

Briefing Ldn Tri édition 2025



RETRAIT DES DOSSARDS

Le retrait des dossards se fait le samedi et le dimanche dans la salle polyvalente de la MJC.

- le samedi 3 mai 2025 de 15h00 à 18h00
- le dimanche 4 mai à partir de 7h du matin et jusqu'à 1h avant le départ de l'épreuve

Plan du site :

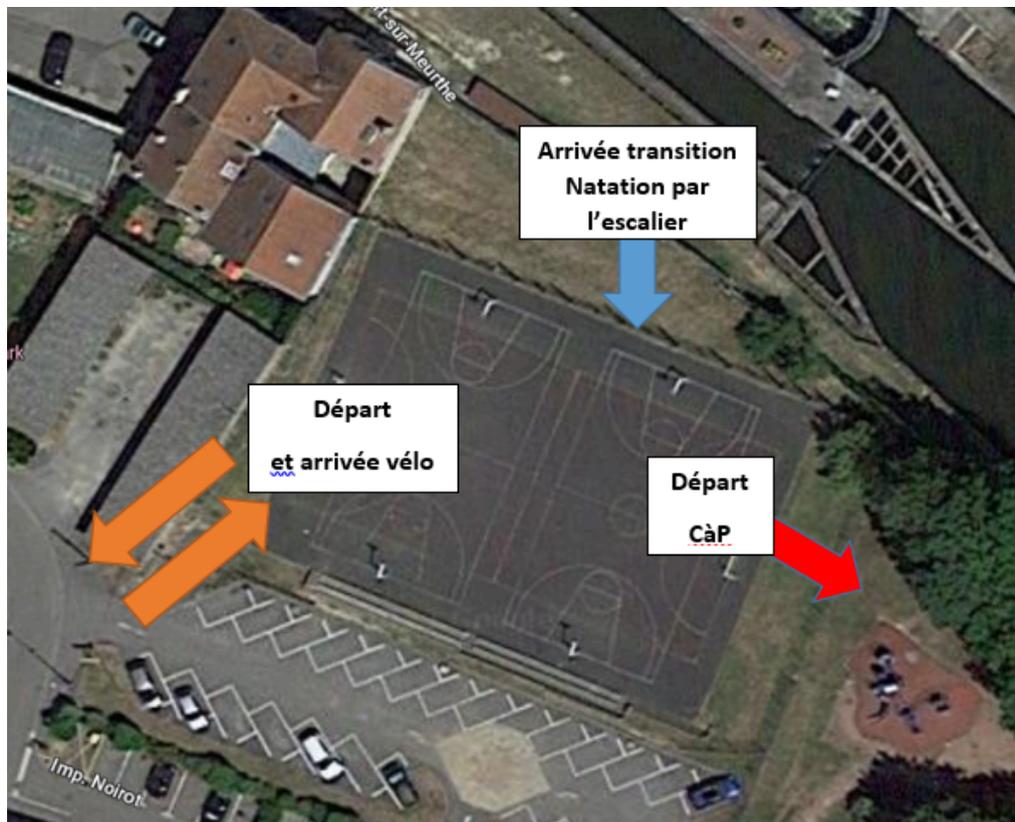


MARQUAGE DES CONCURRENTS

Le marquage des concurrents se fait par l'inscription de leur numéro sur l'épaule à l'entrée du parc à vélo.

PARC À VÉLO

Les concurrents déposent leur vélo dans le parc à vélo en respectant les horaires indiqués en fin de briefing : entrée du parc par l'entrée transition, sortie du parc par la sortie course à pied.



