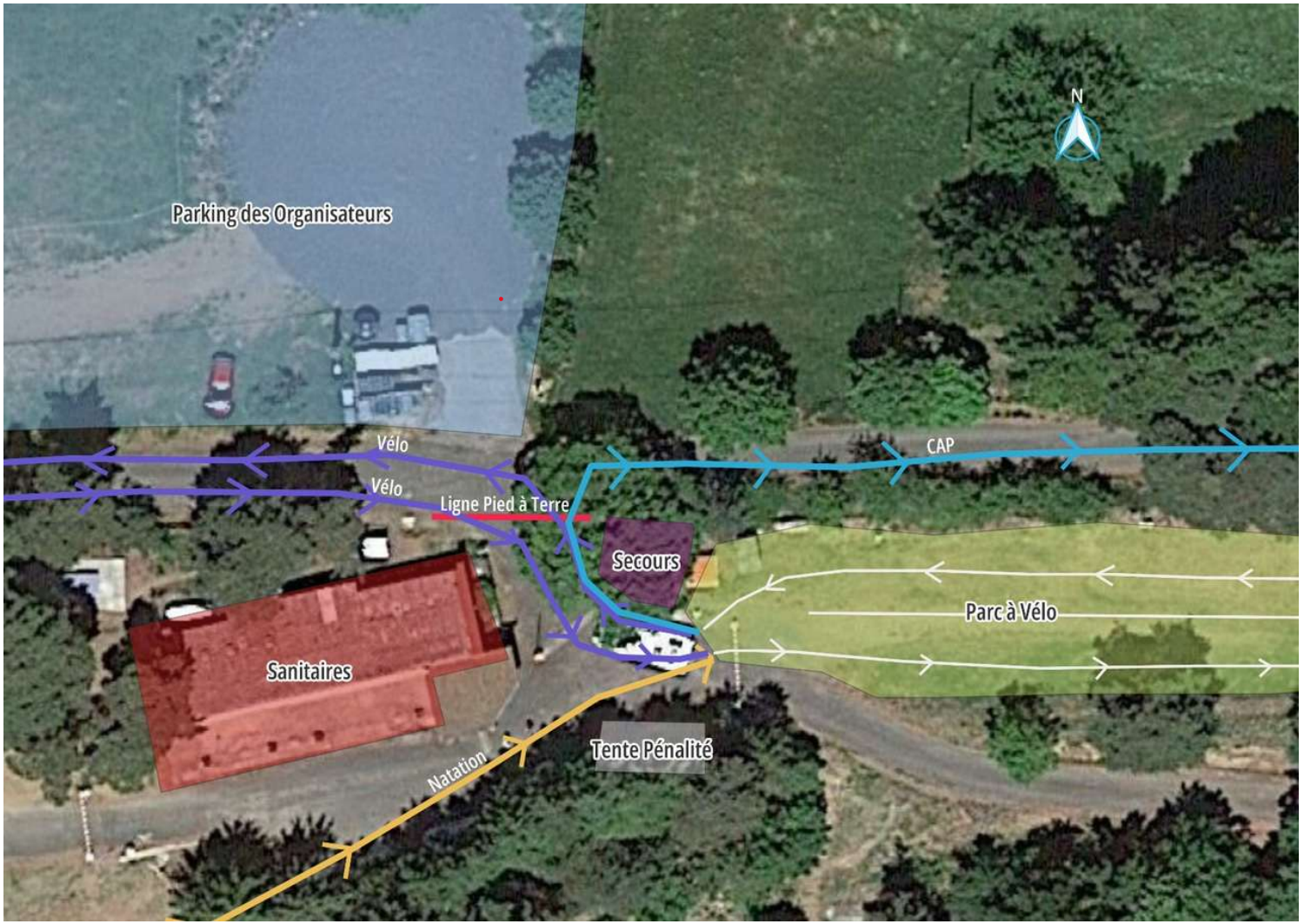
TRIATHLON du Lac d'Issarles

28 juin 2026

Guide du triathlète

Epreuve M / S et Aquathlon

Se repérer sur le site



Programme de la journée

	M		Aquathlon		S	
Planning	Horaire Début	Horaire Fin	Horaire Début	Horaire Fin	Horaire Début	Horaire Fin
Retrait des dossards la veille	16h00	19h00	16h00	19h00	16h00	19h00
Retrait des dossards le jour J	6h45	8h00	6h45	8h00	13h00	14h00
Ouverture du parc à vélo/chaussures	7h15	8h30	/	/	13h30	14h30
Briefing	8h50	8h55	9h45	9h50	14h50	14h55
Départ	9h00		9h50		15h00	
1er concurrent	10h10		/		16h05	
Clôture course	13h00		10h50		17h15	
Sortie Vélo AT	12h		/		16h45	
Récompense	13h		13h		17h15	

Remise des dossards

Le retrait des dossards aura lieu à la salle des fêtes uniquement.

