

Présentation

Cross Triathlon du Val de Gray

Tri Val de
GRAY

CROSS
Triathlon
du val de
GRAY

DIMANCHE 28 août
Jeunes - XS - S
"Site de La Loge"

APRR Bio monde GRAY Mode AVIVA FOURROT

TRI VAL DE GRAY
www.triathlonduvaldegray.com

Sommaire

- Programme du Week-end
- Horaires courses
- Parcours
- Réglementation
- Placement bénévoles
- Matériel

Programme du week-end

- Samedi 27 / 08 / 2016 :
 - Installation du site: 17 heures
 - Repas entre bénévoles sur le site de la plage.
- Dimanche 28 / 08 / 2016 :
 - Dernière installation: 8 heures
 - Départ du cross triathlon XS : 10 h 30
 - Départ cross triathlon 10/15ans : 10 H 35
 - Départ du cross triathlon 6/9ans : 12 heures
 - Départ du cross triathlon distance S : 14 h 15
 - Cérémonie protocolaire : 16 h 30

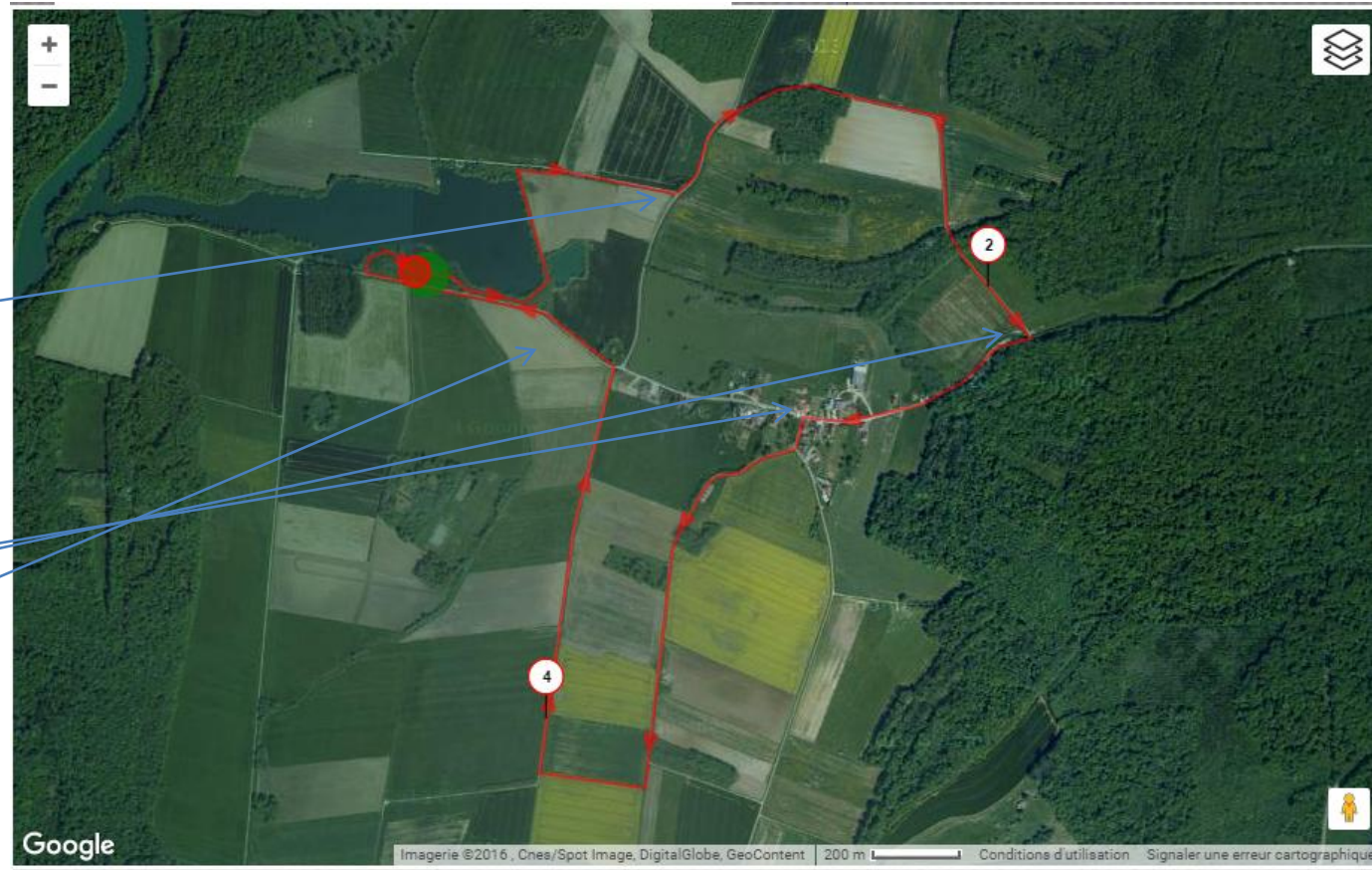
Parcours distance XS et 10/15ans

300 m de natation
départ du point vert,
premier passage de
Boué main droit ensuite
main gauche, tour de
l'île, pour arriver au
point rouge (la sortie
d'eau)



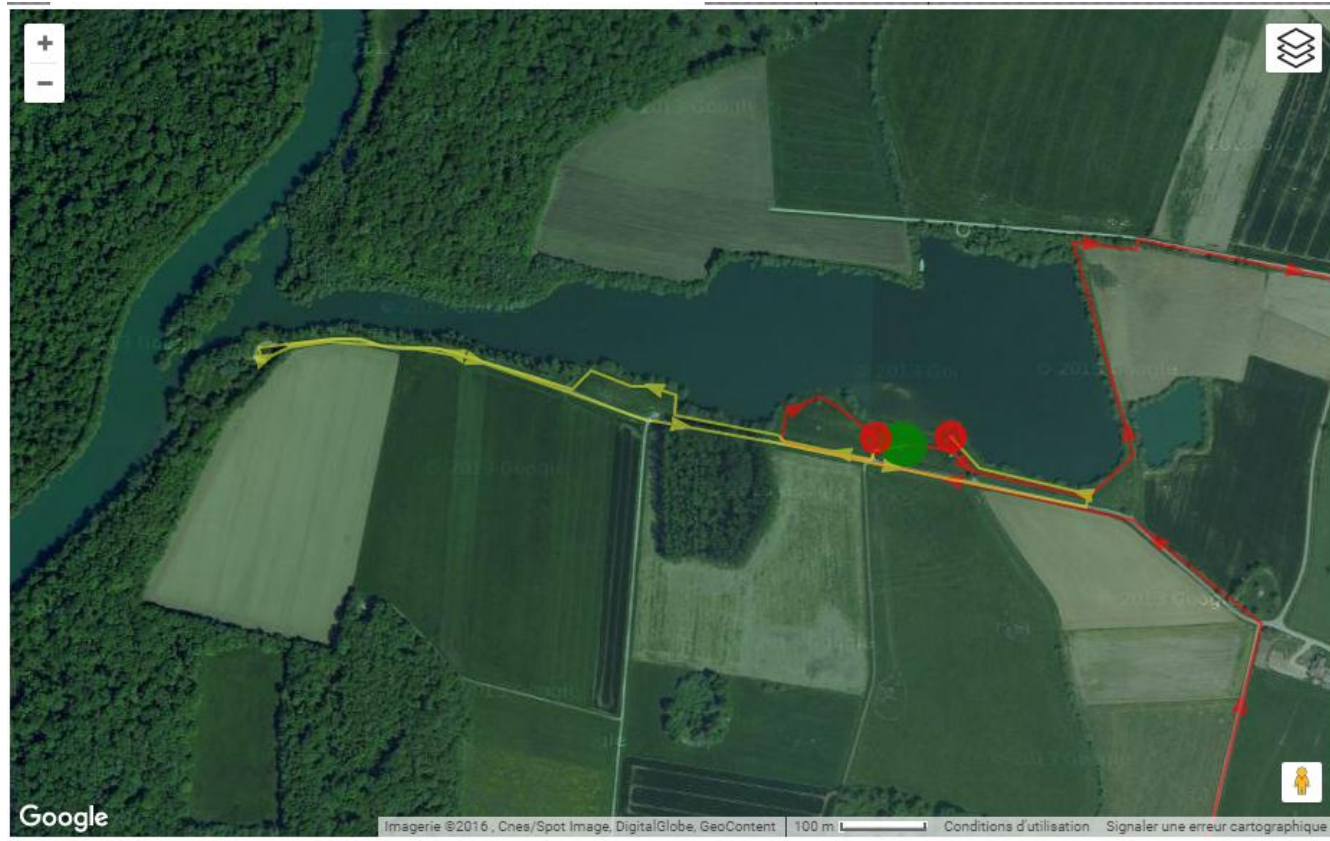
Parcours distance XS et 10/15ans

5,5 km de VTT
départ au point
vert, premier
virage à gauche,
traversé de
route ici.
Ensuite chemin
blanc, route
avec circulation
ici
Retour sur le
site



