

PRESENTATION DES EPREUVES S / M

Pour le S : natation suivant le plan. Vélo 1 tour et CAP 1 A/R

Pour le M : natation suivant tracé ci-dessous. Vélo 2 tour et CAP 2 A/R

VUE GENERALE DES PARCOURS

Rouge : Vélo

Bleu : CAP

Jaune : Natation



PARCOURS NATATION TRIATHLON M

Lieu du départ : Dans l'eau - Anse du petit Nid

Lieu de la sortie : Anse du petit Nid

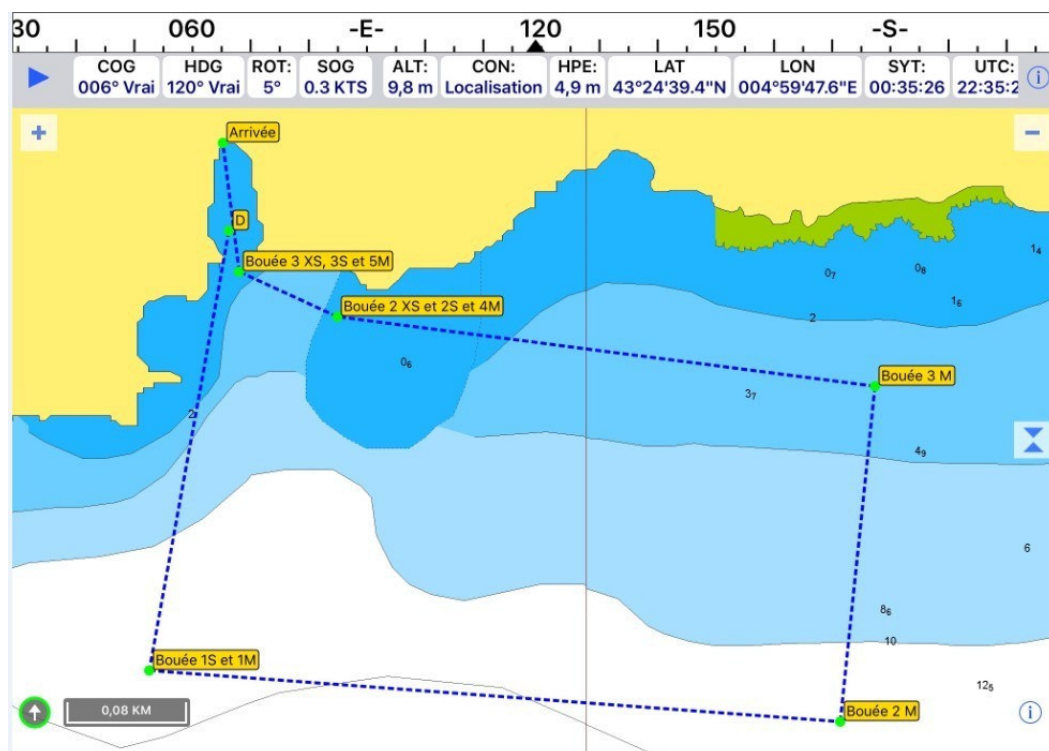
Horaires:

Départ : 9H00

Sortie de l'eau du 1er : 9H20

Sortie de l'eau du dernier : 10h00 (Barrière horaire)

Modifier	Distance	Glisser vers	GoTo
D			
Bouée 1S et 1M	190° Vrai, +0,30 KM		
Bouée 2 M	094° Vrai, +0,46 KM		
Bouée 3 M	006° Vrai, +0,22 KM		
Bouée 2 XS et 2S et 4M	277° Vrai, +0,36 KM		
Bouée 3 XS, 3S et 5M	295° Vrai, +0,07 KM		
Arrivée	351° Vrai, +0,09 KM		



