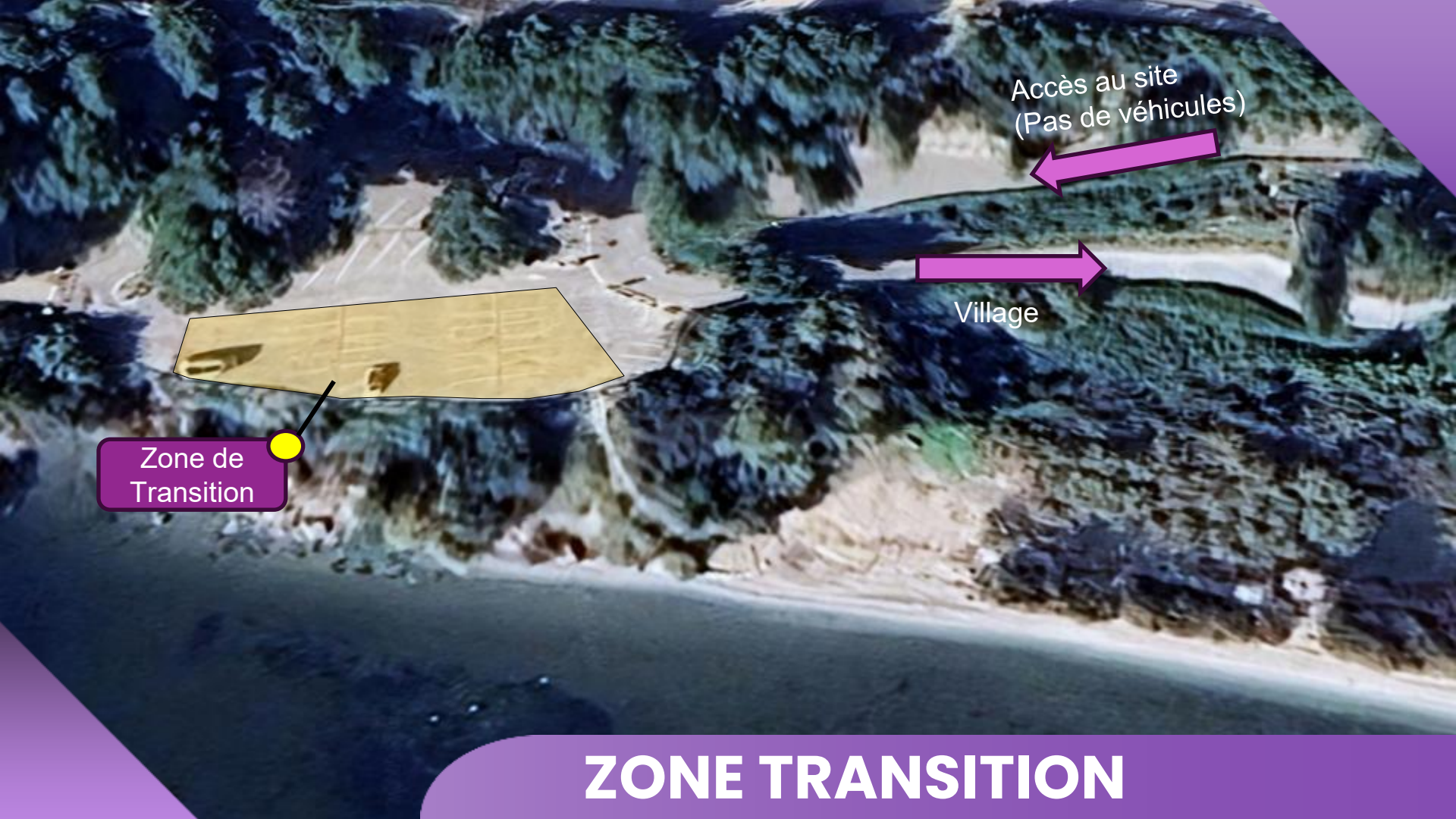


ISTRES SPORTS TRIATHLON





ZONE VILLAGE ET TRANSITION

