BRIEFING

« E.Leclerc Frenchman »

Triathlon Distance XXL

- SAMEDI 28 MAI -

7h

DÉROULÉ DU « E.LECLERC FRENCHMAN » - TRIATHLON DISTANCE XXL -

- Adresse site de compétition
- Horaire des retraits de dossards
- Plan du site de compétition
- Programme
- Parcours
- Zone de transition (T1/T2)
- Remise des récompenses

ADRESSE DU SITE DE COMPÉTITION

Boulevard du Lac de Carcans

33121 Carcans Maubuisson

CLIQUEZ ICI pour voir la MAPS

HORAIRES DES RETRAITS

DES DOSSARDS

DATE	OUVERTURE	FERMETURE	HORAIRES CONSEILLÉS POUR LES ATHLÈTES QUI ARRIVENT EN VOITURE PENDANT LE DÉROULEMENT DES COURSES
MERCREDI 25 MAI	9h	19h	
JEUDI 26 MAI	TRIATHLON DISTANCE M 6h30 - 8h30		
	9h	19h	12h - 19h
VENDREDI 27 MAI	TRIATHLON DISTANCE L 6h30 - 8h30		
	9h	19h	14h - 19h

Pour retirer votre dossard

➤ Licencié FFTRI : Licence FFTRI 2022 ou ITU

➤ Non Licencié FFTRI : Carte d'identité + Pass journée

Dans votre sac vous trouverez :

➤ 1 Bonnet de natation

➤ 2 dossards athlète

➤ 1 autocollant pour la tige de selle du vélo

➤ 1 autocollant pour le casque vélo

➤ 1 tatoo avec le N° de votre dossard

➤ 1 puce chronométrique

➤ 1 bracelet athlète

➤ 3 sacs de transition T1 + T2 + Gear

➤ 3 étiquettes autocollantes à coller sur le sac T1 + T2 + Gear

➤ 2 sachets pour mettre vos ravitaillements perso (vélo + marathon)