PARC À VÉLO ENFANT



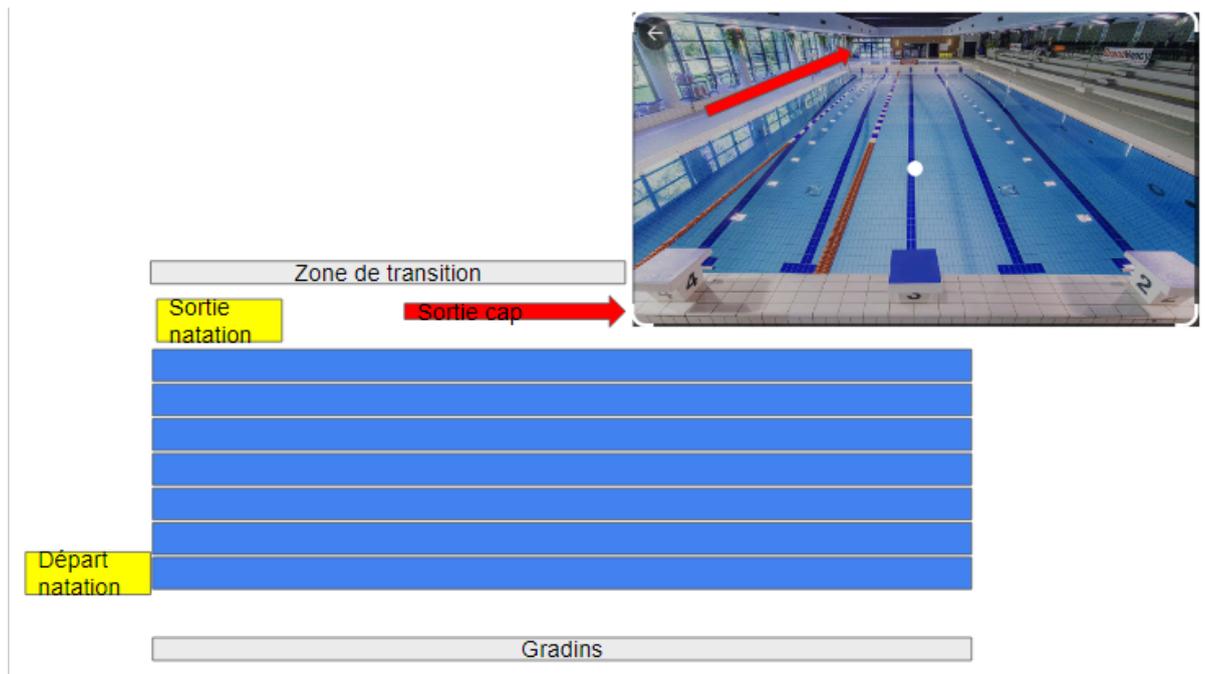
Flèche rouge : entrée transition Flèche verte : sortie vélo Flèche violette : entrée vélo
Flèche bleue : sortie course à pied

NATATION

1 - LA PISCINE

La partie natation de chaque course a lieu à la piscine de Laneuveville devant Nancy (bassin de 25m). L'entrée dans la piscine se fait par l'entrée du public.

**Les bonnets ne sont pas fournis par l'organisateur.
Chacun devra donc prendre son bonnet personnel.**



2 - AVANT LES COURSES

Les concurrents déposent dans la caisse correspondant à leur numéro de dossard la partie de leur matériel nécessaire pour la transition natation / vélo (par exemple une paire de basket pour aller au parc à vélo, un maillot de vélo, etc...) ainsi que le dossard qui doit être porté pendant la transition.

3 - PENDANT LES COURSES

Les concurrents se présentent au départ de l'épreuve natation quelques minutes avant le départ. Lorsque le « start » est donné, chaque concurrent effectue son parcours natation en entrant dans la piscine côté droit et en ressortant de celle-ci côté gauche.