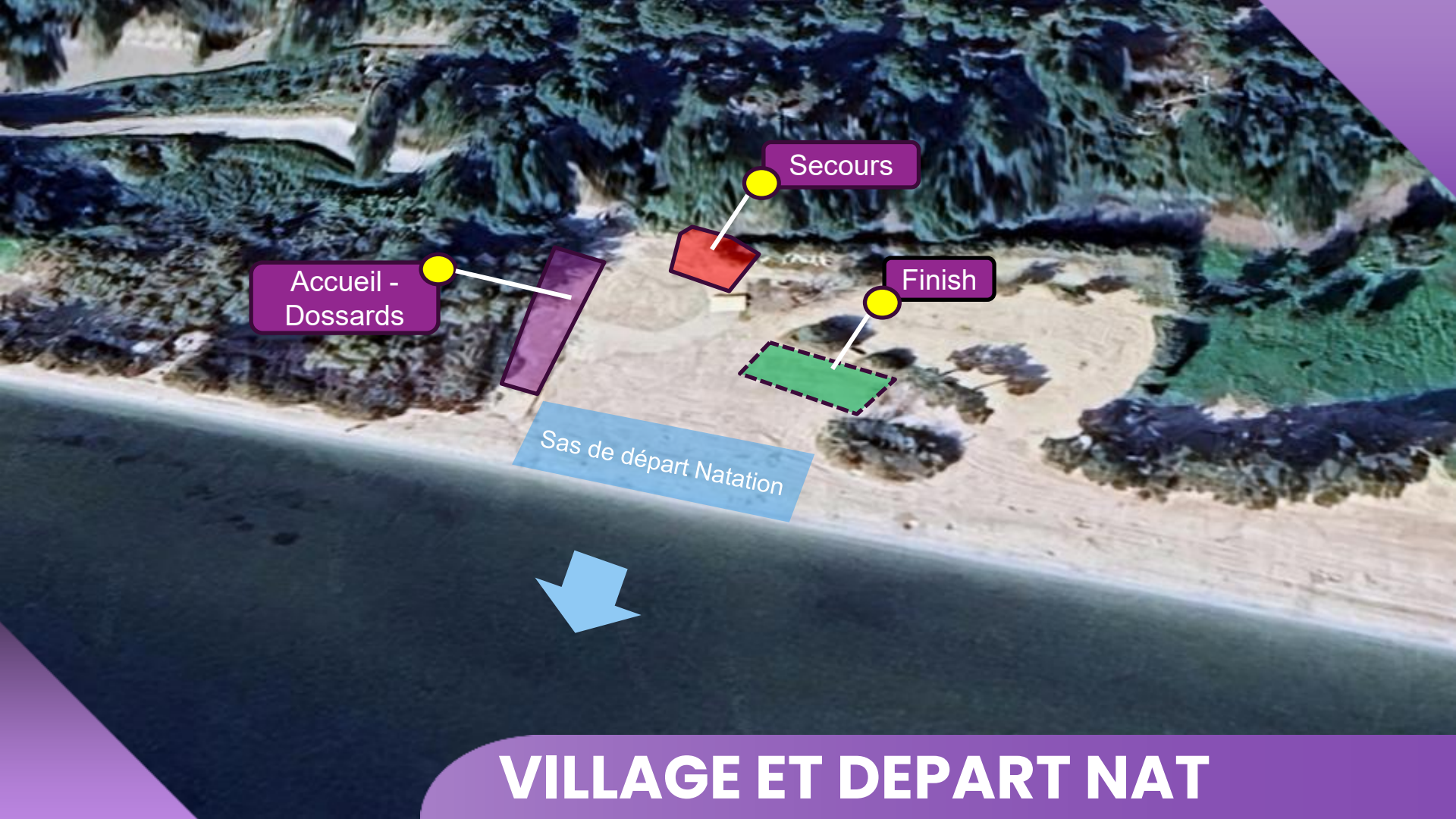


Accès au site
(Pas de véhicules)

