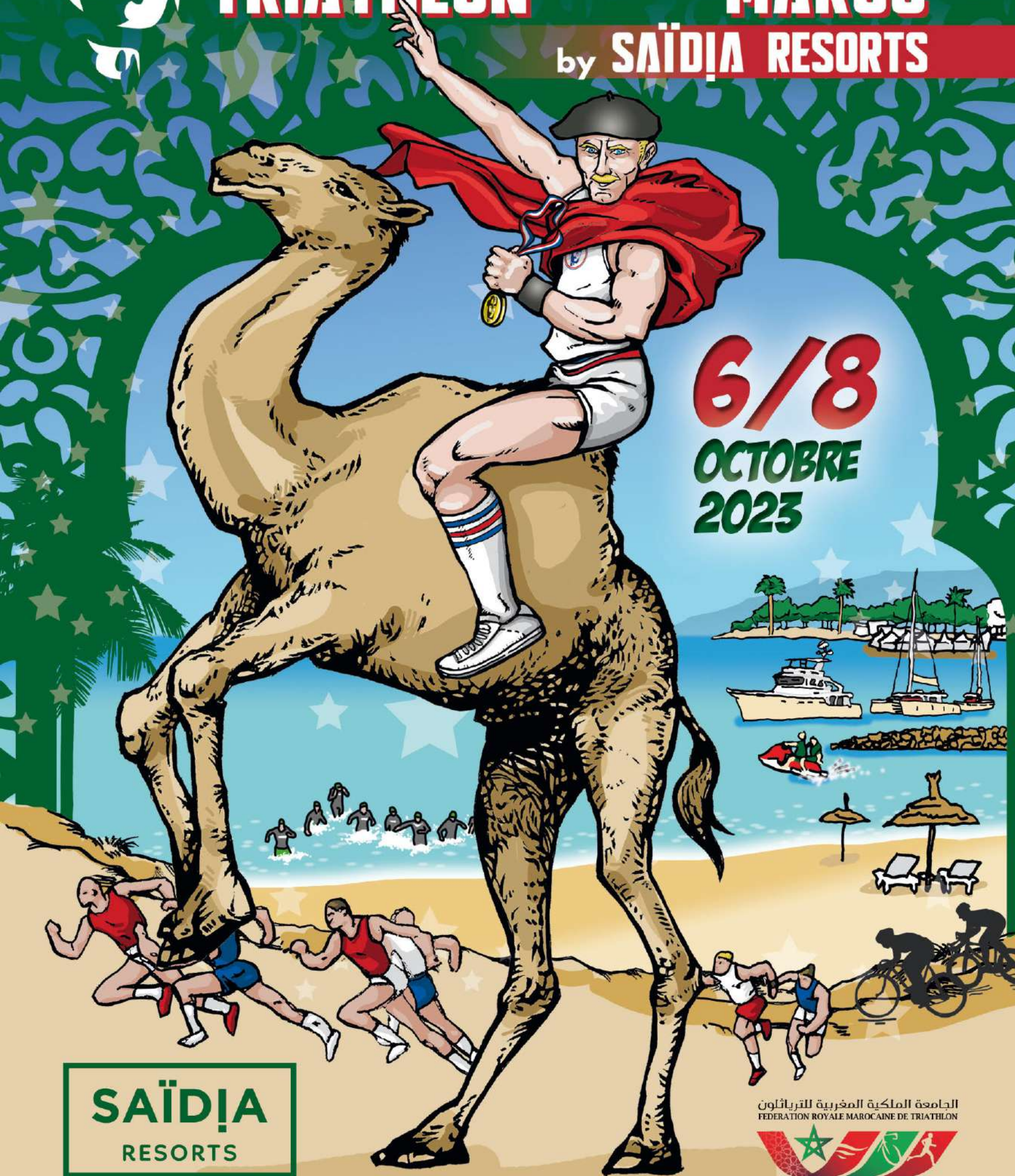




FRENCHMAN[®] TRIATHLON MAROC

by SAÏDIA RESORTS



6/8
OCTOBRE
2023

SAÏDIA
RESORTS

الجامعة الملكية المغربية للترياثلون
FEDERATION ROYALE MAROCAINE DE TRIATHLON

GUIDE ATHLÈTE TRIATHLON DISTANCE L

DIMANCHE 8 OCTOBRE
Départ à 8h

DÉROULÉ

TRIATHLON DISTANCE L

- 01 ADRESSE ET PLAN DU SITE DE COMPÉTITION
- 02 HORAIRES DES RETRAITS DE DOSSARDS
- 03 PROGRAMME
- 04 PARCOURS
- 05 ZONE DE TRANSITION (T1/T2)
- 06 RAVITAILLEMENTS
- 07 REMISE DES RÉCOMPENSES
- 08 VILLAGE EXPOSANTS
- 09 PHOTOGRAPHE OFFICIEL
- 10 REMERCIEMENTS