<u>À votre arrivée nous vous remettrons</u>

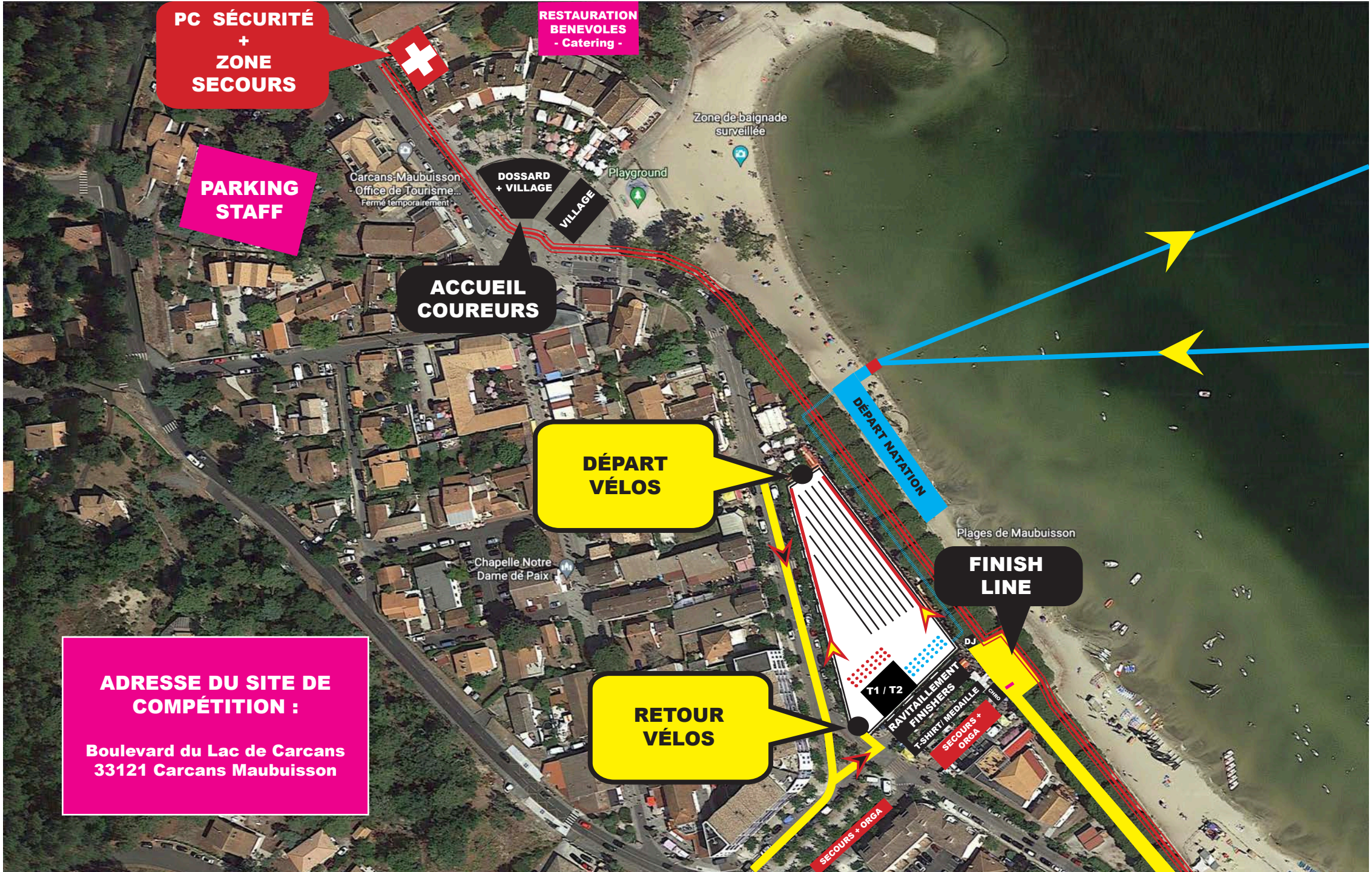
➤ Une médaille finisher

➤ Un Tee-shirt

➤ Une collation dans la tente finisher

Les félicitations de Super-FRENCHMAN !

SITE DE COMPÉTITION


PC SÉCURITÉ + ZONE SECOURS
RESTAURATION BENEVOLES - Catering -
PARKING STAFF
DOSSARD + VILLAGE
VILLAGE
ACCUEIL COUREURS
Carcans-Maubuisson - Office de Tourisme...
Fermé temporairement
Zone de baignade surveillée
Playground
DÉPART NATATION
DÉPART VÉLOS
Chapelle Notre Dame de Paix
Plages de Maubuisson
FINISH LINE
RETOUR VÉLOS
T1 / T2
DJ
RAVITAILLEMENT FINISHERS
T-SHIRT/ MEDAILLE
SECOURS + ORGA
SECOURS + ORGA
ADRESSE DU SITE DE COMPÉTITION :
Boulevard du Lac de Carcans
33121 Carcans Maubuisson

PROGRAMME

VENDREDI 27 MAI
Triathlon « E.Leclerc Frenchman » - Distance XXL

9h à 19h : Retrait des dossards

17h à 19h30 : Dépôts des vélos dans le parc à vélo

Briefing de course : Cinéma de Carcans Maubuisson

17h30 : Briefing de course – N° dossard nombre pair

18h : Briefing de course – N° dossard nombre impair

Le dépôt des vélos la veille de la compétition est obligatoire.

Il faudra aussi déposer le sac T1 + sac T2.

Le matin de la compétition grâce à votre bracelet athlète vous rentrerez dans le parc à vélo

et aurez accès à vos affaires + vélo pour les dernières vérifications avant le Top départ !

Pensez à déposer à l'entrée du parc à vélo le matin à 6h vos poches de ravitaillements personnels.

➤ 1 poche pour le ravitaillement perso vélo

➤ 1 poche pour le ravitaillement perso du marathon

SAMEDI 28 MAI
Triathlon « E.Leclerc Frenchman » - Distance XXL

5h30 : Ouverture du parc à vélo

6h30 : Fermeture du parc à vélo

7h : Départ du Triathlon distance XXL

9h : Clôture de la partie natation

9h15 : Fermeture du parc à vélo (T1)

15h : Arrivée du vainqueur

17h : Fermeture du parc à vélo (T2)

