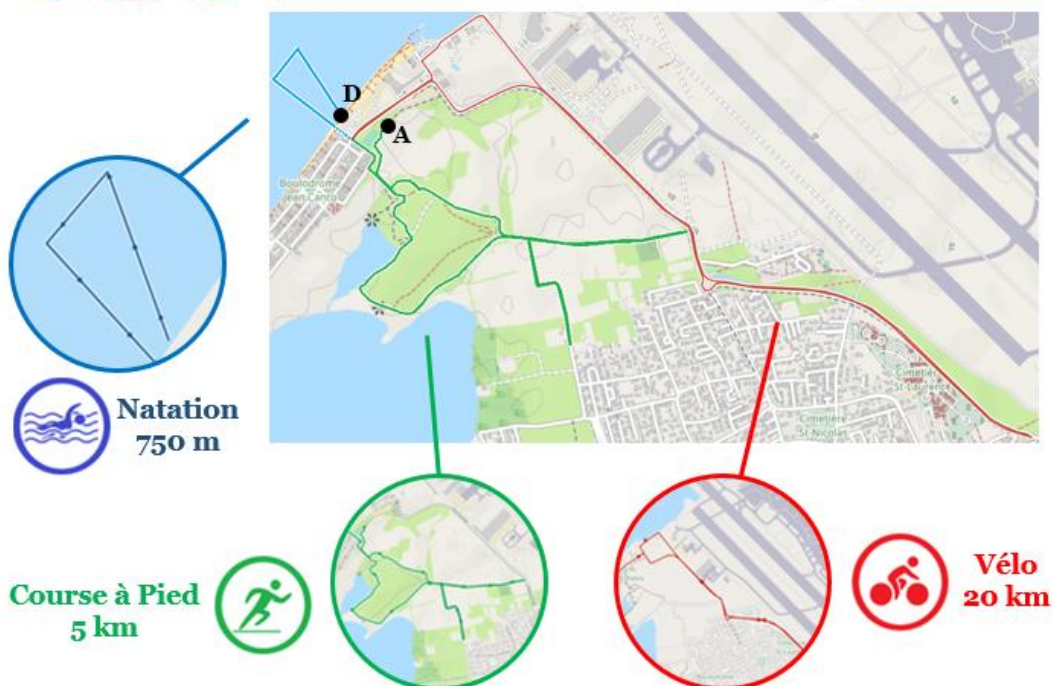




TRIATHLON DU JAI VUE D'ENSEMBLE DES PARCOURS

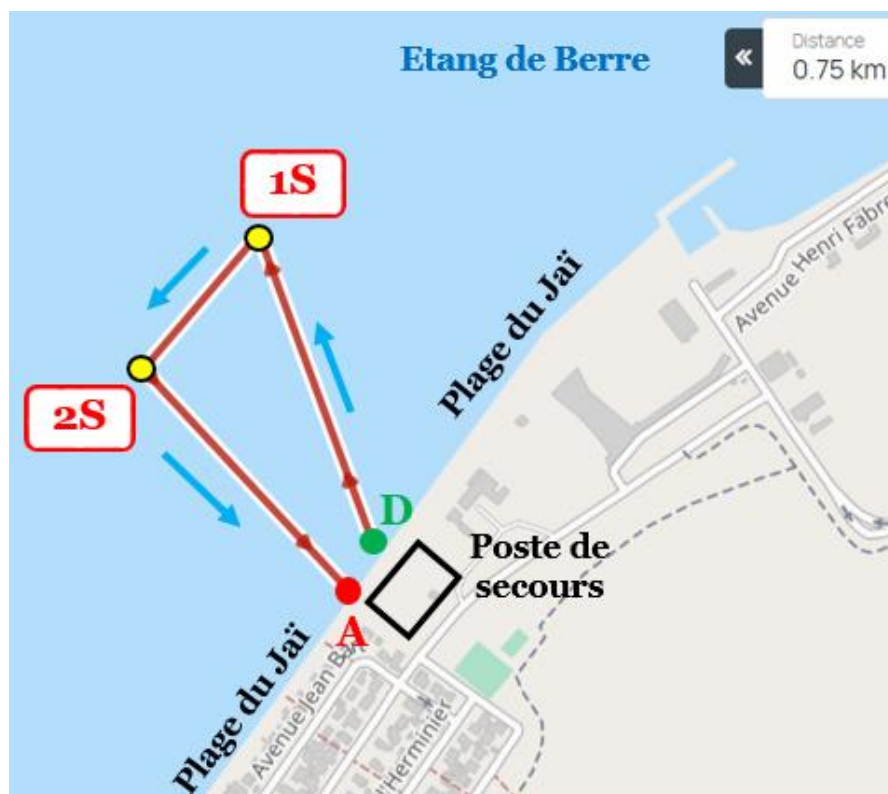
FORMAT S



Natation parcours S : Départ 9h.

Itinéraire : Parcours matérialisé par des bouées en face du poste de secours de la plage du Jai. Dans la bande des 300m et sous surveillance du dispositif.

