

Road book 2024 formats S-M-L : Informations générales



Programme du samedi :

- 15h40 à 19h00 : Epreuves XS et Trikids à **BENFELD**
- 15h à 18h00 : Retrait dossards S-M-L à **OBERNAI** et dépose des affaires run
- 18h45 : Pasta party à **BENFELD** plan d'eau (sur inscription en ligne préalable en ligne)

Programme du dimanche :

- 7h30 à 11h00 : Retrait dossards S-M-L à **OBERNAI** et dépose des affaires run
- 9h15 à 13h00 : Départ des épreuves à **BENFELD** (natation et vélo)
- 14h30 : Podiums format S à **OBERNAI**
- 16h15 : Podiums format M et L à **OBERNAI**



Accès et parking à **OBERNAI** et **BENFELD** <https://triathlon-obernai.fr/acces/>



Plan de circulation **OBERNAI** ↔ **BENFELD** <https://triathlon-obernai.fr/acces/>



•**Attention:** il est interdit de circuler en voiture sur l'itinéraire de la course entre 9h30 et 14h.

•**Pour la sécurité de tous, utilisez l'itinéraire « voitures » via Schaeffersheim/Niedernai**

•**Prenez connaissance du règlement de l'évènement sur:** <https://triathlon-obernai.fr/reglement/>

Contenu du kit dossard		S	M	L	Relais
Kit stickers (casque, vélo, bag,..)		1	1	1	1
Sac Run (dépose à Obernai)		vert	rouge	bleu	*
Emmener au départ natation	Dossard	1	1	1	1
	Puce & bracelet cheville	1	1	1	1
	Bonnet natation si réservé à l'inscription	(1)	(1)	(1)	(1)
	Sac retour affaires Benfeld=>Obernai par l'organisation	1	1	1	*

* Si relais à 2

Organisation d'avant course

1. Retrait dossard :

à Obernai sam. 15h à 18h et dim. 7h15 à 11h30

- Se munir de la licence triathlon ou d'une pièce d'identité pour les non-licenciés triathlon.
- Retrait du dossard possible par une tierce personne en individuel ou relais sous réserve de dossier complet et de disposer de leur licence triathlon ou pièce d'identité (copie ou numérisé).

2 Retrait dotation : Dans l'espace dossards uniquement si l'option « dotation » a été souscrite à l'inscription

- Sur présentation de l'enveloppe dossard
- Si disponibilités, possibilité d'achat en espèces ou chèque

3. Aire de transition Obernai

- Les affaires run remises le samedi sont déposées à l'emplacement le dimanche matin par l'organisation.
- Le dimanche matin chaque concurrent remet ses affaires run à l'entrée de l'aire de transition d'Obernai.

4. Aire de transition Benfeld

- **Format L** : Le casque, chaussures et ceinture porte-dossard peuvent rester à l'emplacement numéroté. Le reste des affaires sont à mettre dans le bag accroché au portique en sortie de natation.
- **Formats S et M** : Seules les affaires strictement nécessaires à la course sont déposées avec le vélo à l'emplacement numéroté sans déborder sur l'emplacement voisin.

Informations pratiques



Dimanche 8h30 -12h à Benfeld : Stand vélos pour petites réparations, réglages, petites fournitures



Location combinaisons Zogg (réservation préalable en ligne < 18/05)

- Retrait le samedi à Obernai au retrait dossards de 15h à 18h00
- Retrait le dimanche à Obernai au stand Sport 2000 de 8h30 à 11h00
- Retour le dimanche à Obernai au stand Sport 2000 de 12h à 18h00

Combinaison obligatoire si température de l'eau <16° ; Autorisée si température de l'eau =>16° et =<24°5 ; Interdite si température de l'eau >24°5

Se rendre au départ à BENFELD :

Il n'y a pas de navettes

- Au départ d'Obernai il est préférable de s'y rendre à vélo (16km plat). Regroupement informel côté sud de l'aire de transition d'Obernai en face du Skate Park. Déplacement libre : ne pas rouler à plus de 2 de front.
- Remplissage possible des gourdes en libre-service au plan d'eau de Benfeld

Parkings dédiés à chaque course, suivre le fléchage

Vous ne prenez pas le départ après retrait du dossard ? Rendez votre dossard et le bracelet avec la puce. Evitera des recherches qui retardent la sortie des résultats.

Informations courses 1/3

Horaires courses	L	S		M	
	Tous	Fem. & relais	Masculins	Fem. & relais	Masculins
Distances en km	2,1/82/19,2 km	0,55/24/4,8 km		1,4/46/9,6 km	
Ouverture/Fermeture aire de transition 2 à Obernai	7h30/8h30	7h30/9h30		7h30/10h45	
Ouverture/fermeture aires de transition Benfeld	8h15/9h00 AT Ouest	9h30/10h15 AT Est		11h/12h AT Est	11h/12h45 AT Ouest
Briefing de course	9h05	10h10	10h20	12h05	12h50
Départs	9h15	10h20	10h30	12h15	13h00
Limite de départ vélo	10h25	10h45	10h55	13h10	13h55
Limite de départ course à pied	14h30	12h05		16h20	
Limite de départ course à pied 2ème tour	15h40				
Remise des récompenses	16h30 à Obernai	14h15 à Obernai		17h00 à Obernai	
Retrait des vélos	15h00 à 18h	12h05 à 13h30 maxi		16h20 à 18h00	