17h15 : Ouverture du parc à vélo pour récupérer vos affaires

00h : Arrivée du dernier athlète & clôture de la ligne d'arrivée

DIMANCHE 29 MAI

10h : Remise des récompenses

LIVE TRACKING

Site internet :

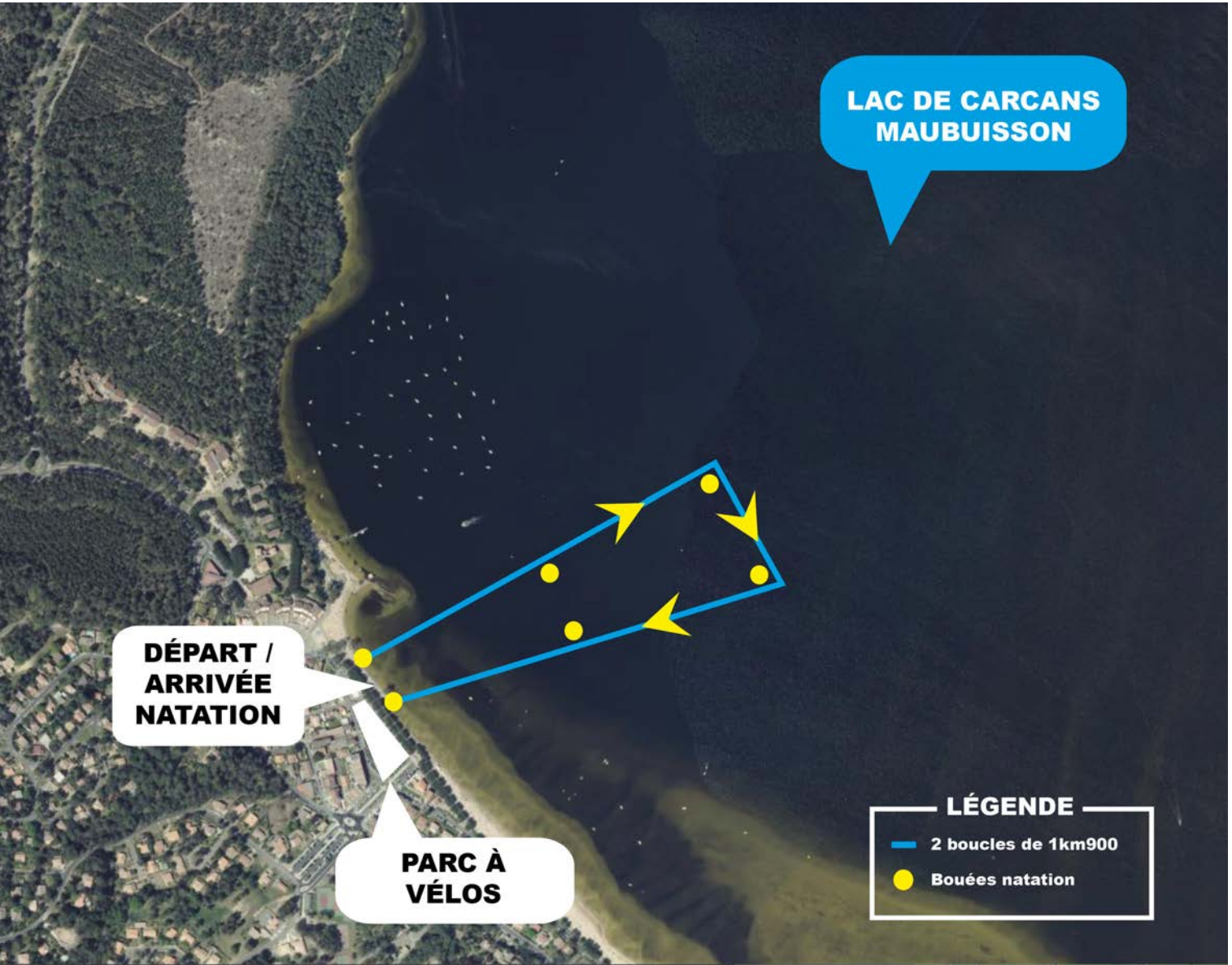
www.frenchmantriathlon.com

Facebook :