ADRESSE DU SITE DE COMPÉTITION

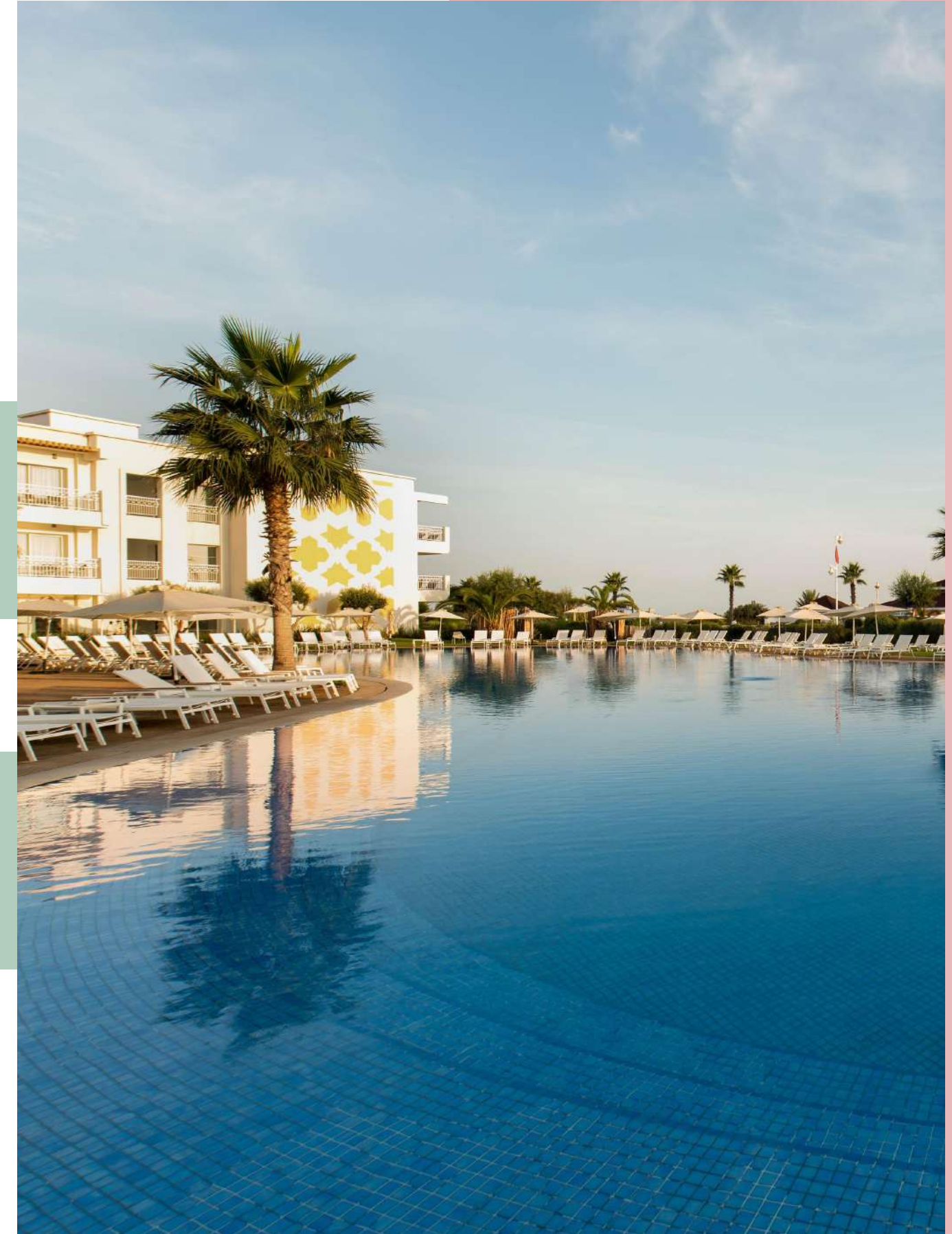


Radisson Blu Resorts
Station Balnéaire, Saïdia 63060, Maroc

CLIQUEZ SUR LES ICÔNES



Où se situe Saïdia ?