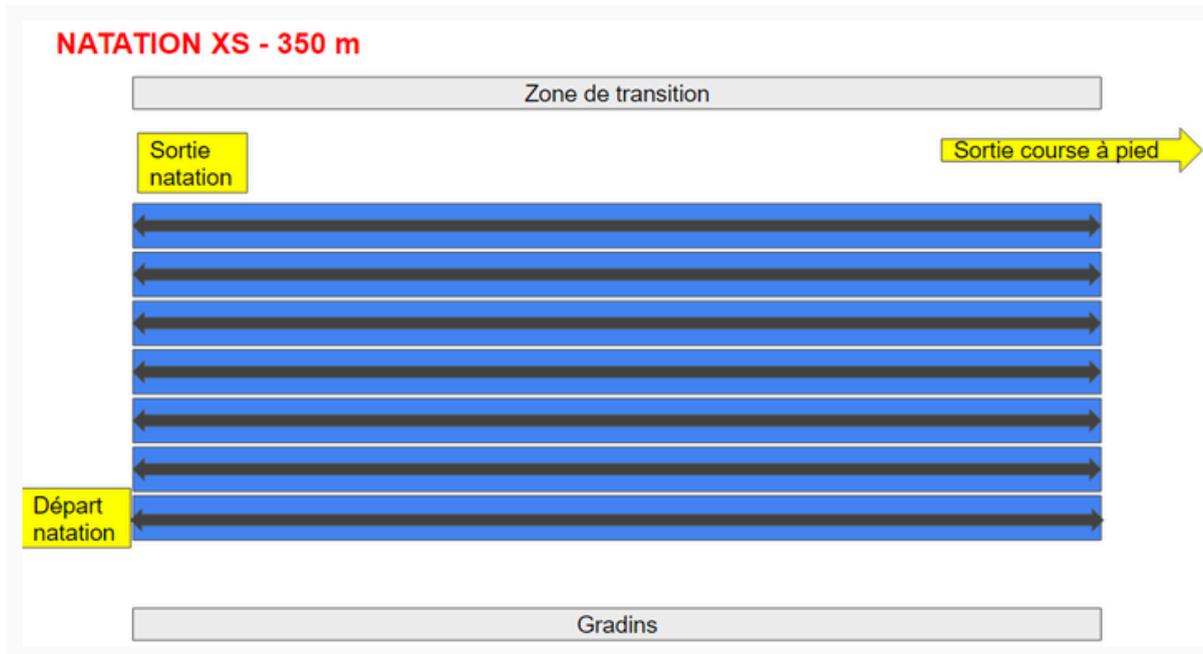
A l'issue du parcours natation, chaque concurrent se dirige vers sa caisse et retire son matériel avant de se diriger vers la sortie de la piscine. **Aucun matériel ne doit rester dans les caisses à la sortie de la transition natation/vélo.**

3.1 - XS

350 m soit 7 allers-retours.

Un départ est donné toutes les 15 secondes.

Les aller-retour se font dans la même ligne d'eau. Le concurrent passe dans la ligne d'eau suivante après chaque aller-retour.



3.2 - Laneuv'Man (par équipe de 3 à 5 triathlètes)

Le triathlon par équipe se court par équipes de 3 à 5 athlètes. Tous les athlètes de l'équipe enchaînent les trois disciplines. Les règles qui s'appliquent habituellement à l'athlète individuel s'appliquent ici à l'équipe : le drafting (profiter de l'aspiration d'une autre équipe à vélo) est interdit, et l'assistance extérieure également ; les équipiers d'une même formation peuvent rouler en peloton afin d'améliorer les performances de l'équipe. Ils peuvent s'entraider en natation, en vélo et en course à pied : poussettes, aspirations, ravitaillement. La cohésion de l'équipe est source de réussite.

La réglementation de la FFTRI s'applique pour cette épreuve, en particulier :

- une équipe est constituée de 3, 4 ou 5 coureurs.
- Les membres d'une même équipe portent une tenue identique (même couleur), y compris le bonnet de natation.
- Les équipiers d'une même équipe réalisent le parcours ensemble et peuvent s'entraider.

On distinguera 3 catégories :

- équipe féminine : composée uniquement d'athlètes féminines
- équipe masculine : composée uniquement d'athlètes masculins
- équipe mixte : composée d'athlètes féminines et masculins (au moins une fille et deux garçons dans l'équipe OU au moins deux filles et un garçon). Une équipe sera classée en mixte si elle comporte au moins 1 fille et 2 garçons à l'arrivée OU deux filles et un garçon.

Le nombre d'équipes est limité à 40.