Village

Zone de
Transition

ZONE TRANSITION



Accueil -
Dossards

Secours

Finish

Sas de départ Natation

VILLAGE ET DEPART NAT



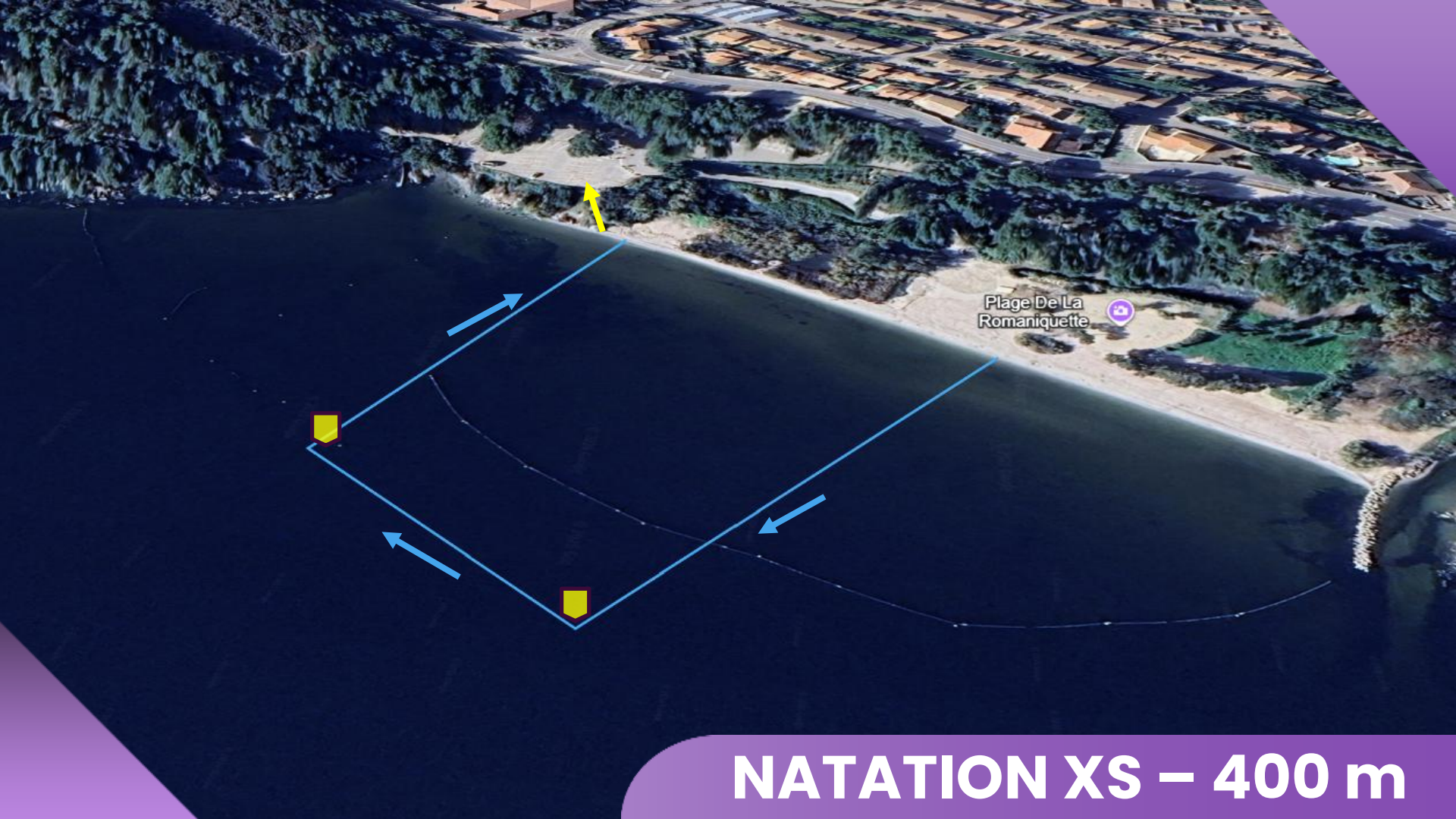
Canal de Crau

Tour 2

Sortie Australienne

Plage De La Romaniquette