PARC À VÉLO

T1/T2

FINISH LINE

**DEMI-TOUR CÂP
DISTANCE L**

**DÉPART /
RETOUR
DES VÉLOS**

**DÉPART
CÂP**

**ZONE
SECOURS /
KINÉS**

**TENTE
FINISHERS**

Radisson BLU

**RETRAIT DES
DOSSARDS /
VILLAGE EXPO**



HORAIRES DES RETRAITS DE DOSSARDS



VENDREDI 6 OCTOBRE
14H00 À 19H00



SAMEDI 7 OCTOBRE
9H00 À 19H00



DIMANCHE 8 OCTOBRE
6H30 À 7H30

Trouver mon numéro de dossard et ma catégorie d'âge :

<https://www.klikego.com/inscrits/frenchman-triathlon-maroc-by-saidia-resorts-2023/1354050643080-21>

Pour retirer votre dossard :

// Licencié FRMTRI : Licence FRMTRI 2023 ou ITU

// Non licencié FRMTRI : Carte d'identité + certificat médical.

(Un Certificat médical de non contre indication à la pratique du triathlon en compétition d'une validité de 1 an au jour de la course)

Tous les non licenciés FRMTRI devront régler le pass journée le jour du retrait du dossard (10% du prix du dossard)

DANS VOTRE SAC VOUS TROUVEREZ :



1 BONNET DE NATATION



1 DOSSARD ATHLÈTE

500



500

1 AUTOCOLLANT POUR LA TIGE DE SELLE DU VÉLO



1 AUTOCOLLANT POUR LE CASQUE VÉLO



1 TATOO AVEC LE N° DE VOTRE DOSSARD



1 PUCE CHRONOMÉTRIQUE



3 SACS TRANSITION T1 / T2 / GEAR



3 ÉTIQUETTES À COLLER SUR LE SAC T1 / T2 / GEAR

À VOTRE ARRIVÉE NOUS VOUS OFFRONS :



1 MÉDAILLE



1 TEE-SHIRT



UN RÉCEPTIF À LA
TENTE FINISHER



LES FÉLICITATIONS DE
SUPER-FRENCHMAN

PROGRAMME

VENDREDI 6 OCTOBRE	SAMEDI 7 OCTOBRE	DIMANCHE 8 OCTOBRE
<p data-bbox="406 1072 925 1188">14h - 19h retrait des dossards</p>	<p data-bbox="1315 946 1835 1062">9h - 19h retrait des dossards</p> <p data-bbox="1153 1139 2030 1313">18h30 Briefing de course au Radisson Blu Beach</p>	<p data-bbox="2322 540 2744 627">6h - 7h30 Retrait des dossards</p> <p data-bbox="2289 685 2777 782">6h - 7h45 Ouverture du parc à vélo</p> <p data-bbox="2322 840 2744 937">8h00 Départ du Triathlon L</p> <p data-bbox="2241 994 2842 1081">9h05 Fermeture du parc à vélo (T1)</p> <p data-bbox="2192 1139 2890 1236">12h00 Arrivée du vainqueur de l'épreuve</p> <p data-bbox="2224 1294 2858 1381">13h15 Fermeture du parc à vélo (T2)</p> <p data-bbox="2094 1439 3004 1574">13h15 Ouverture du parc à vélo pour récupérer les affaires</p> <p data-bbox="2176 1632 2906 1777">16h00 Clôture du Triathlon L & Remise des récompenses</p>