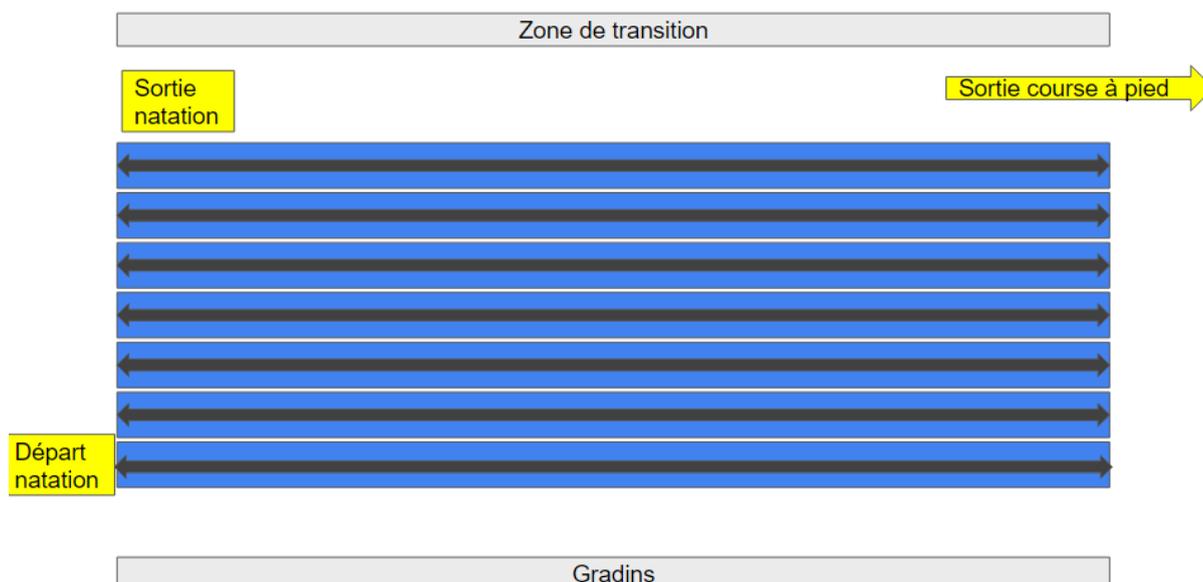
Aucun départ de l'aire de transition ne peut s'effectuer si l'équipe est incomplète. Les coéquipiers devront partir ensemble de l'aire de transition. L'équipe se regroupe dans une zone de départ identifiée à la sortie de l'aire de transition. Si un coéquipier abandonne dans l'aire de transition et que l'équipe quitte cette zone sans lui, l'athlète de cette équipe ne sera pas autorisé à partir, il sera mis hors course. A tout moment de la compétition, la tête de l'équipe doit être composée d'au minimum trois athlètes groupés. Ces trois athlètes doivent passer l'arrivée groupés. Le classement de l'équipe sera effectué sur la base du temps réalisé par le troisième équipier.

Epreuve de natation :

350m, soit 7 allers-retours

Un départ donné toutes les 15 secondes. Les aller-retour se font dans la même ligne d'eau. Les équipes passent dans la ligne d'eau suivante après chaque aller-retour.

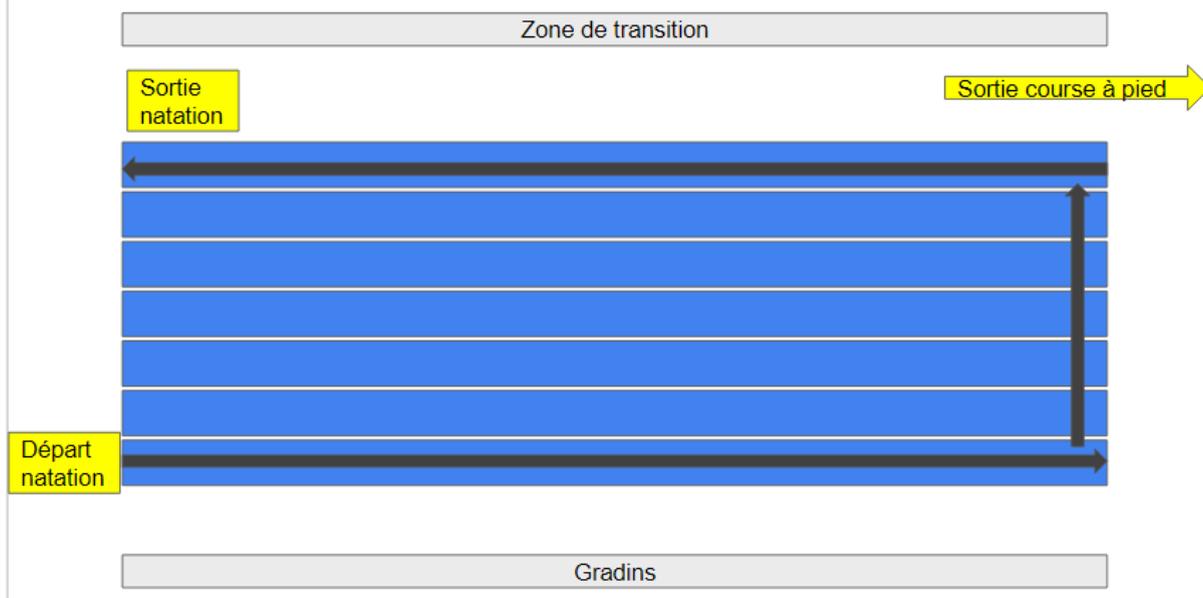
NATATION - 350 m Laneuv'Man



Les concurrents peuvent rentrer dans le bassin suivant la méthode de leur choix : plongeon, saut, échelle.