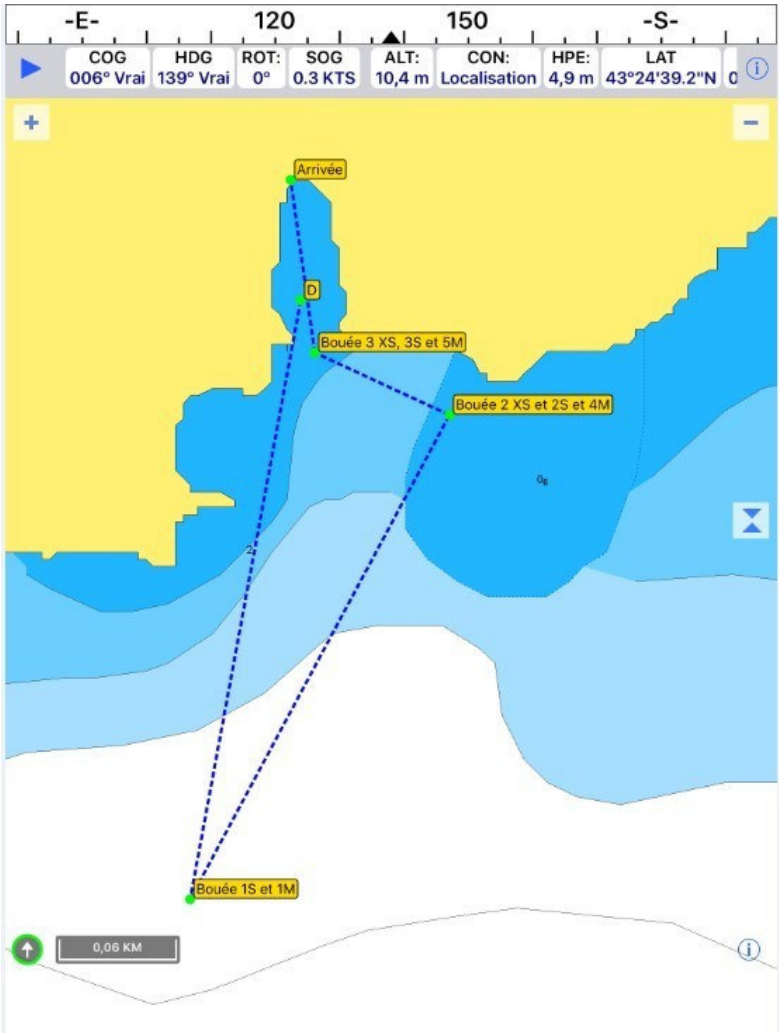
PARCOURS NATATION TRIATHLON S

Lieu du départ : Dans l'eau - Anse du petit Nid

Lieu de la sortie : Anse du petit Nid

Horaires: Départ : 9H05
Sortie de l'eau du 1er : 9H15
Sortie de l'eau du dernier : 9h35

Modifier	Distance	Glisser vers	GoTo
D			
Bouée 1S et 1M		190° Vrai, +0,30 KM	
Bouée 2 XS et 2S et 4M		028° Vrai, +0,27 KM	
Bouée 3 XS, 3S et 5M		295° Vrai, +0,07 KM	
Arrivée		351° Vrai, +0,09 KM	



PARCOURS VELO TRIATHLON S / M

Lieu : D49 et D5

Départ et Arrivée : D49 - Anse du petit Nid.