LÉGENDE

-  Bouées de natation
-  1 boucle de 1900m

**DÉPART /
ARRIVÉE
SWIM**

PARCOURS

**Natation - Distance L
1 900 m**

// Départ en mass Start de la plage du Radisson Blu Beach

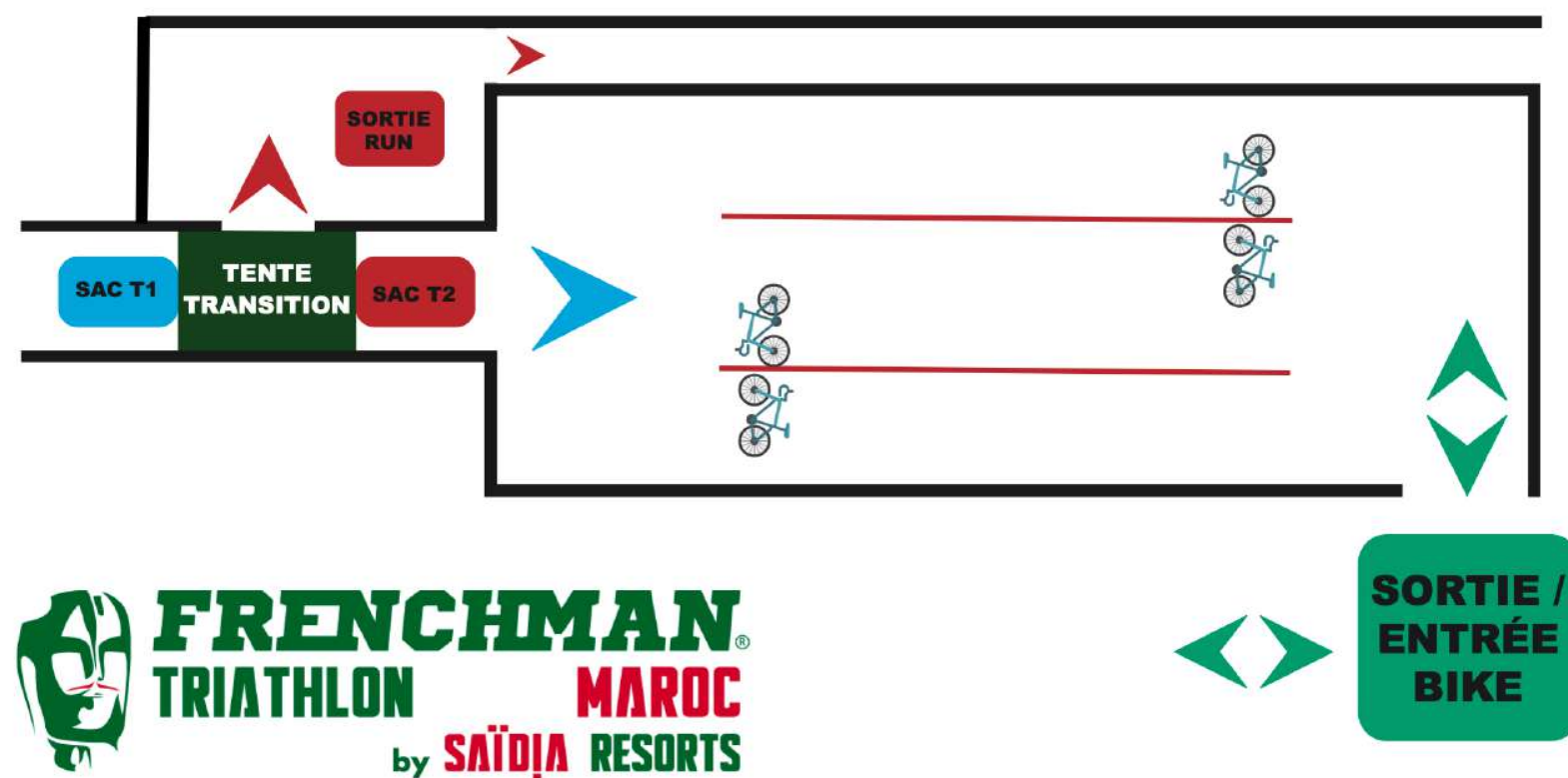
// Le bonnet de l'organisation doit être porté sous peine de disqualification