Ravitaillements

	Position	Contenu du ravitaillement
SWIM	Sortie natation M et L	Eau & boisson énergétique, pas de solide
Bike	Ste Odile : km 29 (L) vers Hohwald	Solide, remplissage gourdes perso en eau & boisson énergétique
	Col de la Charbonnière : km 47 (L)	Solide, remplissage gourdes perso en eau & boisson énergétique + <i>gourdes préremplies</i>
	Ste Odile sommet, km 65 (L) , km 30 (M)	Solide, remplissage gourdes perso en eau & boisson énergétique
Run	KM 0,1	Solide sucré & salé, fruits, eau & boisson énergétique
	KM 3 (L & M)	Eau & boisson énergétique, <i>pas de solide</i>
	KM 4,2 (L & M)	Solide, fruits, eau & boisson énergétique
	KM 7,2 (L & M) /km 2,6 (S)	Solide, fruits, eau & boisson énergétique
Arrivée	Zone d'arrivée	Solide sucré & salé, fruits, boissons

Plans des parcours :

<https://triathlon-obernai.fr/triathlon-l/>

<https://triathlon-obernai.fr/triathlon-m/>

<https://triathlon-obernai.fr/triathlon-s/>

Informations courses 2/3

Conditions d'accès au départ de Benfeld :

- Vélo conforme et identifié avec le sticker
- Casque sur la tête, jugulaire fermée
- Dossard fixé sur la ceinture par 3 points
- Chip de chrono fixé à la cheville gauche
- Sticker collé sur le bras ou jambe gauche (format L)
- Affaires de natation avec bonnet
- Sac de rapatriement des affaires à Obernai par l'organisation

- **L'organisation vous marque le bras (S et M)**
- **Le corps arbitral vérifie votre conformité**

Numérotation des emplacements vélo

Numérotation de 1 à 600 dans le sens de la course et sans côté pair ou impair

Pour le M et le L il faut enlever le 1^{er} chiffre du N° de dossard. Exemples :

- Dossard M 1428 = emplacement 428
- Dossard L 2065 = emplacement 65



Echauffement : Possible dans la zone dédiée jusqu'à 10mn avant le départ et en dehors des courses en cours

Départ : Se présenter au départ à H-10 mn pour le briefing.
Bonnet de natation sur la tête, bracelet/puce à la cheville gauche

Parcours : Les bouées sont toujours à droite.

- 1 sortie à l'Australienne pour le M
- 2 sorties à l'Australienne pour le L

Le bonnet de natation est obligatoire. Il peut être personnel ou fourni avec le dossard si la dotation a été souscrite à l'inscription.

Transition natation=>vélo :

- S et M : Change à l'emplacement – nudité interdite
- L : Change sous chapiteaux et séparés H & F
- Le sac numéroté contenant vos affaires est rapatrié à Obernai par l'organisation . **Les affaires restantes sont considérées comme déchets**
- Pour les relayeurs, le bracelet chip de chrono à la cheville sert de passage de témoin à l'emplacement prévu dans les aires de transition.

Dépassement de la barrière horaire de départ vélo = mise hors course par le corps arbitral – consultez le tableau horaire page 3



Montée sur le vélo à la ligne en sortie d'aire de transition :

- Casque sur la tête, jugulaire serrée avant de saisir le vélo
- Dossard à l'arrière fixé sur la ceinture
- L'arrêt éventuel de 42s au passage à niveau (km 14,28) ne donne pas lieu à bonification
- En cas de sanction pour abri-aspiration (carton bleu) il faudra, de sa propre initiative, s'arrêter dans la zone de pénalité à l'arrivée du vélo.
- Abandon de déchets ou matériel : uniquement aux points de ravitaillements

Transition vélo => course à pied

L : Dépose du vélo sur les barres sans emplacement

- Retrait du sac Run sur le portique
- Change sous tonnelle si intégral
- Rangement des affaires restantes dans le bag run récupéré par l'organisation

M & S :

- Dépose du vélo à l'emplacement numéroté
- Change à l'emplacement . Les affaires restantes ne doivent pas déborder sur l'emplacement voisin

En cas d'abandon , se signaler aux arbitres ou aux bénévoles de la ligne d'arrivée en leur remettant la puce de chronométrage. Accélère la sortie des résultats en évitant les recherches.

Informations courses 3/3



Dépassement de la barrière horaire de départ course à pied ou 2^{ème} boucle L = mise hors course par le corps arbitral

Rappels :

- Dossard à l'avant et visible sur toute la course à pied
- Abandon de déchets ou matériel uniquement aux points de ravitaillements

L 2 boucles 9,6km = 19,2km env. 242m D+

M 1 boucle 9,6km env. 121m D+

S 1 boucle de 4,8km env. 74m D+

Arrivée :

- Restitution de la puce électronique et bracelet après la ligne d'arrivée.
 - Conservez le dossard pour le retrait du vélo et des affaires
 - Douchettes de rafraîchissement
 - Ravitaillement
 - Massages et soins par kinés et ostéopathes
- Aire d'arrivée strictement réservée aux concurrents, accompagnateurs interdit**

Retrait du vélo et des affaires :

- Dans l'aire de transition munis du dossard **et aux horaires prévus**

Autour de la course

LIVE TRACKING et classement

Suivi cartographique et chronométrique de la progression des athlètes à partir d'un smartphone, tablette ou ordinateur :

<https://tri-obernai-benfeld.liverace.run/>



Vos photos souvenir avec

SPORTOGRAF.COM

Lien d'accès sur www.triathlon-obernai.fr

ou www.sportograf.com en vous identifiant

sur l'évènement Obernai avec votre numéro

de dossard. sportograf.com/event/11791



VILLAGE TRIATHLON à OBERNAI

- Stands partenaires
- Buvette restauration
- Ecran géant avec streaming des épreuves en cours

Pour les participants au triathlon L :

AerOptimum offre une étude posturale en soufflerie. Pour participer au tirage au sort. Rendez-vous samedi au stand et déposez votre bulletin de participation dans l'urne.