https://www.facebook.com/frenchmantriathlon

PARCOURS

PARCOURS NATATION
DISTANCE XXL – 3KM800

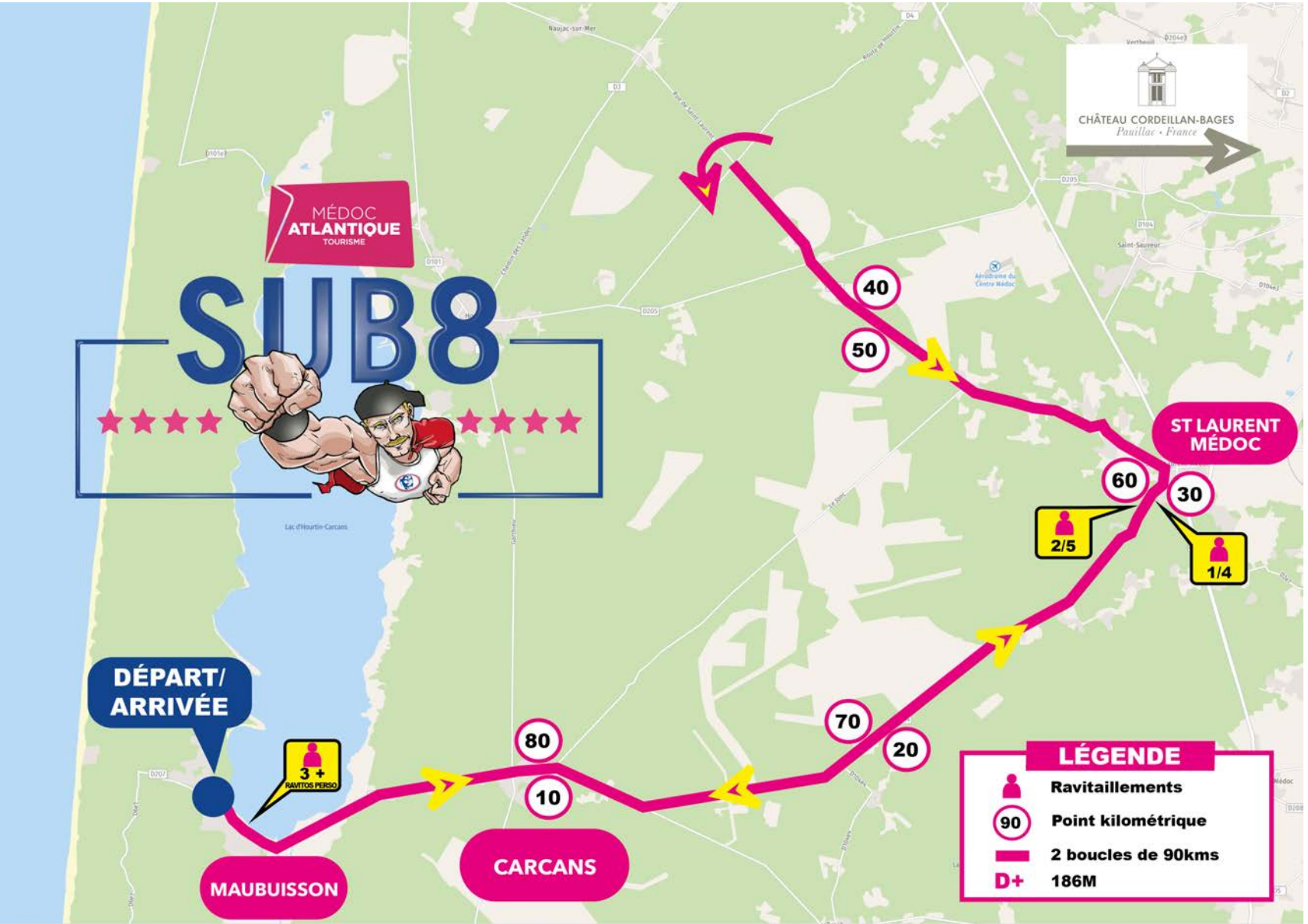


⇢ Mass Start pour le départ natation depuis la plage du Lac de Maubuisson

⇢ Le bonnet de l'organisation doit être porté

⇢ 9h15 – Fermeture T1

PARCOURS CYLISTE
DISTANCE XXL - 180KMS



⇢ Le parcours cycliste est ouvert sur certaine portion à la circulation. Le code de la route doit être respecté.
Soyez prudents !