// 9h05 - Clôture parcours nautique

TRANSITION T1

Natation / Vélo

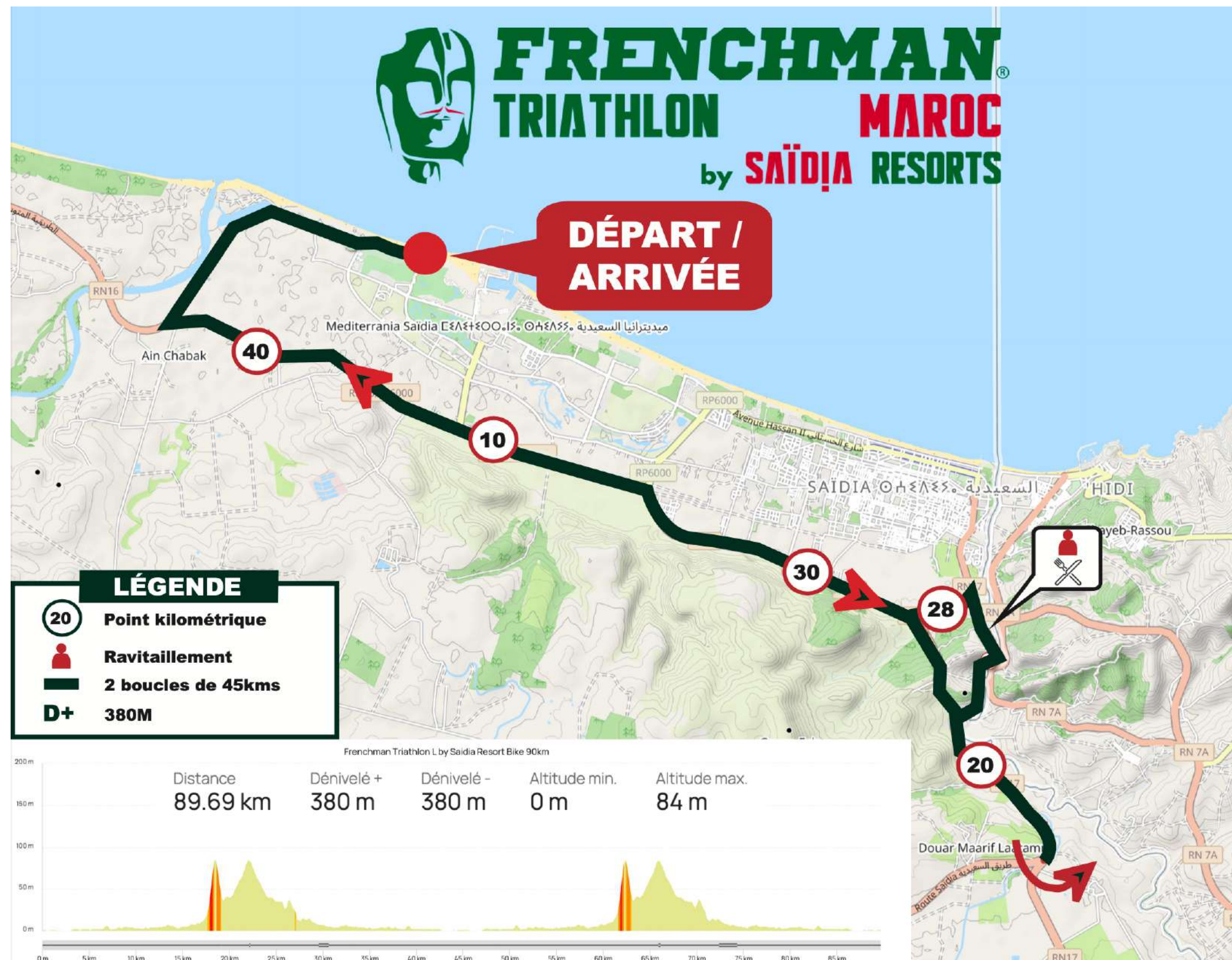
Seuls le vélo et les chaussures clipsées sur le vélo seront autorisés dans le parc à vélo.
Votre casque devra obligatoirement positionné dans votre sac T1



- 1 - L'athlète sort de l'eau en direction du parc-à-vélo
- 2 - Vous devez prendre votre sac T1, vous changez dans la tente de transition puis reposer le sac à son emplacement
- 3 - Allez chercher votre vélo casque sur la tête et jugulaire attachée
- 4 - Poussez votre vélo jusqu'à la ligne de montée puis partez faire le parcours vélo

PARCOURS

Cycliste - Distance L
90 kms



// Le parcours cycliste est ouvert à la circulation. Il est obligatoire de rester sur le côté droit de la route. Soyez prudents !

// Le drafting est interdit.

