

BRIEFING 2026 DISTANCE M

TRIATHLON DU LION

**BIENVENUE SUR LE TRIATHLON DU LION,
VOICI L'ENSEMBLE DES CONSIGNE.**

BONNE COURSE

PROGRAMME :

	Horaires		
	Début	Fin	
vendredi 22 mai 2026	14h00	20h00	Retrait des dossards
samedi 23 mai 2026	10h00	18h00	Retrait des dossards
dimanche 24 mai 2026	9h00	12h30	Retrait des dossards
	11h45	13h00	Ouverture de l'aire de transition
	13h15		Briefing d'avant course
	13h30	17h30	Course M
	16h		Remise des prix
		18h	Fermeture de l'aire de transition

BARRIERE HORAIRES :

16h15 → Celui qui ne s'engage pas dans son 1er tour de course à pied avant 16h15 est mis hors course et disqualifié.

RETRAIT DES DOSSARDS :

- Deux options :
 - Par le concurrent lui-même, au plus tard une heure avant le départ de la course avec justificatif d'identité.
 - Retrait de groupe (ou d'équipe/duo) possible, en justifiant de son identité et de l'identité de chaque concurrent du groupe.
- Dossard remis sur présentation d'une pièce d'identité avec Photo.
- Si besoin, présenter les documents manquants (certificat médical ou licence).
- Un bracelet inviolable sera mis au poignet de chaque athlète pour accéder à l'aire de transition, déposer et retirer son matériel.
- Toute personne dont le bracelet sera absent se verra refuser l'accès à l'aire de transition avant ou après la course.

CONTENU DE L'ENVELOPPE DOSSARD :

- 1 dossard : Doit être porté à l'arrière sur la partie vélo puis à l'avant sur la partie course à pied. Il doit être lisible et non déchiré au passage de la ligne d'arrivée.
- 1 puce pour le chronométrage : Doit être rendu à l'arrivée, sera facturé 90€ dans le cas contraire.
- 1 bonnet de bain de l'épreuve - Obligatoire
- 1 bracelet : à porter au poignet pour rentrer dans l'aire de transition.
- 1 autocollant à mettre sur le casque.
- 1 autocollant à mettre sur la tige de selle.

DEPOT DU MATERIEL DANS L'AIRE DE TRANSITION

- Bracelet Obligatoire pour entrer dans le parc lors du dépôt et retrait du matériel.
- Aucun accompagnement dans l'aire de transition n'est autorisé.
- L'entrée dans l'aire de transition s'effectue casque sur la tête et jugulaire fermée, puis le matériel est vérifié par les arbitres.
- Les autocollants doivent être collé à l'avant du casque et sur la tige de selle.
- Il est interdit de déposer une caisse pour y mettre ses affaires dans le parc à vélo.
- Le porte dossard est obligatoire. (épingles ou autre accroche interdites)

REGLEMENT

Voici le lien vers le règlement du [Triathlon du Lion](#)

PARTICULARITE DUO/MIXTE

Obligation de passer les transitions et de l'arrivée ensemble. Drafting autorisé uniquement pour les duos.

