

DU 8 AU 12 MAI 2024



H&A
FRENCHMAN[®]

TRIATHLON



CARCANS



Carrefour
contact



CHÂTEAU
CORDEILLAN-BAGES



edenauto



Europe
LE MEILLEUR SON



GUIDE ATHLÈTE

« EDENAUTO e-POWER »

Triathlon Distance XS

—

JEUDI 9 MAI 2024

Départ à 16h00

DÉROULÉ DU « EDENAUTO e-POWER » - TRIATHLON DISTANCE XS -

- Plan et adresse du site de compétition
- Horaires des retraits de dossards
- Programme
- Parcours
- Parkings athlètes
- Remise des récompenses
- Se loger / se restaurer
- Photographe officiel

**ZONE
SECOURS**

**RESTAURATION
BENEVOLES
- Catering -**

**PARKING
BÉNÉVOLES**

PC

**ACCUEIL
COUREURS**

**SORTIE /
ARRIVÉE
VÉLOS**

**DÉPART
NATATION**

**SORTIE
NATATION**

**PARC
À
VÉLO**

**FINISH
LINE**

**ADRESSE DU SITE DE
COMPÉTITION :**

Boulevard du Lac de Carcans
33121 Carcans Maubuisson

**DOSSARD
+ VILLAGE**

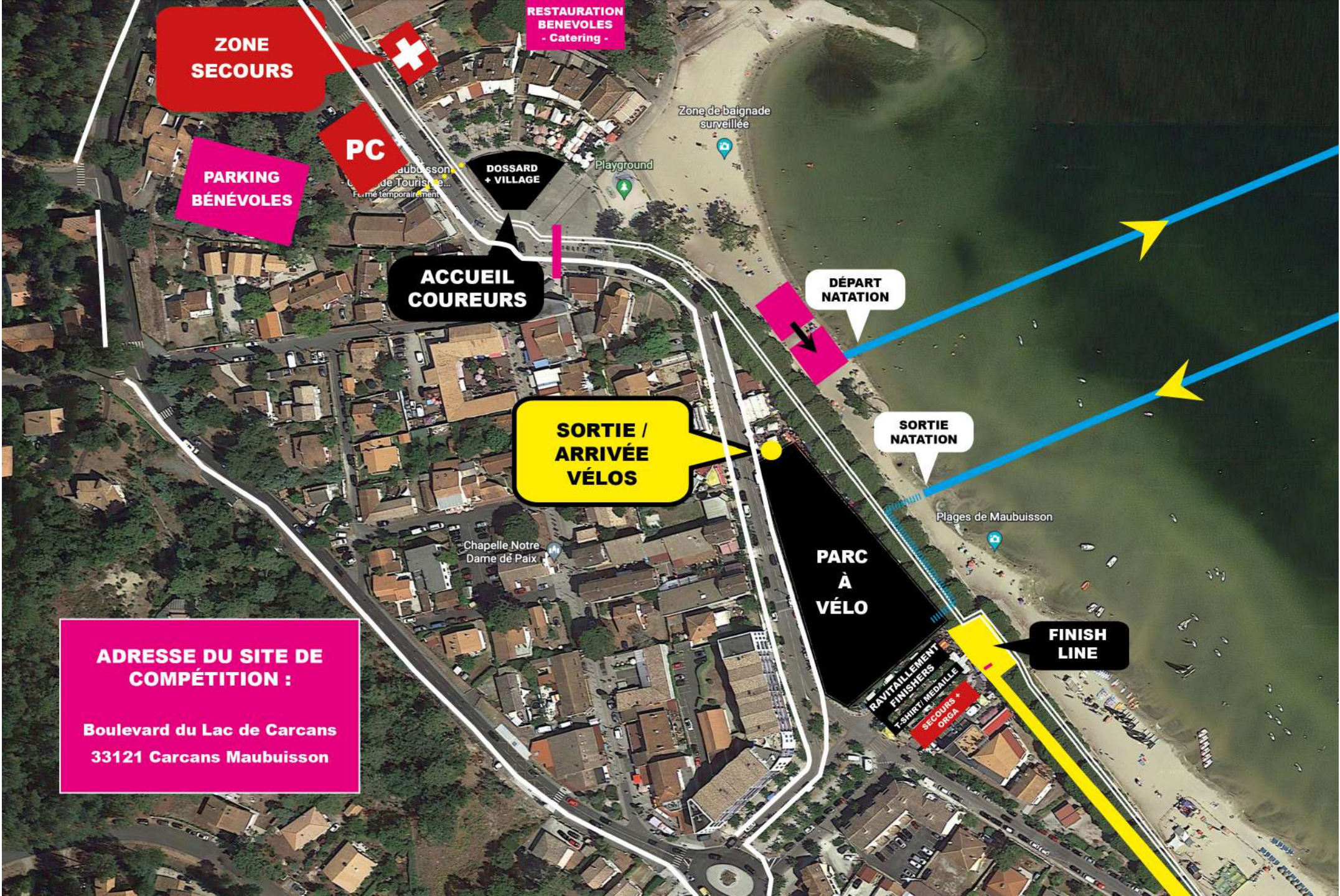
Chapelle Notre
Dame de Paix

**RAVITAILLEMENT
FINISHERS
T-SHIRT MÉDAILLE
SECOURS +
ORSA**

Zone de baignade
surveillée

Playground

Plages de Maubuisson



ADRESSE DU SITE DE COMPÉTITION



Boulevard du Lac de Carcans

33121 Carcans Maubuisson

HORAIRES DES RETRAITS DES DOSSARDS



DATE	OUVERTURE	FERMETURE	Horaires d'arrivées conseillés pour les athlètes qui arrivent en voiture le jeudi 9 mai pendant les courses
MERCREDI 8 Mai (Retrait des dossards)	9h00	19h00	
JEUDI 9 Mai (Retrait des dossards)	9h30 - 14h30		