// Le Tadoo doit être collé sur le bras ou le mollet gauche

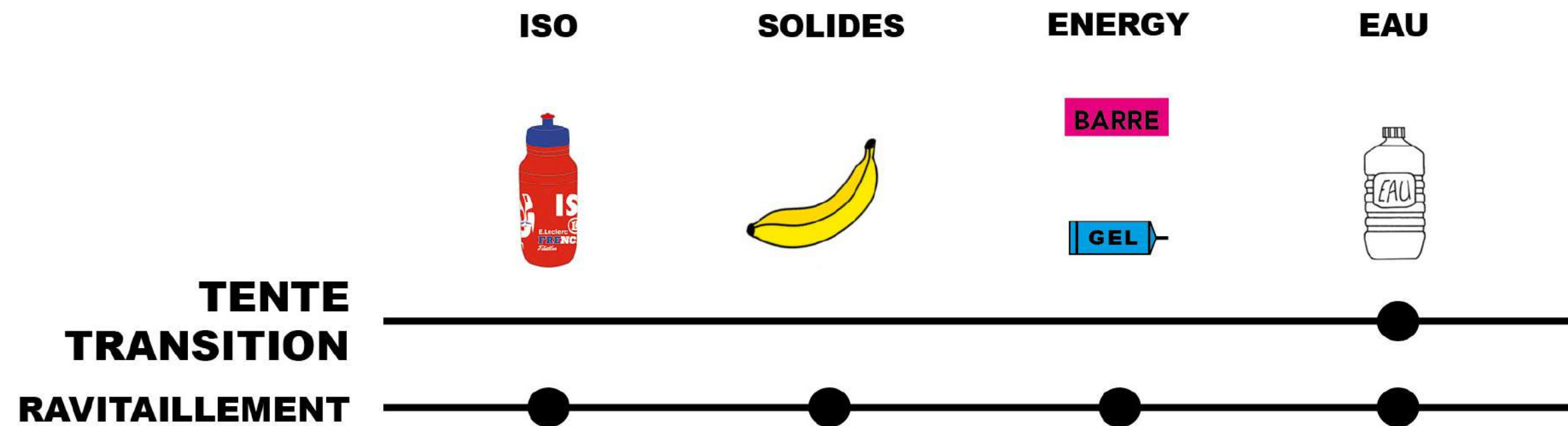
// La puce chronométrique doit se porter à la cheville gauche

// Les étiquettes dossard sont à coller sur le casque & la tige de selle.

