

18 ÈME TRIATHLON DE CARQUEIRANNE

TIRAGE AU SORT

Formats S et M

4-5 OCTOBRE 2025

4 OCT TRIATHLON JEUNES (6 - 13 ANS) - 15:00

5 OCT TRIATHLON M - 8:45 TRIATHLON S - 14:45
(Individuel ou relais) (Individuel uniquement)

DÉPART EN ROLLING START

AIRE DE TRANSITION SOUMISE À DÉROGATION

INSCRIPTIONS EN LIGNE UNIQUEMENT SUR www.timingzone.com

Logos: Mairie de Carqueiranne, Mairie de La Garde, EKOI, MISTRAL, SIS, terre de running Toulon La Garde, TRI-ACADEMY

WWW.TRI-ACADEMY.COACH / CONTACT : Nathalie Jouffrey 06 22 56 63 34

BRIEFING TRIATHLON M CARQUEIRANNE 2025



1500m / 40 kms / 10 kms

- **DIMANCHE 05 OCTOBRE 2025**
- **Départ Individuels 08h45**
- **Départ Relais 08h55**



- **Port de Carqueiranne, Plage Peno**

RETRAIT DES DOSSARDS



VENDREDI 03 OCTOBRE – 15h00 à 19h00



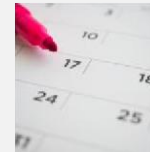
**Showroom EKOÏ – Tri Academy - Le Patio, 195
Chem. de l'Estagnol, 83260 La Crau**



SAMEDI 04 OCTOBRE – 15h00 à 18h00



Port de Carqueiranne



DIMANCHE 05 OCTOBRE – 06h45 à 08h15



Port de Carqueiranne



**Vous devrez présenter votre Carte d'identité
et votre licence FFTRI (si licencié)**

PROGRAMME du Dimanche 05/10/2025

07H30 – 08h30	Ouverture Aire de transition
08H30 – 08h40	Briefing course sur la plage (Aire de départ)
08h45	Départ Individuels – Départ Relais 08h55
09h40	Mise hors délai – Temps limite Natation 55 mns
12h00	Mise hors délai – Temps limite Natation + Vélo 3H15
12h00 – 13h15	Ouverture Aire de transition - Récupération vélo
12h15	Remise des prix

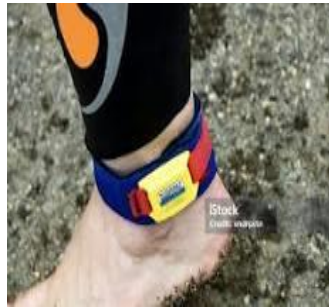
PLAN

Site de départ

📍 Port de Carqueiranne



NE PAS OUBLIER



- **Bonnet Obligatoire (non fourni par l'organisation)**
- **Puce à la cheville gauche**
- **Ceinture Porte Dossard 3 points obligatoire (non fournie)**

NATATION

1500 M – 2 Boucles

Départ en Rolling Start – Sortie à l'australienne

Port du Bonnet obligatoire (Non fourni)

Première bouée « main droite », 3 dernières bouées « main gauche »



VELO

Distance : 41 kms (2 boucles de 20 kms)

Route ouverte à la circulation

Port du casque obligatoire

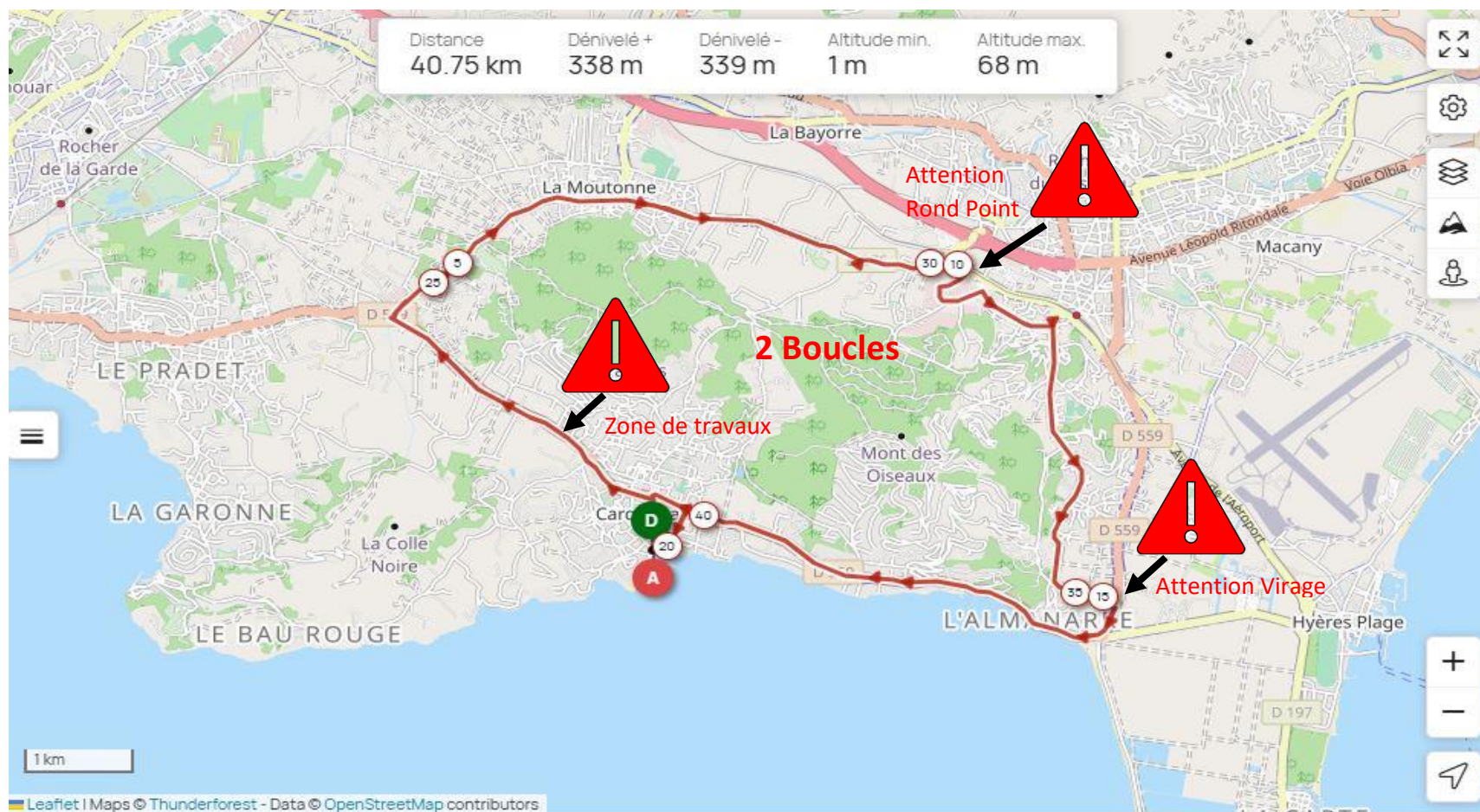
Ceinture porte dossard obligatoire avec dossard dans le dos