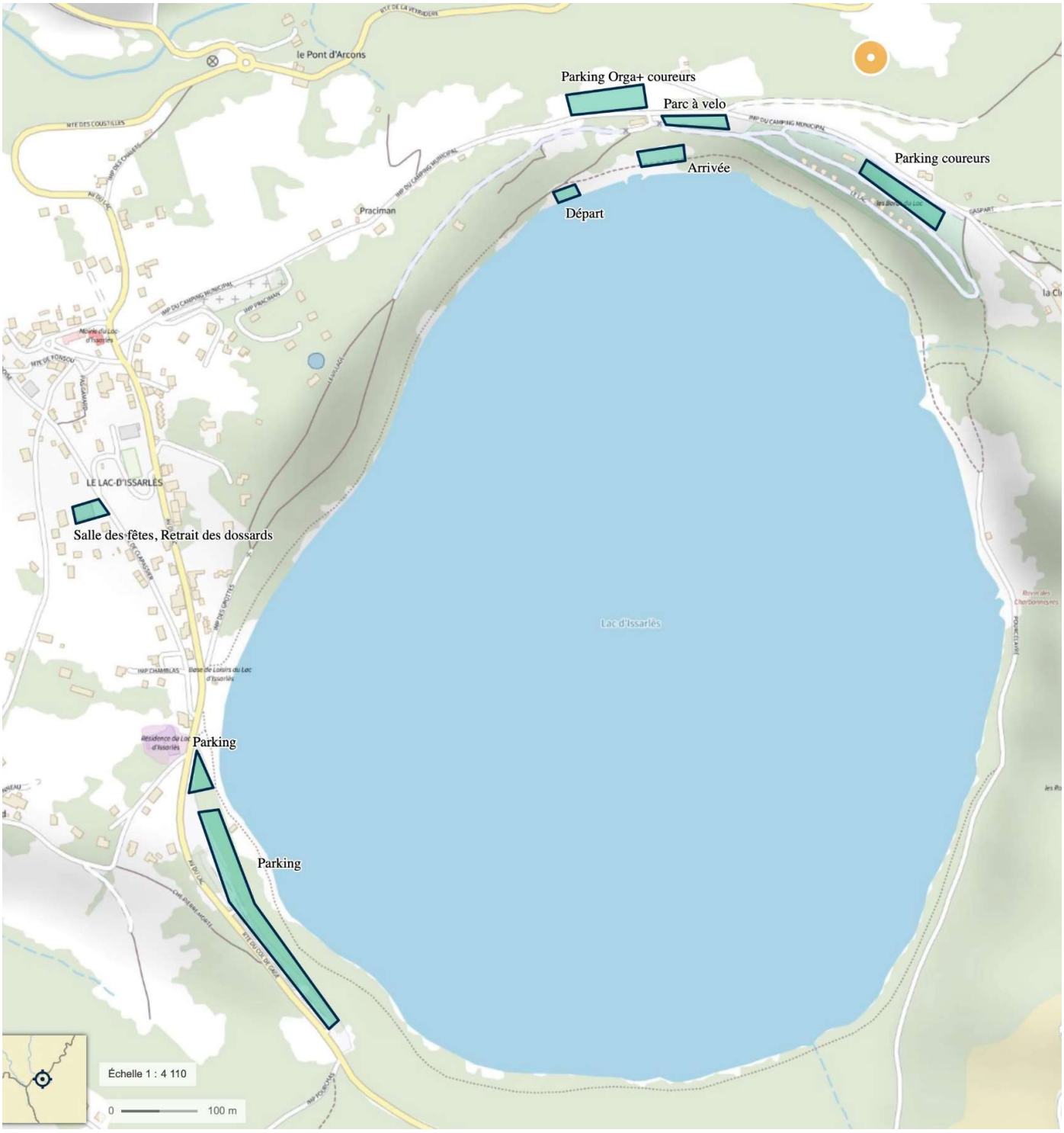
On vous remettra lors de la remise des dossards :

- 1 dossard utilisable pour le vélo et la course à pied (= le dossard vous permettra d'avoir votre bière à l'arrivée ou autre)
- 1 puce de chronométrage à mettre à la cheville gauche et à rendre à l'arrivée
- 1 étiquette de tige de selle
- Lien et numéro pour le sac (zone de transition)
- cadeaux

A noter pour les relais : 1 seul dossard et seule puce sont fournis

(toute puce non rendue sera facturée 40€

Parking


le Pont d'Arcons
Parking Orga+ coureurs
Parc à velo
Arrivée
Parking coureurs
Départ
Praciman
LE LAC-D'ISSARLÈS
Salle des fêtes, Retrait des dossards
Lac d'Issarlès
Parking
Parking
Échelle 1 : 4 110
0
100 m

Sur le plan logistique

Toilettes :

Vous aurez à votre disposition les toilettes publiques de la commune mais aussi ceux du camping qui se trouvent à proximité immédiate du parc à vélo.

Douches :

Les douches du camping seront disponibles.

Zone sac :

Une bagagerie est mise en place à l'entrée du parc à vélo (pas de sac dans le parc à vélo)

Ravitaillement :

1 ravito sur la partie vélo : liquide

1 ravito sur la partie course à pied : liquide

A prévoir !!!!

Général :

- Crème solaire
- Eau
- Trifonction ou maillot de bain + Tshirt et short +épingle à nourrice
- Ceinture porte dossard (1 seul dossard distribué)
- Nutrition (barres, gel …) à savoir que vous pourrez trouver un ravitaillement liquide et fruits secs sur la partie vélo et course à pied (si grosses chaleurs)
- Serviette

Pour la natation :

- Combinaison si température est inférieure à 24°C mais non obligatoire
- **Votre bonnet personnel** (non fourni par l'organisation)
- Lunette de natation

Pour le vélo :

- Votre vélo
- Chaussures de vélo
- Casque
- Lunette de vélo
- Bidons d'eau
- Kit réparation + Pompe à vélo

Pour la course à pied :

- Chaussures de course à pied (type Trail conseillée)
- Casquette