

# #4

Dimanche 29 juin 2025

# TRIATHLON DE L'ETANG DU PUIT

# PROGRAMME

## FORMAT S

750 m de natation (1 boucle)  
23,4 km de vélo (90 m D+)  
5 km de course à pied

- 8h00 :** Retrait des dossards S + Jeunes  
**8h15 :** Ouverture du parc à vélo  
**9h15 :** Fin du retrait des dossards  
**09h30 :** Fermeture du parc à vélo  
**09h35 :** Briefing de course  
**09h45 :** Ouverture de la zone d'échauffement  
**10h00 :** Départ course (individuelle et relais)  
**12h00 :** Remise des récompenses course S  
**12h30 :** Arrivée des derniers

## DACIA CROSS TRIATHLON (course jeunes)

300 m de natation (1 boucle)  
6,3 km de VTT  
2,2 km de course à pied

- 11h30 :** Retrait des dossards M + Course jeunes  
**11h45 :** Ouverture du parc à vélo  
**12h00 :** Fin du retrait des dossards course jeunes  
**12h15 :** Fermeture du parc à vélo  
**12h30 :** Briefing de course  
**12h35 :** Echauffement  
**12h45 :** Départ course  
**13h30 :** Remise des récompenses course jeunes  
**13h45 :** Arrivée des derniers

## FORMAT M

1,5 km de natation (1 boucle)  
43,6 km de vélo (183 m D+)  
10,4 km de course à pied

- 11h30 :** Retrait des dossards M + Jeunes  
**12h45 :** Ouverture du parc à vélo  
**13h30 :** Fin du retrait des dossards  
**13h45 :** Fermeture du parc à vélo  
**13h50 :** Briefing de course  
**14h00 :** Ouverture de la zone d'échauffement  
**14h15 :** Départ course (individuelle et relais)  
**17h45 :** Remise des récompenses course M  
**18h00 :** Arrivée des derniers