NATATION M – 1500 m – 2 x 750m



Plage De La
Romaniquette



NATATION XS – 400 m

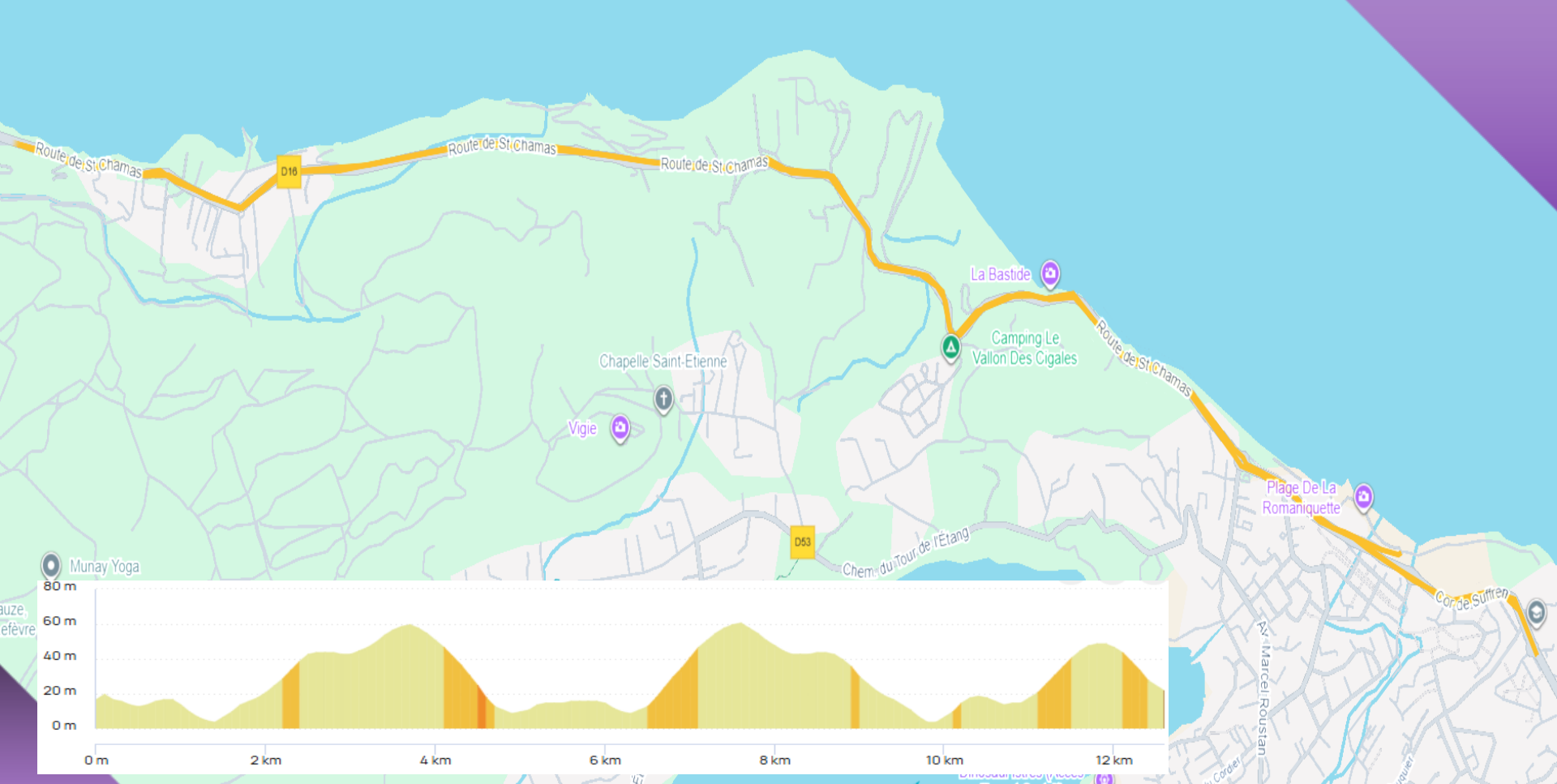


Sortie Natation

TRANSITION 1



VELO M 13 KM – 3 BOUCLES – 39KM



VELO M 13 KM – 3 BOUCLES – 39KM



Saint-Chamas

le l'Ancienne
rie de Saint...