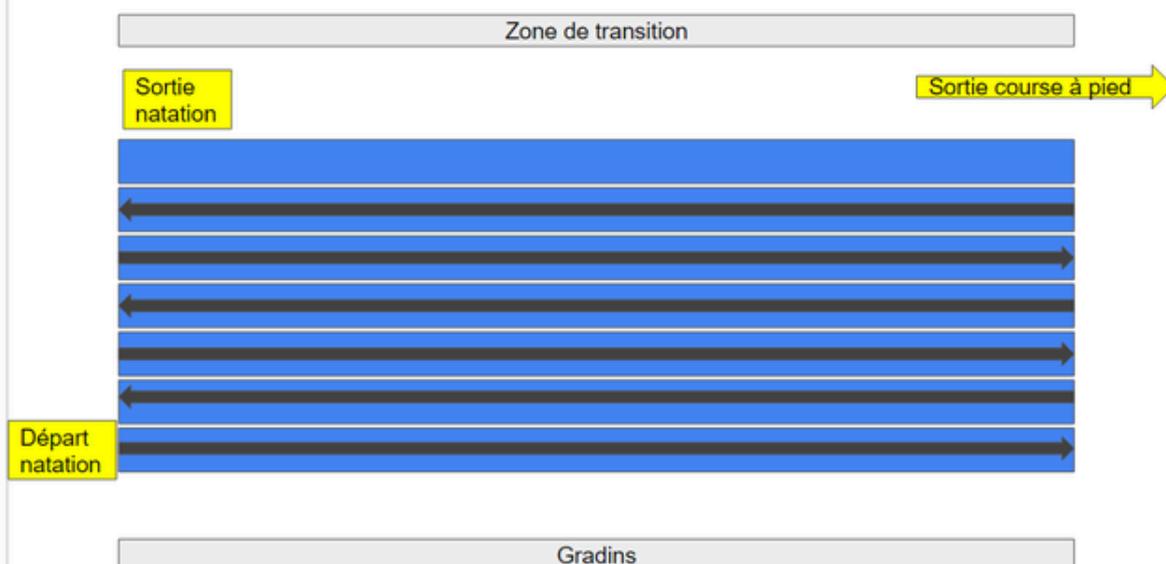
3.3 - Kid's

Le parcours natation de la course Kid's 1 se fait sous forme d'une boucle de 50m.

NATATION KID'S 1 - 50 m

Le parcours natation de la course Kid's 2 fait 150 m soit 3 allers-retours.
Un départ est donné toutes les 15 secondes.

Natation Kid's 2

NATATION KID'S 2 - 150 m

VÉLO

1 - XS

Vous devez faire 2 allers/retours entre Laneuveville et Art-sur-Meurthe. Attention, la circulation est coupée aux extrémités ce qui n'exclut pas la présence de véhicules venant des quelques chemins.

Le drafting est interdit.

Rouler bien à droite afin de faciliter les dépassements par la gauche.

En sortie de parc à vélo, vous ne pourrez monter sur votre bicyclette qu'à mi descente de la petite rue qui se termine par un virage à angle droit.

Le demi-tour à Art-Meurthe se fait juste avant le feu tricolore là où la route est la plus large.

Le demi-tour à Laneuveville se fait en passant par le terminus des bus. Attention aux concurrents venant du parc à vélo !

Le retour au parc à vélo se fait également en passant par le terminus des bus.

Vous êtes responsable du comptage du nombre de tours à effectuer.



Les informations sur les types de voies ne sont pas disponibles pour ce parcours.
En savoir plus



Le droit de reproduction est strictement réservé à un usage personnel et privé. Lors de la pratique de votre activité, veuillez à respecter les propriétés et chemins privés et assurez-vous de la praticabilité du parcours.