1^{er} sortie de l'eau : 9h10. Dernier 9h30



Vélo parcours S :

Itinéraire : En vélo, le parcours se déroule sur route fermée avec le principe d'aspiration abri. Il s'agit d'effectuer un parcours au départ du parc à vélo située derrière le poste de secours puis effectuer le circuit balisé (avenue Henri Fabre, route de la plage D48 et D20E). Il y aura 3 boucles pour le format S

1^{er} départ 9h12. Dernier départ 9h35

1^{er} arrivé 9h40. Dernier arrivé 10h35

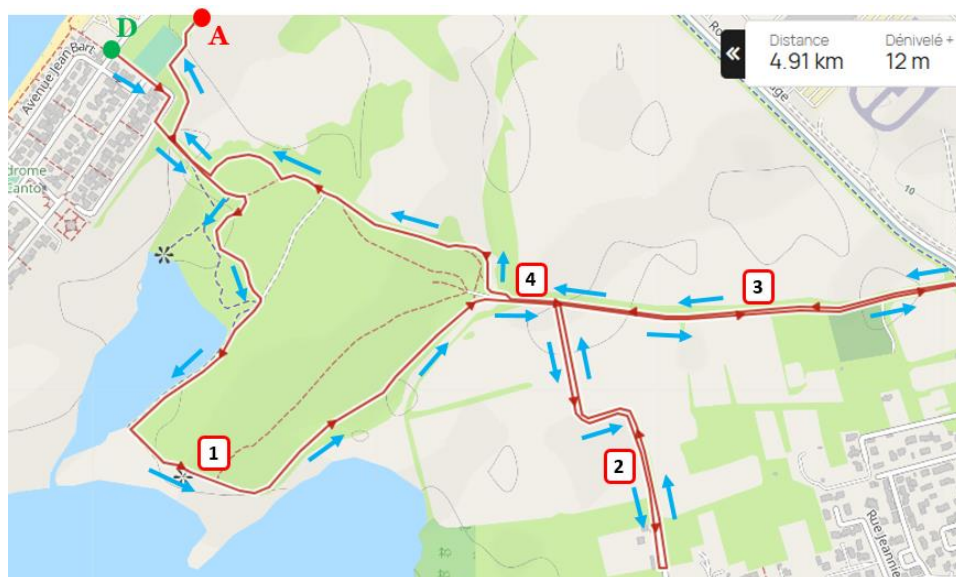


Course à pied parcours S:

Itinéraire : En course à pied, il s'agit d'effectuer un parcours de 5kms situé dans le parc des quatre vents (fermé à la circulation).

1^{er} départ 9h37. Dernier départ 10h40

1^{er} Arrivé : 10h. dernier arrivée 11h. Fin de la course





Natation parcours XS : Départ 10h.

Itinéraire : Parcours matérialisé par des bouées en face du poste de secours de la plage du Jai. Dans la bande des 300m et sous surveillance du dispositif.

1^{er} sortie de l'eau : 10h05. Dernier 10h20

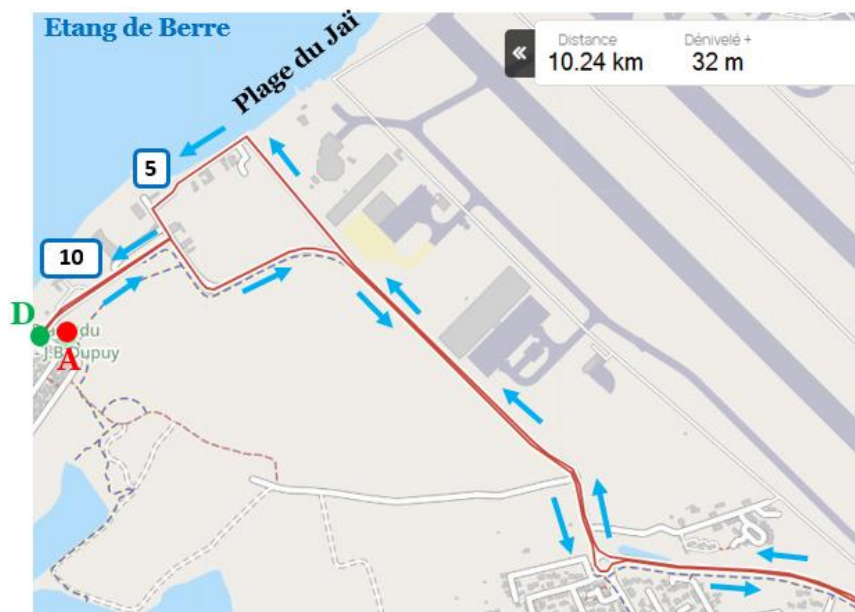


Vélo parcours XS :

Itinéraire : En vélo, le parcours se déroule sur route fermée avec le principe d'aspiration abri. Il s'agit d'effectuer un parcours au départ du parc à vélo située derrière le poste de secours puis effectuer le circuit balisé (avenue Henri Fabre, route de la plage D48 et D20E). Il y aura 2 boucles pour le format XS

1^{er} départ 10h07. Dernier départ 10h25

1^{er} arrivé 10h25. Dernier arrivé 10h55



Course à pied XS:

Itinéraire : En course à pied, il s'agit d'effectuer un parcours de 3kms situé dans le parc des quatre vents (fermé à la circulation).

1^{er} départ 10h27. Dernier départ 11h00

1^{er} Arrivé : 10h35. Dernier arrivée 11h30. Fin de la course