// 2 boucles de 45kms

// 13h15 - Clôture T2

RAVITAILLEMENT VÉLO



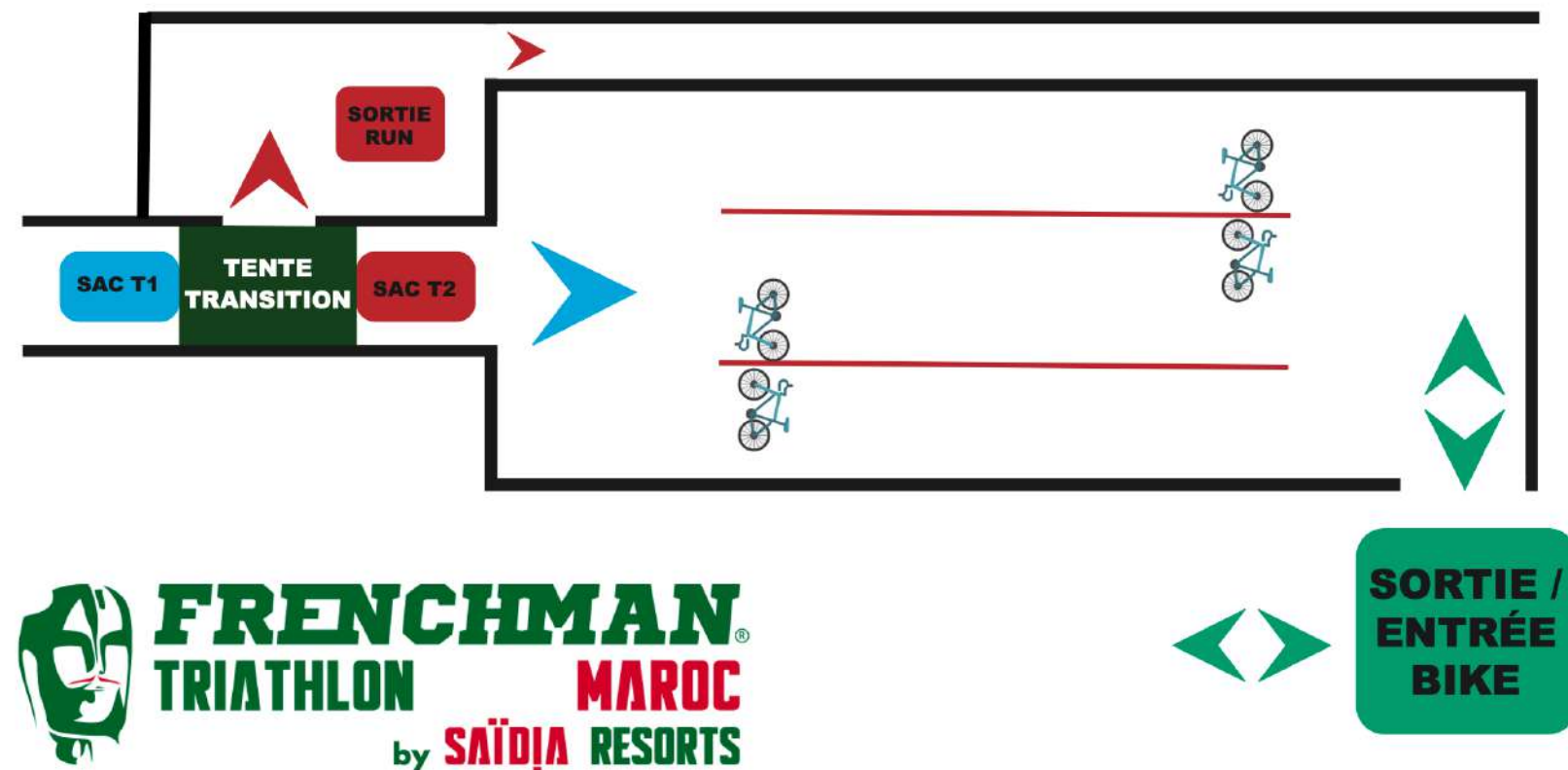
GESTION DES DÉCHETS & PROPRETÉ

// Merci de ne pas jeter vos déchets sur les parcours hors zone de propreté et de ravitaillement sous peine de disqualification

// Des zones de propreté seront positionnées avant et après la zone de ravitaillement

TRANSITION T2

Vélo / CAP



- 1 - L'athlète rentre dans le parc-à-vélo le vélo à la main
- 2 - Posez le vélo à votre emplacement
- 3 - Prenez votre sac T2, casque sur la tête et jugulaire attachée pour vous changer dans la tente de transition
- 4 - Une fois changé, déposez votre sac T2 à son emplacement
- 5 - Dirigez vous ensuite vers la sortie pour effectuer les 21Kms de course à pied