2 - Laneuv'Man

Vous devez faire 4 allers/retours entre Laneuveville et Art-sur-Meurthe. Attention, la circulation est coupée aux extrémités ce qui n'exclut pas la présence de véhicules venant des quelques chemins.

Le drafting n'est pas autorisé sur le Laneuv'Man (profiter de l'aspiration d'une autre équipe à vélo), et l'assistance extérieure également ; les équipiers d'une même formation peuvent cependant rouler en peloton afin d'améliorer les performances de l'équipe.

Rouler bien à droite afin de faciliter les déplacements par la gauche.

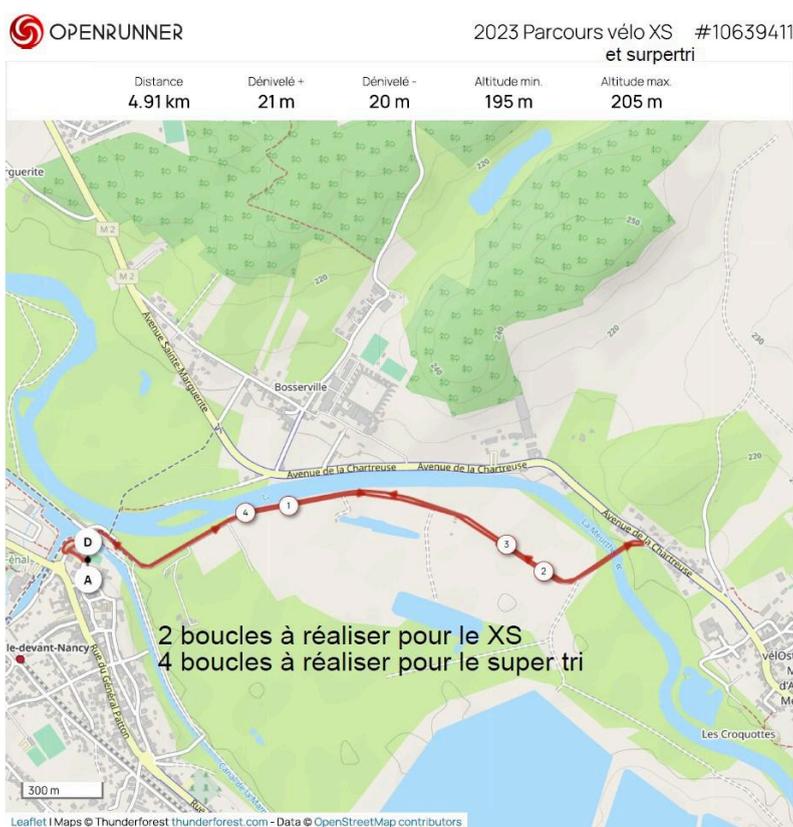
En sortie de parc à vélo, vous ne pourrez monter sur votre bicyclette qu'à mi descente de la petite rue qui se termine par un virage à angle droit.

Le demi-tour à Art-Meurthe se fait juste avant le feu tricolore là où la route est la plus large.

Le demi-tour à Laneuveville se fait en passant par le terminus des bus. Attention aux concurrents venant du parc à vélo !

Le retour au parc à vélo se fait également en passant par le terminus des bus.

Vous êtes responsable du comptage du nombre de tours à effectuer.



3 - KID'S 1 et KID'S 2

Vous devez faire 1 aller/retour sur la route entre Laneuveville et Art-sur-Meurthe. Attention, la circulation est coupée aux extrémités ce qui n'exclut pas la présence de véhicules venant des quelques chemins.

Le drafting est interdit.

Rouler bien à droite afin de faciliter les dépassements par la gauche.