⇢ Drafting interdit

⇢ Le Tatoo devra être mis sur le bras ou le mollet gauche

⇢ Puce chronométrique cheville gauche

⇢ Etiquettes dossard à coller sur le casque + la tige de selle

⇢ 2 boucles de 90Kms

⇢ 17h – Fermeture T2

PARCOURS PÉDESTRE
DISTANCE XXL – 41KM200

⇢ Le dossard doit être bien visible devant l'athlète au niveau de la taille

⇢ Vous trouverez 4 points de ravitaillements

⇢ Ravitaillement perso marathon à l'emplacement N°3

⇢ Toute aide extérieure est interdite

⇢ 4 boucles de 10KM300

⇢ 00h00 - Fermeture de la ligne d'arrivée

ZONE DE TRANSITION

DÉPART VÉLOS
DÉPART NATATION
Plages de Maubuisson
FINISH LINE
Chapelle Notre Dame de Paix
DJ
T1 / T2
RAVITAILLEMENT FINISHERS
T-SHIRT/ MEDAILLE
CHIRO
SECOURS + ORGA
RETOUR VÉLOS
SECOURS + ORGA

TRANSITION T1

Natation / Vélo

Seul le vélo et les chaussures clipsées sur le vélo seront autorisés dans le parc à vélo. Votre casque devra être obligatoirement positionné dans votre sac T1.

1 - L'athlète sort de l'eau en direction du parc à vélo

2 - Vous devez prendre votre sac T1 et vous changer dans la tente de transition

3 - Vous devez prendre votre sac T1 avec vous, puis le déposer à l'emplacement de votre vélo. **Casque sur la tête et jugulaire attachée**.

4 - Vous prenez votre vélo pour le pousser jusqu'à la sortie du parc à vélo

5 - Vous montez sur votre vélo au niveau de la ligne de sortie

TRANSITION T2

Vélo / Cap

1 - L'athlète rentre dans le parc à vélo le vélo à la main

2 - Vous posez le vélo à votre emplacement

3 - Vous prenez votre sac T2, casque sur la tête et jugulaire attachée pour vous changez dans la tente de transition

4 - Une fois changé vous déposez votre sac T2 à l'emplacement du sac T1

5 – Dirigez vous ensuite vers la sortie pour effectuer le marathon

REMISE DES RÉCOMPENSES

REMISE DES RÉCOMPENSES – 10H

PRIZE MONEY - FORMAT XXL

HOMME	FEMME
2 500€	2 500€
2 000€	2 000€
1 500€	1 500€
1 000€	1 000€
500€	500€

1er – 2ème – 3ème au Scratch Homme & Femme

AGE GROUPE

HOMME	FEMME
20/24	20/24
25/29	25/29
30/34	30/34
35/39	35/39
40/44	40/44
45/49	45/49
50/54	50/54
55/59	55/59
60/64	60/64
65/69	65/69
70+	70+

1er de chaque catégorie Homme & Femme

- Une bouteille de vin
- Un dossard offert sur la même distance pour 2023

Ils soutiennent le E.Leclerc FRENCHMAN Triathlon Carcans

TRIATHLON SICHEL sport

LESPARRE

CHÂTEAU CORDEILLAN-BAGES
Pauillac • France

CARCANS MAUBUISSON

NISSAN

edenauto

LES RÉNOVATEURS
BORDELAIS
Réalisons ensemble vos plus belles envies

MEDOC ATLANTIQUE
Communauté de Communes
De l'estuaire à l'océan !

MÉDOC ATLANTIQUE TOURISME

RÉGION Nouvelle-Aquitaine

Ils soutiennent le E.Leclerc FRENCHMAN Triathlon Carcans

Mairie de HOURTIN

Saint Laurent MEDOC

Naujac sur Mer

VILLE DE LACANAU

AMOS
SPORT BUSINESS SCHOOL

LOXAM EVENT

ROCHETTE
SCIERIE CARCANS

Virgin RADIO

LIGUE RÉGIONALE DE TRIATHLON
NOUVELLE-AQUITAINE

Ils soutiennent le E.Leclerc FRENCHMAN Triathlon Carcans

FIN

www.frenchmantriathlon.com