Respecter le code de la route

Drafting interdit

Interdiction de jeter des déchets en dehors des zones prévues à cet effet

Respecter les couloirs de circulation



COURSE A PIED

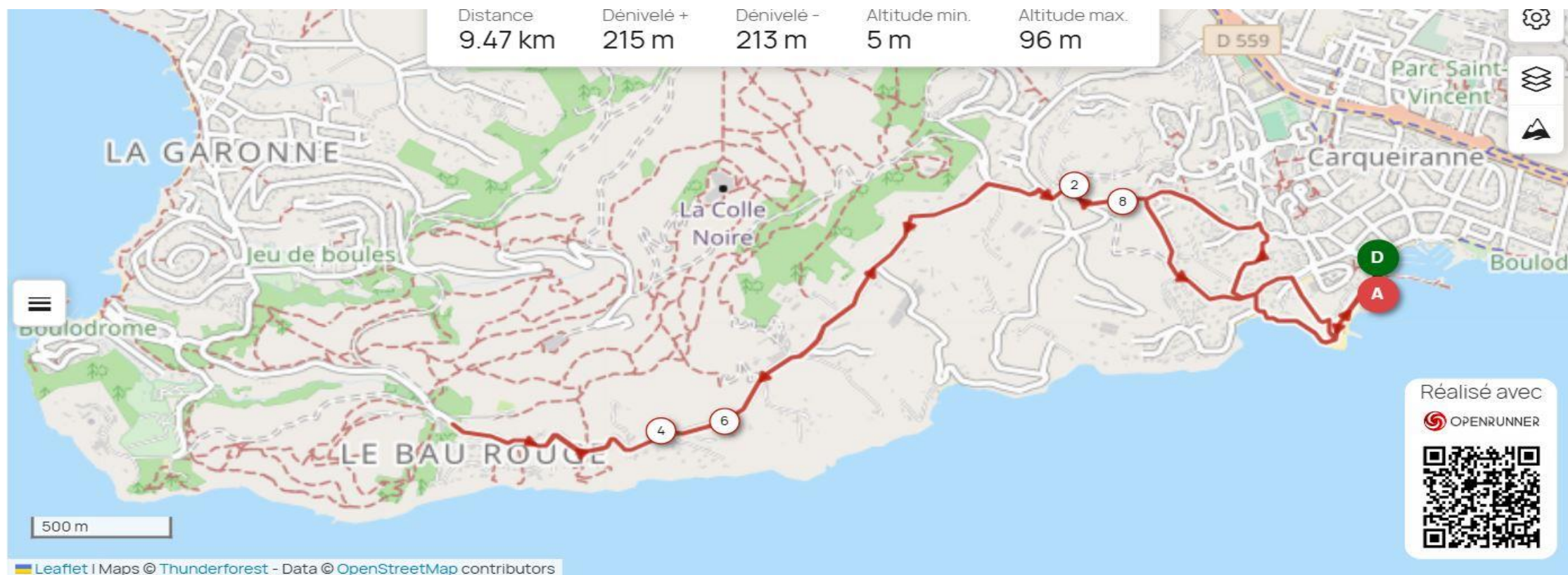
10 kms

1 Boucle

Ceinture porte dossard obligatoire avec dossard devant

Interdiction de jeter des déchets en dehors des zones prévues à cet effet

2 ravitaillements liquide



Pour suivre la course en direct



<https://timingzone.com/courses-en-cours/>