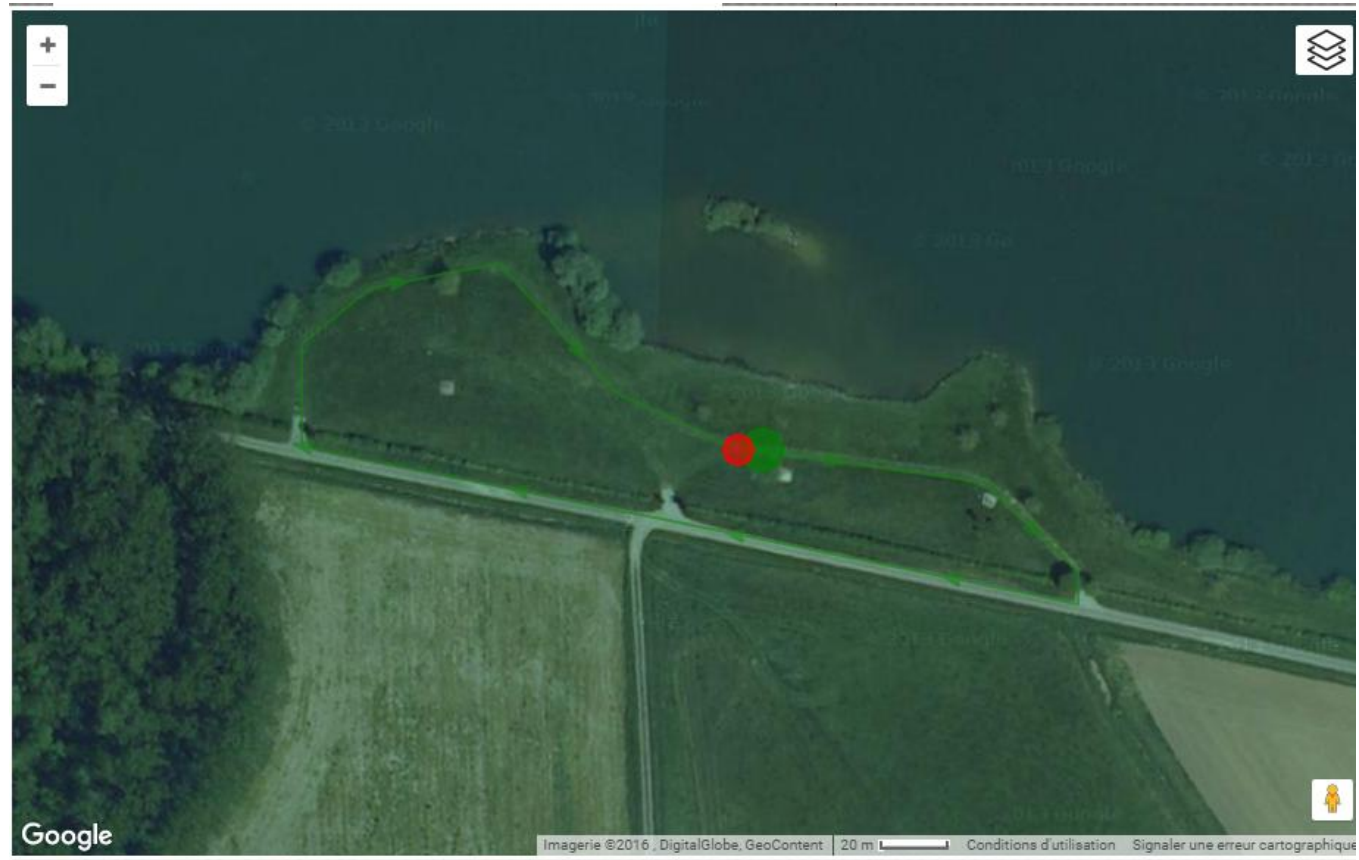
Parcours distance XS et 10/15ans

1km 900m de cours à pied, départs au point vert, premier virage à gauche puis tout droit jusqu'au demi tour pour revenir jusqu'à l'arrivé point rouge.