Le demi-tour sera balisé et il y aura des signaleurs

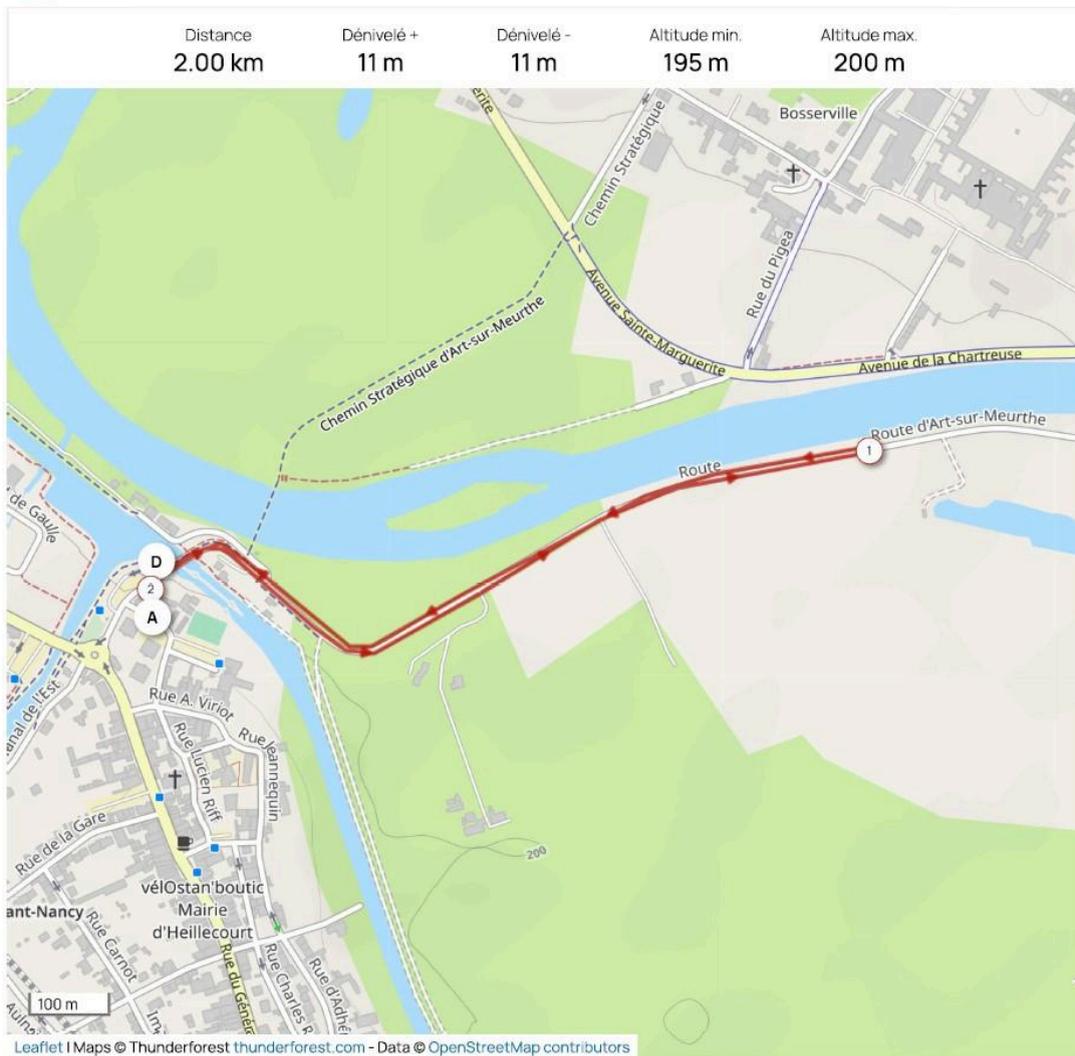
Parcours vélo Kid's 1 :



Parcours vélo Kid's 2 :



Parcours vélo Kid's 2 tri Laneuveville 2023 #9376614



COURSE À PIED

Un marquage au sol de couleur est effectué sur les parcours. Les intersections sont protégées par des bénévoles et/ou des barrières.

Pour le Super Tri, le comptage des tours est sous la responsabilité des concurrents.