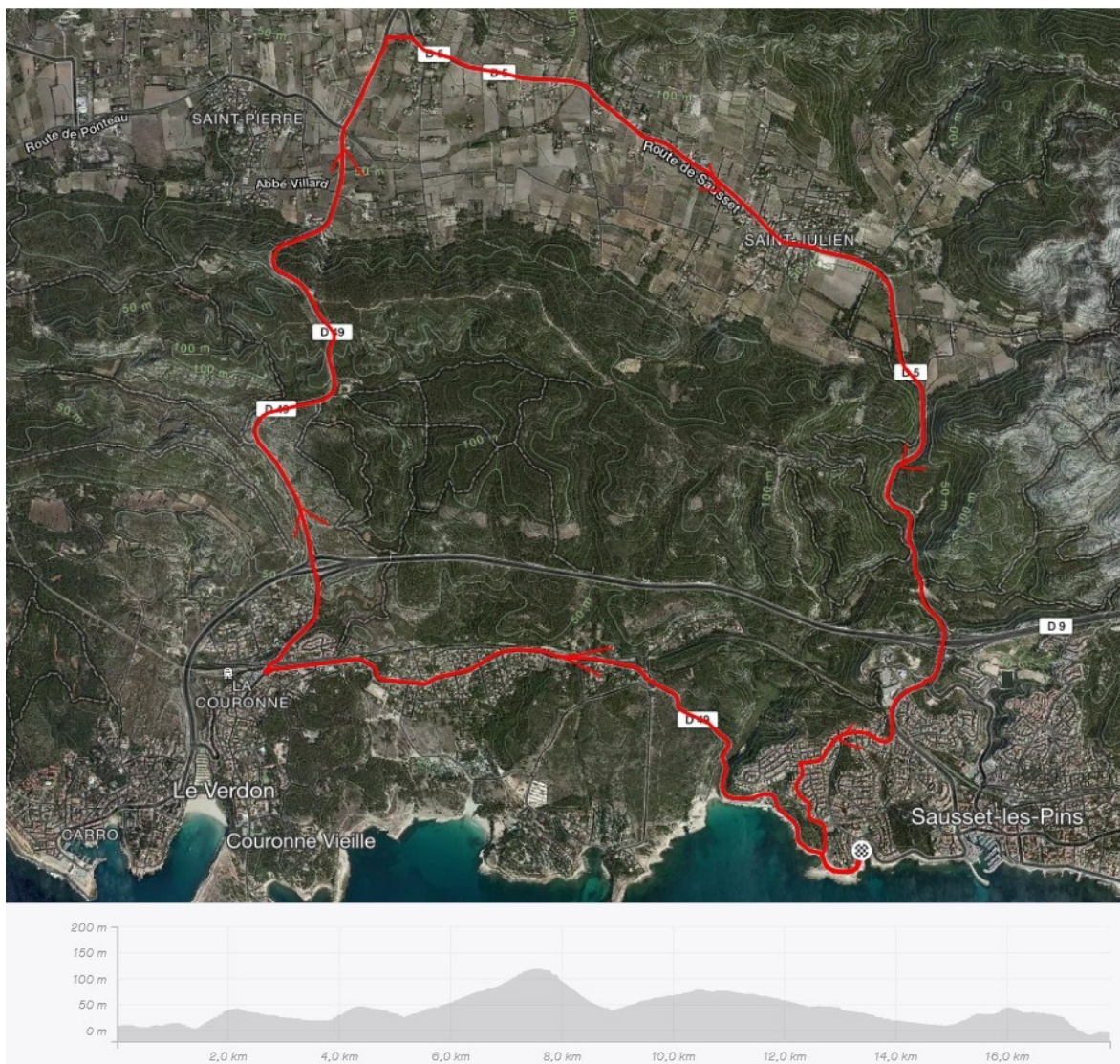
Horaires prévisionnels :