Vigie



Chapelle Saint-Etienne

Canal de Blanqueyron

Camping Le
Vallon Des Cigales



La Bastide

Plage De La
Romaniquette



Dinosaur'Istres (Accès
libre et Gratuit)

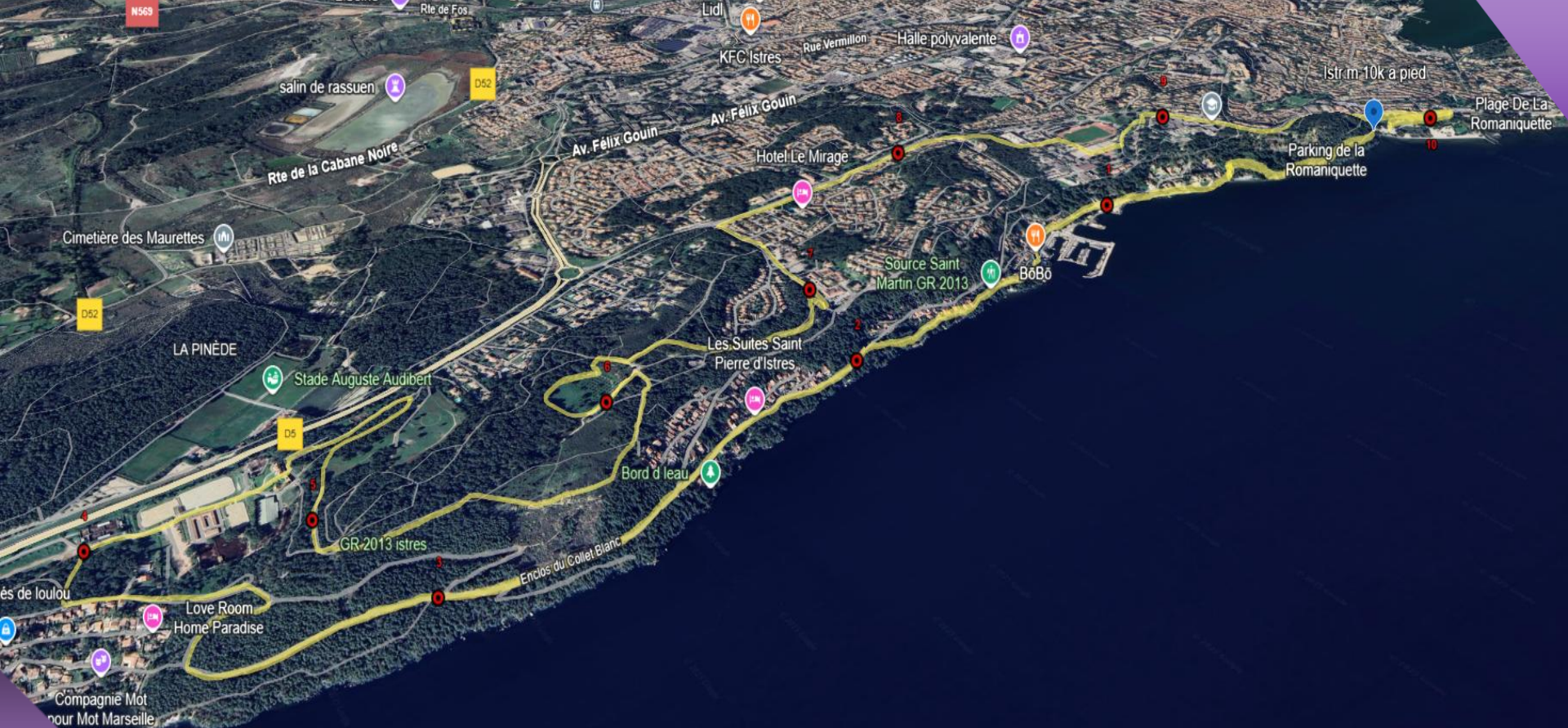


Étang de l'Olivier

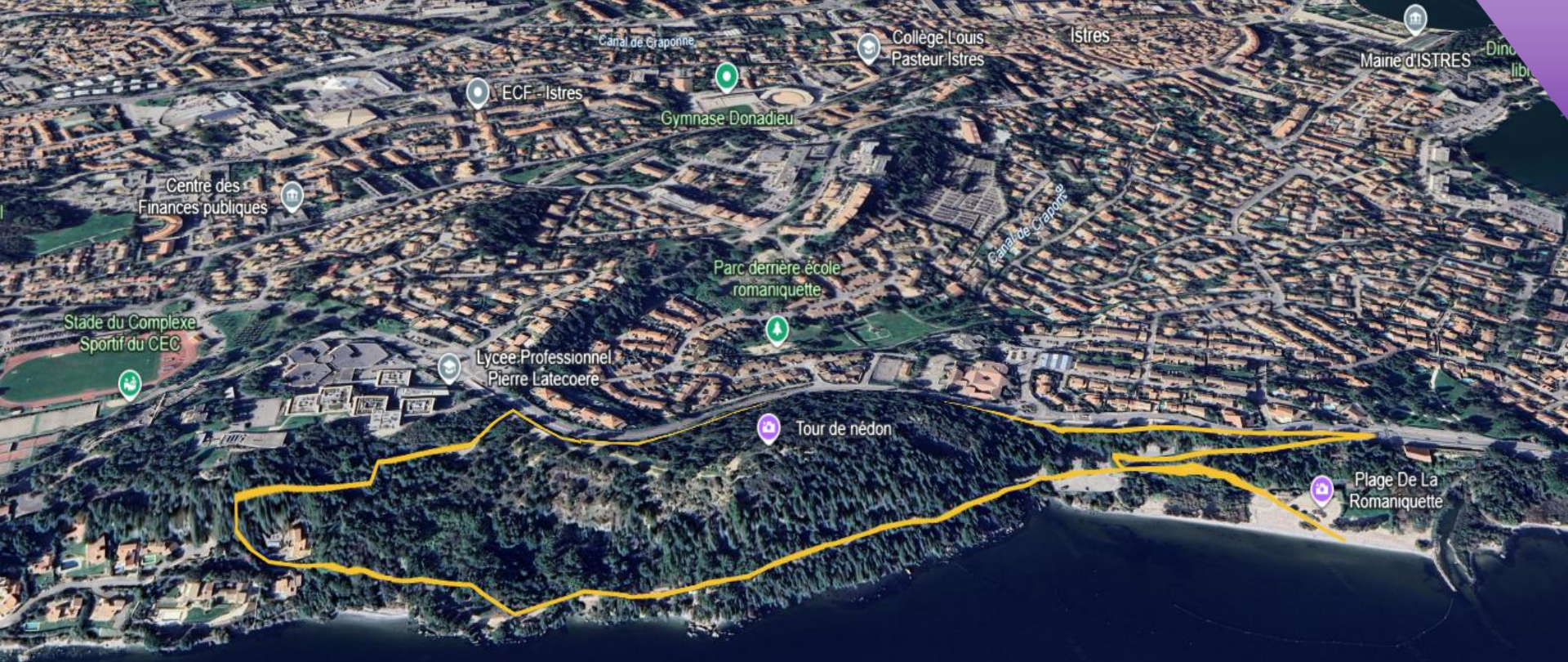