PARTICULARITE RELAIS

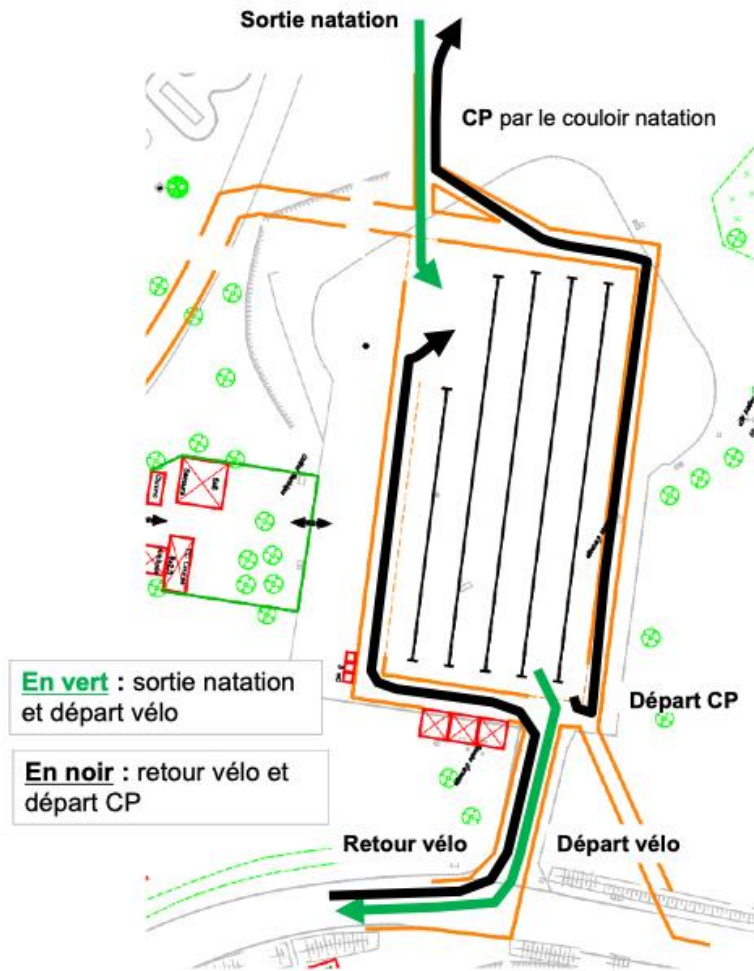
L'attente du passage de relais se fait dans le parc à vélo, au niveau de son numéro.

Le passage de la puce sert de témoins de relais.

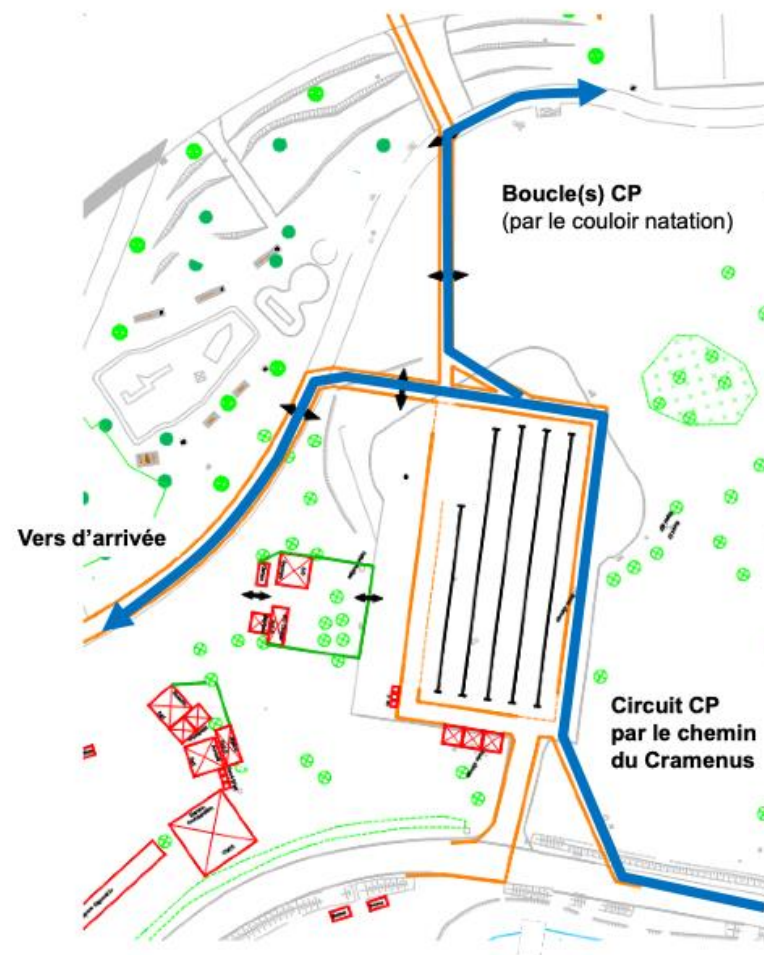
PLAN DU SITE



PLAN DE L'AIRE DE TRANSITION



Circulation dans l'aire de transition
- toutes épreuves -



Circulation CP en traversée du site
- toutes épreuves -

PARCOURS NATATION



Distance M / Parcours natation de 1500 m.
2 tours de 750 m. avec sortie à l'Australienne

Départ en Rolling start –
Déclenchement du chronomètre
au passage du tapis de départ.

Bouées à prendre main gauche

Les aides artificielles
(plaquettes, Pull boy etc..) sont
interdites.