9h15 (S) 9h20(M) - Départ du 1er concurrent en vélo

9h45 - Départ du dernier concurrent en vélo

9h40(S) 10h15(M) - Retour du premier concurrent en vélo

10h40 (S) 12H00(M) - Retour du dernier concurrent en vélo



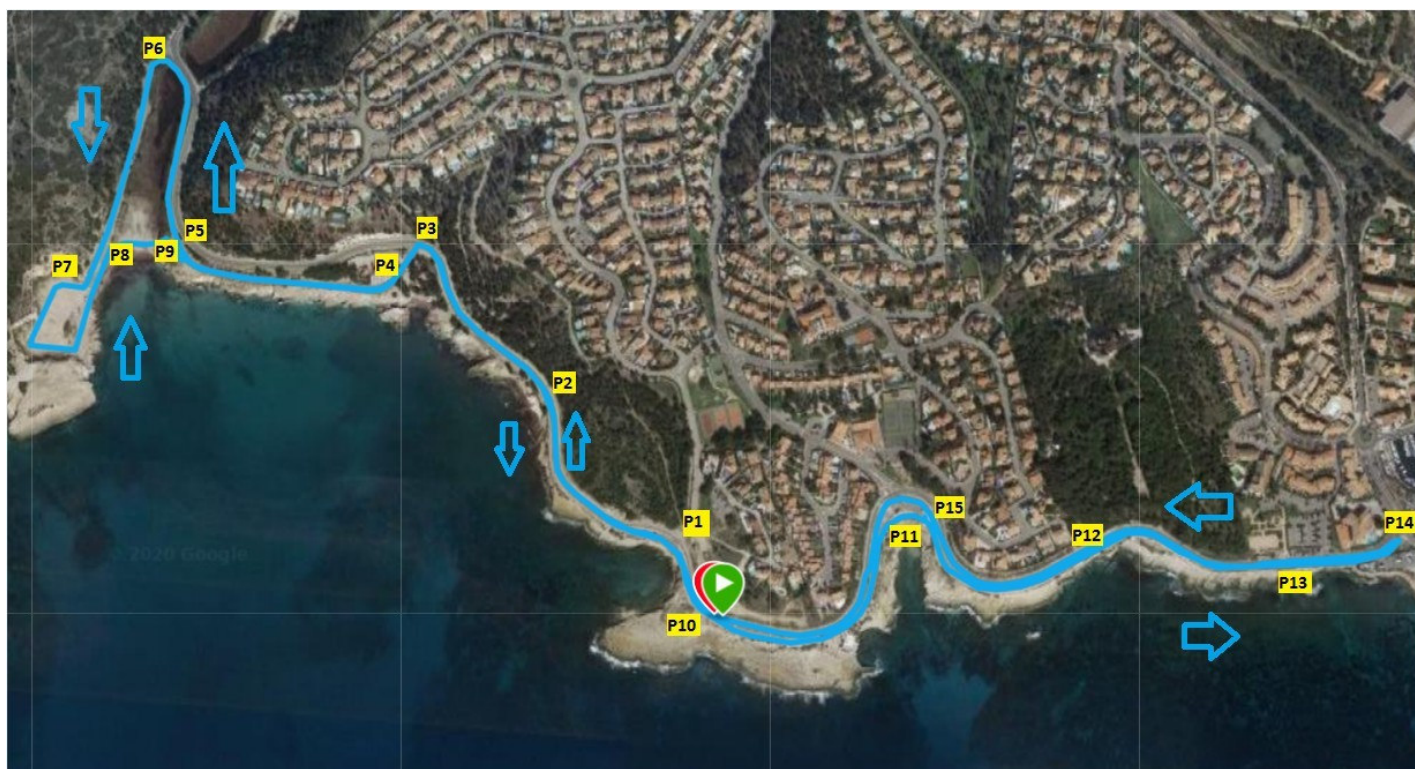
PARCOURS COURSE A PIED TRIATHLON S/M

Aller :

Départ anse du petit nid en direction de la plage de la roselière ou s'effectuera le demi tour. Parcours entièrement sur le sentier du littoral.

Retour :

Depuis la plage de la roselière vers Sausset les Pins en passant par l'Anse du petit nid entièrement sur le sentier du littoral. Demi tour au niveau de l'Hotel le Paradou à Sausset les Pins où la route sera fermée (D49).