VELO XS 11 KM – 1 BOUCLE



TRANSITION 2



CAP M 10 KM – 1 BOUCLE

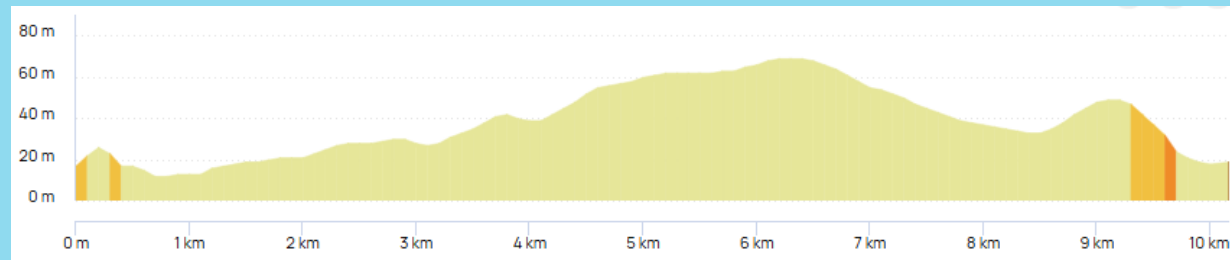
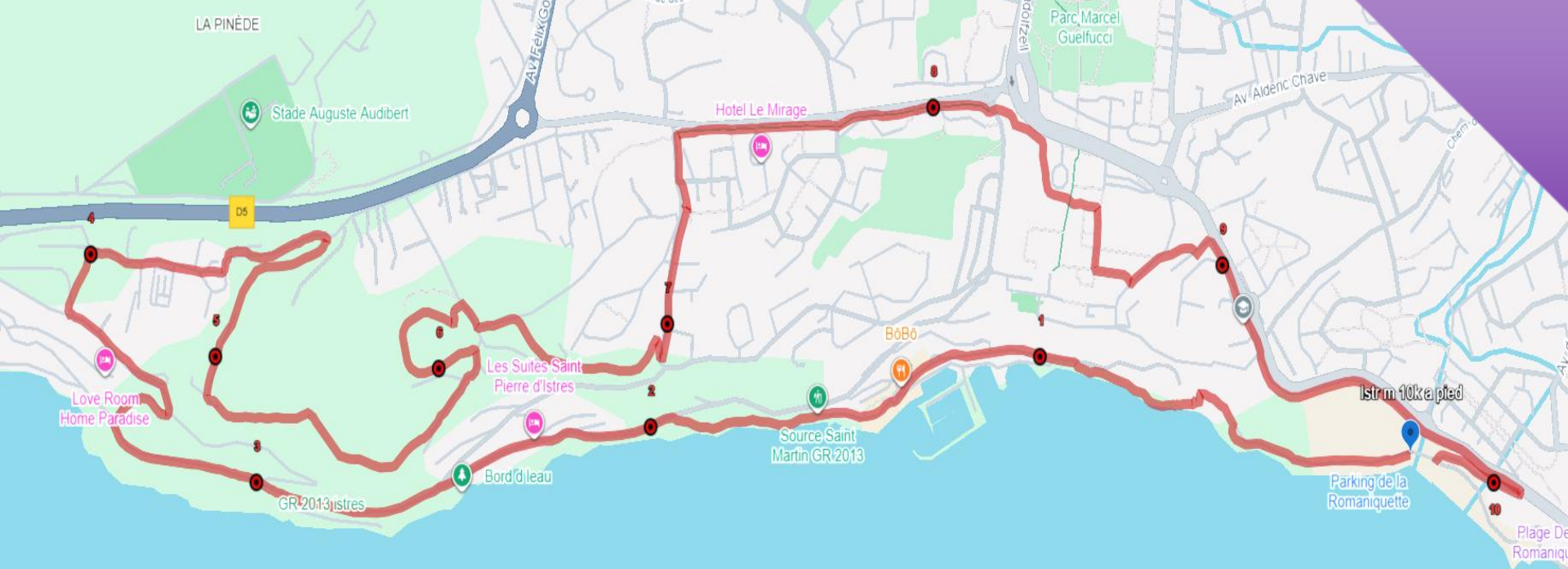