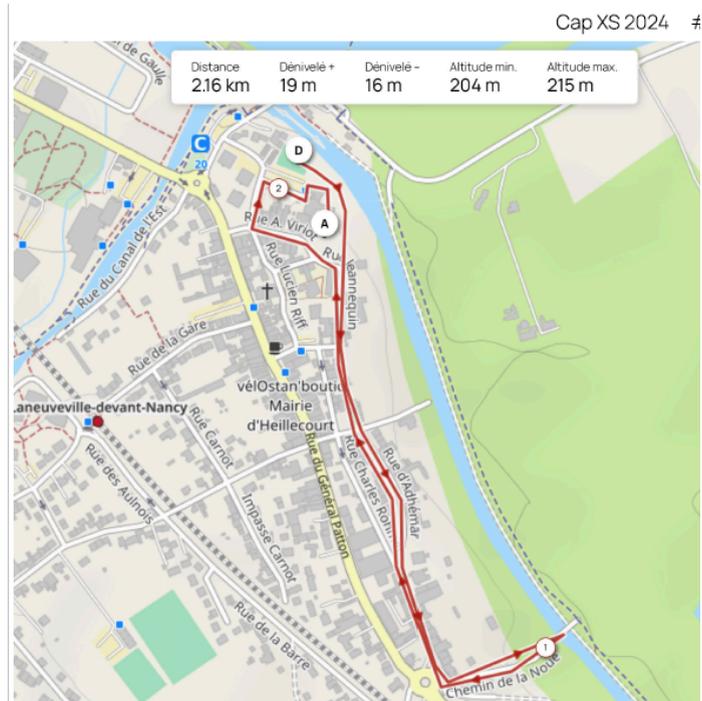
Des VTT circuleront en permanence sur le parcours.

1 - XS

Transition natation/vélo :



Course à pied XS :

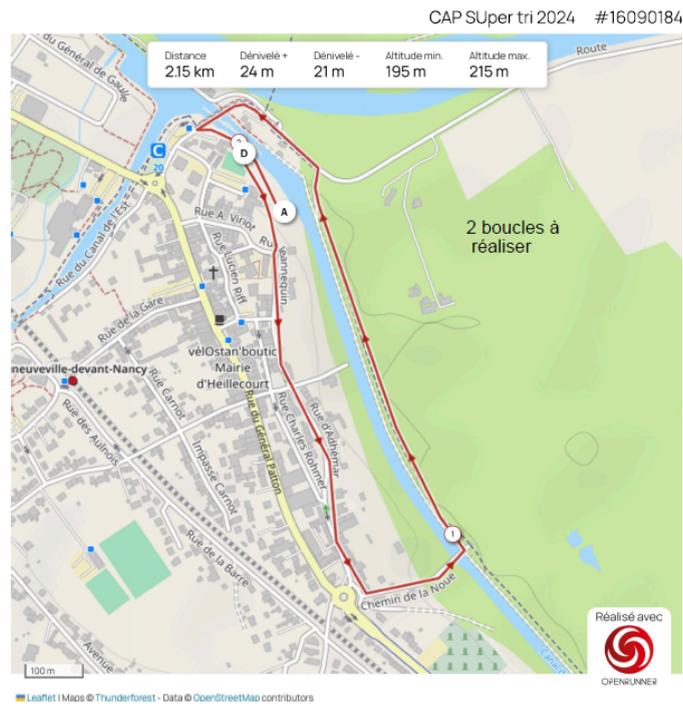


2 - Laneuv'Man

Transition Natation/vélo



Course à pied Laneuv'Man



3 - Kid's 1

Transition natation/vélo :



Course à pied Kid's 1



4 - Kid's 2 Transition natation/vélo :



Course à pied Kid's 2



Relais XS

Le passage de relais se fait dans le parc à vélo par transfert de la puce entre les relayeurs.

Dimanche 4 mai 2025 LDN TRI

07h00 : Retrait des dossards XS individuel + relais

08h00 : Ouverture du parc à vélo XS individuel + relais

08h30 : Fin du retrait des dossards XS individuel + relais

09h00 : Fermeture du parc à vélo XS individuel + relais

09h15 : Briefing XS et relais à la piscine

09h30 : Départ du premier concurrent XS individuel (Un départ toutes les 15 secondes). Les relais sont inclus dans le XS individuel

11h15 : Ouverture du parc à vélo Kid's 1 Kid's 2

11h45 : Podium XS individuel + relais

11h45 : Fin du retrait des dossards Kids'1 Kid's 2

12h00 : Fermeture du parc à vélo Kid's 1 Kid's 2

12h15 : Briefing Kid's (devant la piscine)

12h30 : Départ Kids' 1

13h00 : Départ Kids' 2, premier concurrent (Un départ toutes les 15 secondes)

13h : Ouverture du parc à vélo Laneuv'Man

13h15 : Fin du retrait des dossards Laneuv'Man

14h : Fermeture du parc à vélo Laneuv'Man

14h15 : Briefing Laneuv'Man à la piscine

14h30 : Départ du Laneuv'Man, première équipe (Un départ toutes les 15 secondes)

14h45 : Podium Kid's

16h : Podium Laneuv'Man