PARCOURS

Pédestre - Distance L
21 kms



// Le dossard doit être positionné devant et bien visible

// Vous trouverez 5 ravitaillements sur le parcours

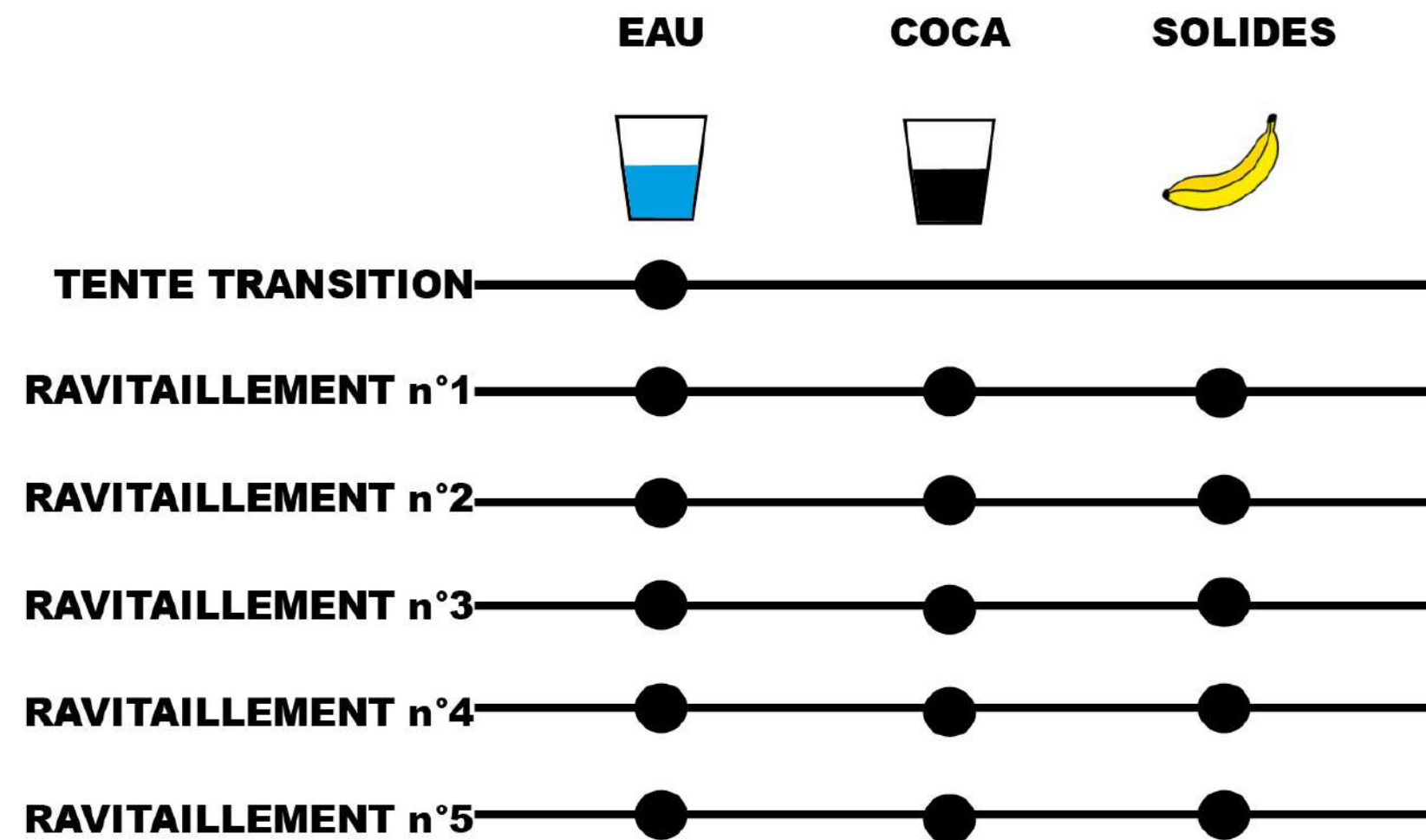
// Toute aide extérieure est interdite

// 2 boucles de 10,5 kms

// 16h00 - Fermeture de la ligne d'arrivée

RAVITAILLEMENT

CAP



GESTION DES DÉCHETS & PROPRETÉ

// Merci de ne pas jeter vos déchets sur les parcours hors zone de propreté et de ravitaillement sous peine de disqualification

// Des zones de propreté seront positionnées avant et après la zone de ravitaillement



REMISE DES RÉCOMPENSES

HOMME	FEMME
600€	600€
500€	500€
400€	400€

Le premier athlète Marocains et la première athlète Marocaine
toucheront une prime non cumulable de 400€.

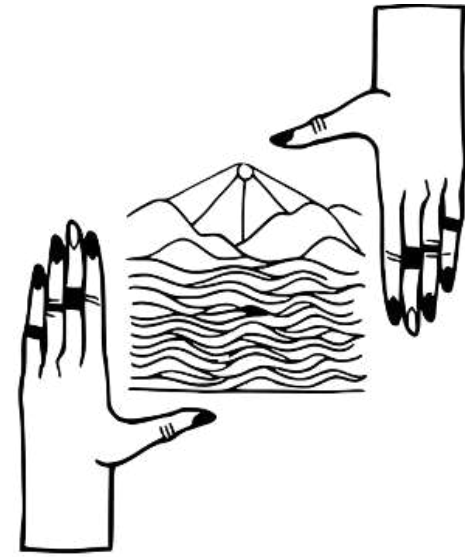


VILLAGE EXPOSANTS





PHOTOGRAPHE OFFICIEL



Huruguen

PHOTOGRAPHY



REMERCIEMENTS

ILS SOUTIENNENT LE FRENCHMAN TRIATHLON MAROC BY SAÏDIA RESORTS



الجامعة الملكية المغربية للترياثلون
FEDERATION ROYALE MAROCAINE DE TRIATHLON





RENDEZ-VOUS À SAÏDIA !

BONNE PRÉPARATION