CAP XS 2,5 KM – 1 BOUCLE

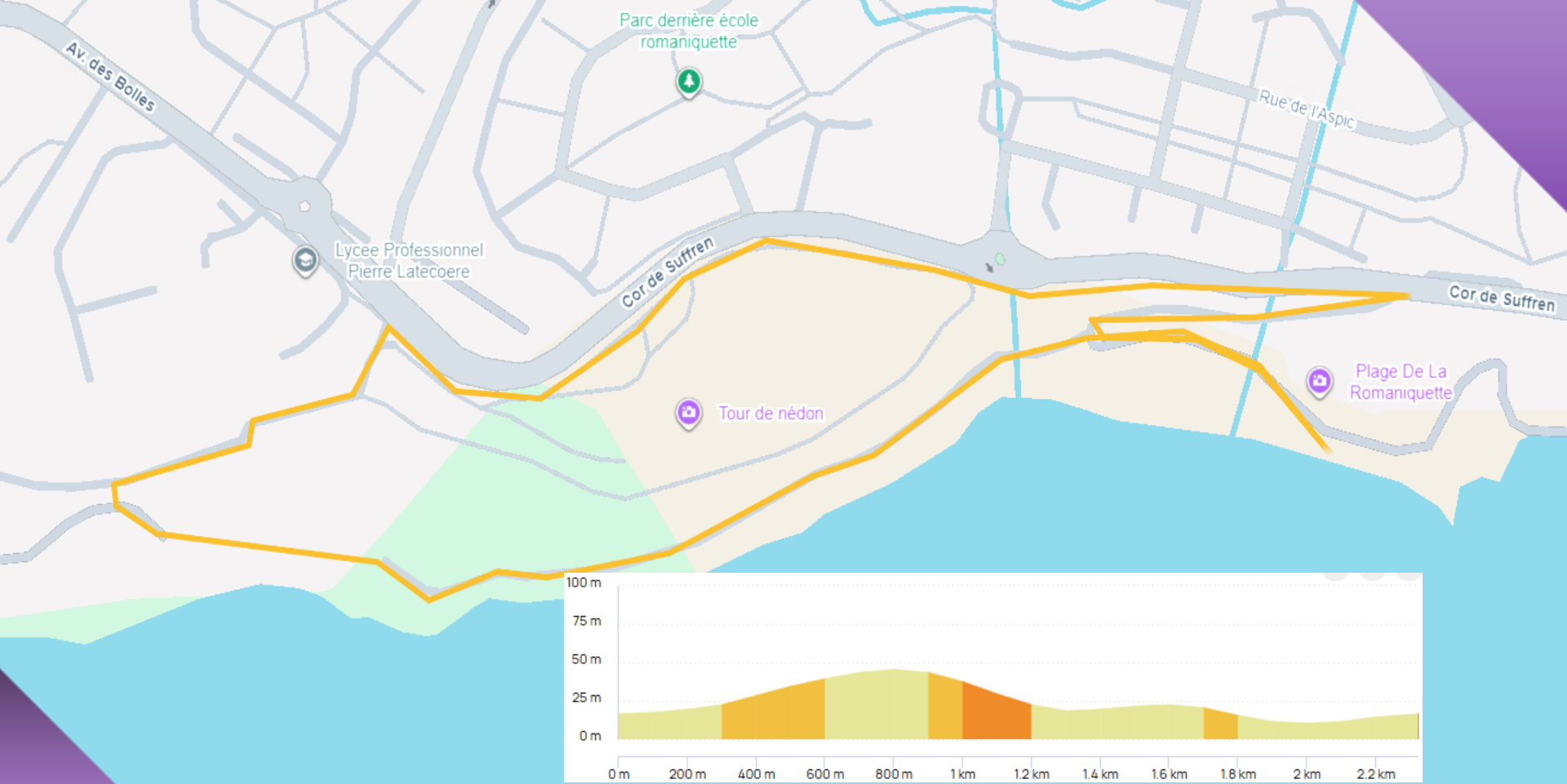


SI ANNULATION NATATION

CAP 5 KM – 1 BOUCLE



CAP 10 KM – 1 BOUCLE



CAP XS 2,5 KM – 1 BOUCLE



Podiums

Secours

Finish

FINISH