Bonnet de l'organisation
Obligatoire

En difficulté :

Crampes, fatigue, oppression, sensation
de malaise... Signalez-vous aux
sauveteurs en appelant et en levant la
main plusieurs fois. N'hésitez pas à
solliciter un autre athlète.

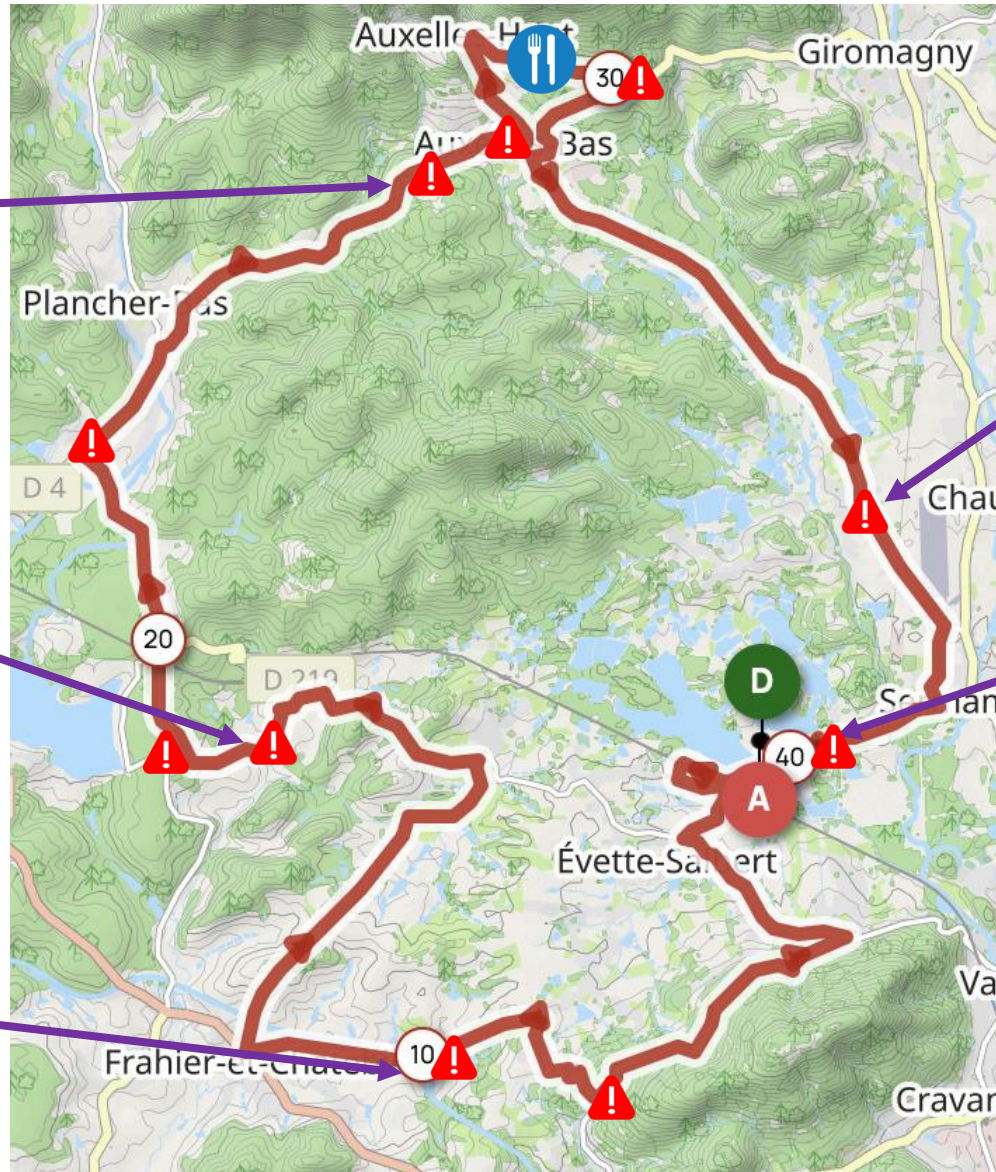
PARCOURS VELO

Quelques points d'attention particulier sur le parcours vélo

Attention : Plusieurs chicanes étroites en entrée de village

Attention : virage très dangereux sur route étroite en pleine descente

Attention : Passage étroit sous un pont, en fin de descente



 = Carrefour dangereux

Attention : Plusieurs chicanes étroites en sortie de village

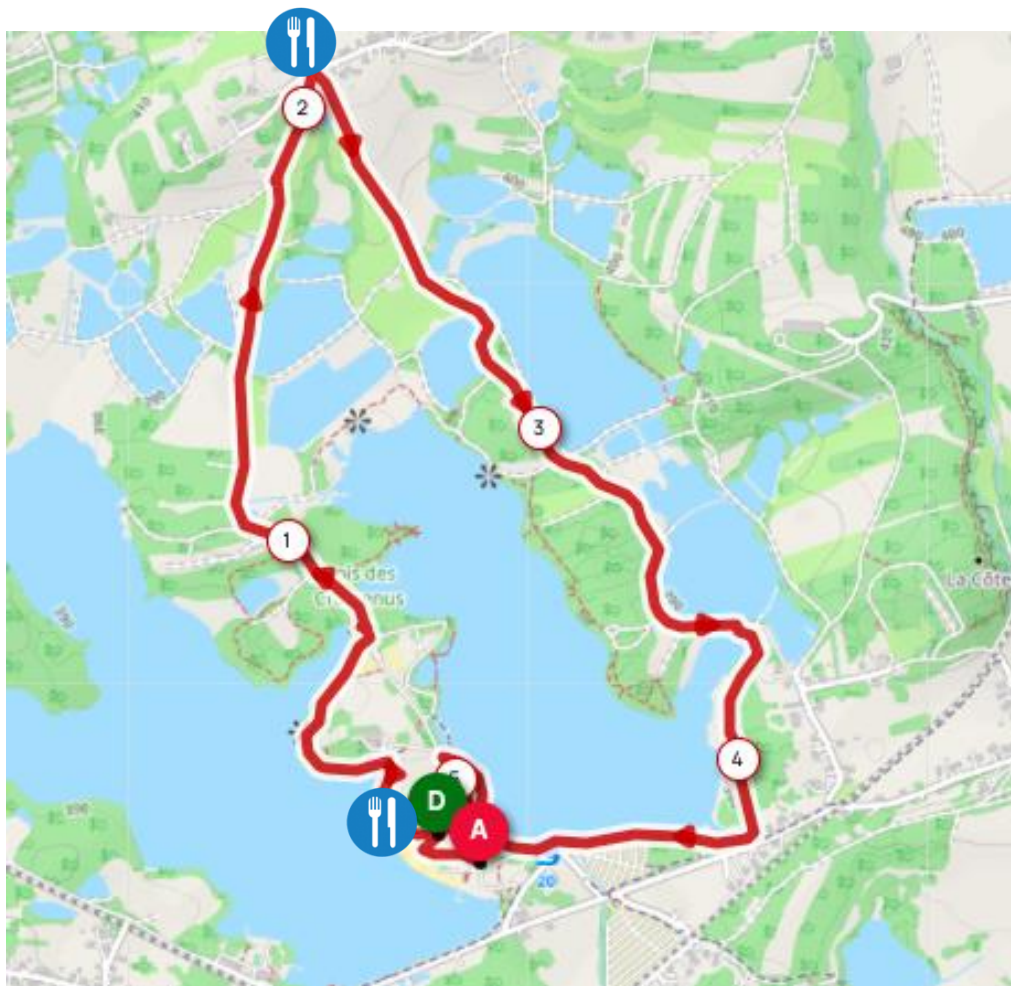
Attention : Beaucoup de circulation au retour sur le site

Règle primordiale :
Vous évoluerez sur route ouverte, vous devez respecter le code de la route. Serrez votre droite tout au long de l'épreuve et écoutez les consignes de tous les signaleurs ou motards.

Utilisation du téléphone en course ou écouteurs interdits.

Distance M / 1 boucle de 40,5km et 550m de dénivelé

PARCOURS COURSE A PIED



Utilisation du téléphone en course ou écouteurs interdits.

Il est interdit d'accompagner un athlète sur le parcours.

Distance M / 2 boucles de 5,3km et 48m de dénivelé

REMISE DES PRIX ET RECOMPENSES

Dimanche 24 mai à 16h00 au milieu du village partenaire

Remise des récompenses :

3 premiers scratch homme et femme

3 premiers des catégories Junior, senior et master homme et femme

3 premiers Duo mixte

3 premières équipe relais scratch

3 premiers scratch homme et femme du championnat BFC