PRESENTATION DE L'EPREUVES XS

PARCOURS NATATION TRIATHLON XS

Lieu du départ : Dans l'eau - Anse du petit Nid

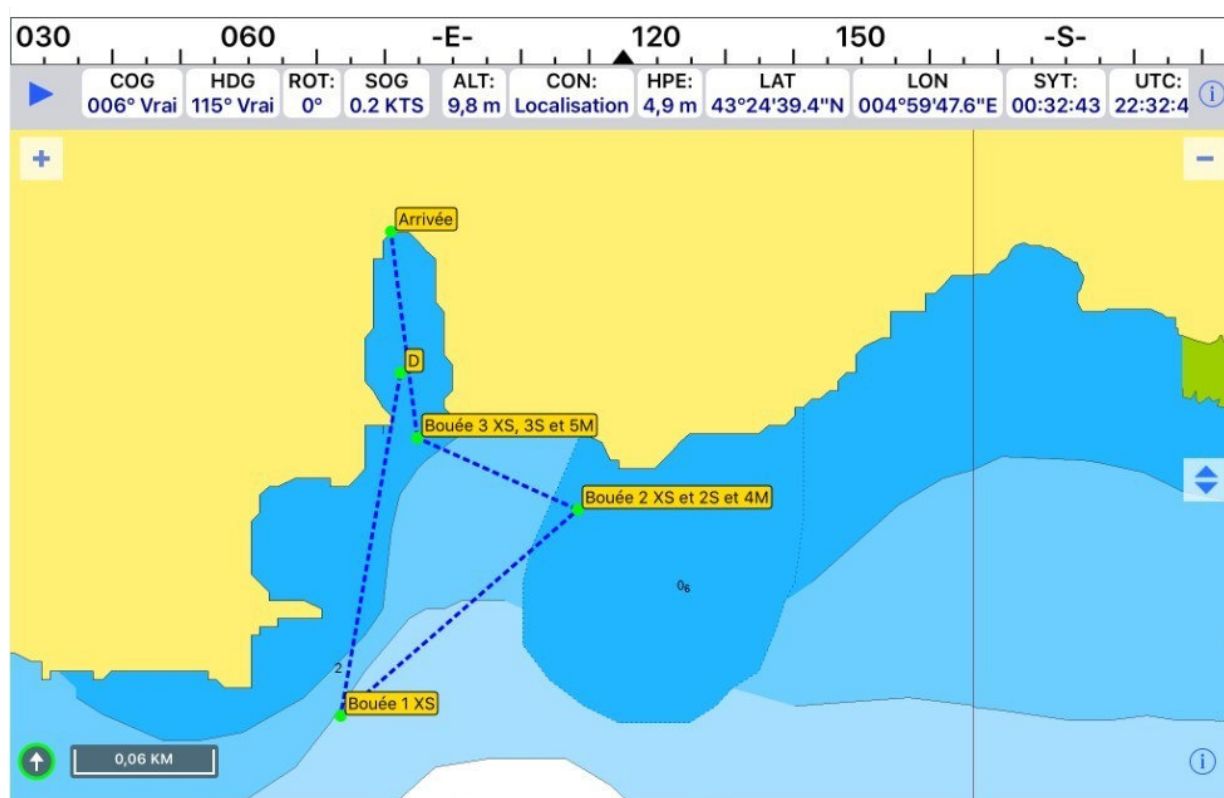
Lieu de la sortie : Anse du petit Nid

Horaires: Départ : 12H00

Sortie de l'eau du 1er : 12H10

Sortie de l'eau du dernier : 12h30

Modifier	Distance	Glisser vers	GoTo
D			
Bouée 1 XS		190° Vrai, +0,14 KM	
Bouée 2 XS et 2S et 4M		049° Vrai, +0,13 KM	
Bouée 3 XS, 3S et 5M		295° Vrai, +0,07 KM	
Arrivée		351° Vrai, +0,09 KM	



PARCOURS VELO TRIATHLON XS

Lieu : D49 et D5

Départ et Arrivée : D49 - Anse du petit Nid.

Horaires :

12h10 - Départ du 1er concurrent en vélo

12h30 - Départ du dernier concurrent en vélo

12h35 - Retour du premier concurrent en vélo

13H00 - Retour du dernier concurrent en vélo

Le parcours vélo est un aller retour depuis l'Anse du Petit Nid à Sausset les Pins jusqu'au rond point de la Couronne. Il emprunte la route départementales D49 selon le parcours suivants :

Route de la Couronne -> Route des Bastides (D49) -> Rond point de la Couronne sur la route de Martigues (D49) -> Retour sur le D49 -> Carrefour Allée des Peupliers -> Avenue du Grand fossé -> Parc à vélo (D49).



PARCOURS COURSE A PIED TRIATHLON XS



Aller :

Départ anse du petit nid en direction de la plage de la roselière ou s'effectuera le demi tour. Parcours entièrement sur le sentier du littoral.

Retour :

Depuis la plage de la roselière vers Sausset les Pins en passant par l'Anse du petit nid entièrement sur le sentier du littoral. Demi tour au niveau de l'Hotel le Paradou à Sausset les Pins où la route sera fermée (D49).

Superposition des parcours natation des trois épreuves adultes