Parcours distance 6/9 ans

1km de VTT,
départ du point
vert premier
virage à droite, on
longe la route
virage à droit et
retour au point
rouge, 2 tours



Parcours distance 6/9ans

500m de course à pied départ du point vert, et arrivé au point rouge sur la pointe du site.



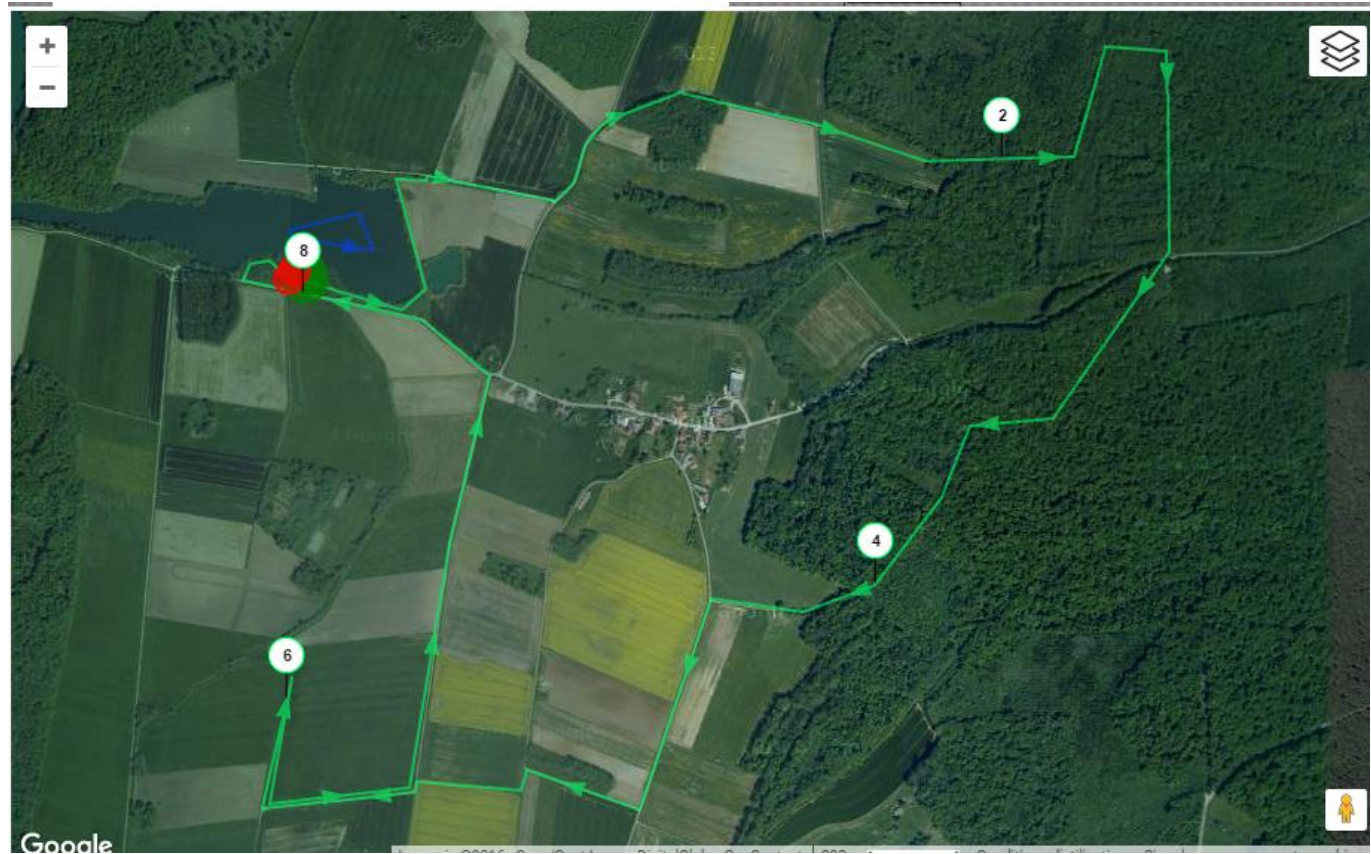
Parcours distance S

500 m de natation avec une sortie a l'Australienne sur l'île, virage à droite et ensuite tout à gauche pour un retours au point rouge.



Parcours distance S

8.300 km de VTT à parcourir 2 fois
départs du point vert et arrivé au point rouge.
(Pas encore sûre à 100%)



Parcours distance S

4 km de course
à pied départ au
point vert pour
arrivé sur la
pointe vers le
point rouge.