Trouver mon numéro de dossard et ma catégorie d'âge

<https://www.klikego.com/inscrits/ha-frenchman-triathlon-carcans-2024/1354050643080-20>

Pour retirer votre dossard

- Licencié FFTRI : Licence FFTRI 2024 ou ITU
- Non Licencié FFTRI : Carte d'identité + QR CODE (transmis par mail – klikégo)

Dans votre sac vous trouverez :

- ▶ 1 Bonnet de natation
- ▶ 1 dossard 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

À votre arrivée nous vous remettrons

- ▶ Une médaille finisher
- ▶ Un tee-shirt
- ▶ Un réceptif à la tente finisher

Les félicitations de Super-FRENCHMAN !

PROGRAMME



JEUDI 9 MAI
« EDENAUTO e-POWER » - Triathlon Distance XS

9h30 à 15h30 : Retrait des dossards

14h30 : Ouverture du parc à vélo

15h45 : Fermeture du parc à vélo

15h50 : Briefing de course

16h00 : Départ du Triathlon distance XS - *Rolling Start*

(Les moins de 18 ans partiront en premier avec 30s d'écart)

16h15 : Clôture de la partie natation

16h20 : Fermeture du parc à vélo (T1)

16h30 : Arrivée du vainqueur

16h50 : Fermeture du parc à vélo (T2)

16h50 : Ouverture du parc à vélo pour récupérer vos affaires

17h15 : Remise des récompenses & clôture de l'épreuve

16h30 à 18h00 : Ravitaillement finisher avec les « Frenchman Légends »

VOIR LE PROGRAMME GÉNÉRAL 2024

PARCOURS



PARCOURS NATATION DISTANCE XS - 400M



---> Les plus jeunes athlètes partiront en premier (-18ans)

---> Départ en Rolling Start depuis la plage du Lac de Maubuisson pour les autres catégories

---> Le bonnet de l'organisation doit être porté sous peine de disqualification

---> 16h15 - Clôture parcours nautique

[Louer une combinaison](#)

PARCOURS CYLISTE DISTANCE XS - 10KMS



→ Le parcours cycliste est fermé à la circulation.

→ **Le drafting est autorisé**

→ **Le vélo contre la montre est interdit**

→ Le Tatoon devra être collé sur le bras ou le mollet gauche

→ Puce chronométrique cheville gauche

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

→ 1 aller/retour de 10Kms

→ 16h50 - Fermeture T2

PARCOURS PÉDESTRE DISTANCE XS - 2,5KMS



→ Le dossard doit être positionné devant et bien visible

→ Toute aide extérieure est interdite

→ 1 aller/retour de 2,5Kms

→ 17h15 - Fermeture de la ligne d'arrivée

PARKINGS ATHLÈTES





**PARKING ATHLÈTES
LE LONG DE LA ROUTE
DU DOMAINE DE BOMBANNES
à 500m DU SITE DE
COMPÉTITION**

**ACCUEIL
COUREURS**

**PARC À
VÉLO**

**Adresse parking Athlètes :
Route de Bombannes - 33121 Carcans Maubuisson**

REMISE DES RÉCOMPENSES



REMISE DES RÉCOMPENSES - 17H15

1^{er} - 2^{ème} - 3^{ème} au Scratch Homme & Femme

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

Et les 1^{er} de chaque catégorie Homme & Femme :

➤ Une bouteille de vin

➤ Il y aura de belles récompenses pour les moins de 20 ANS

SE LOGER / SE RESTAURER



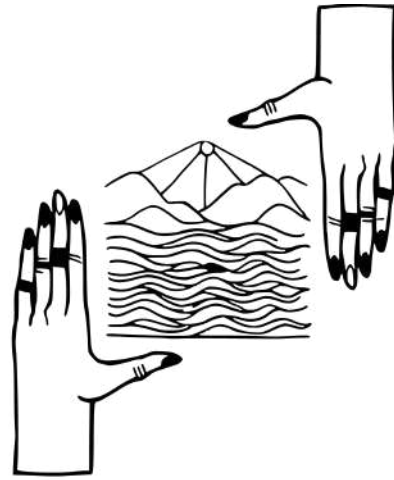
Préparez votre séjour avec l'Office du Tourisme



<https://www.medoc-atlantique.com/>

PHOTOGRAPHE OFFICIEL





Huruguen

P H O T O G R A P H Y

<https://www.huruguen.fr/>

REMERCIEMENTS



Ils soutiennent le H&A FRENCHMAN Triathlon Carcans



edenauto



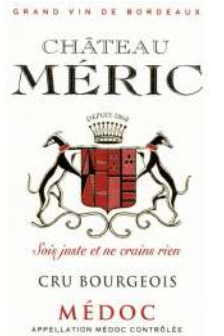
RÉGION
**Nouvelle-
Aquitaine**



Ils soutiennent le H&A FRENCHMAN Triathlon Carcans



Ils soutiennent le H&A FRENCHMAN Triathlon Carcans





FIN

www.frenchmantriathlon.com