

15^{ème} TRIATHLON DE BAUDREIX "SOULOR-AUBISQUE"

GUIDE DES ATHLÈTES

by

LATRIBU64



16-17
septembre

2023

Table des matières

- [Présentation](#)
- [Nos partenaires](#)
- [Petit point historique](#)
- [La Tribu Attitude](#)
- [Programme du week-end](#)
- [Retrait des dossards](#)
- [Où vous garer](#)
- [Course par course](#)
- [Consigne](#)
- [Charte verte](#)
- [Bénévoles](#)
- [Contact](#)

Cet événement vous est proposé par

- LATRIBU64
- avec l'aide de nos partenaires



Ils nous font confiance !

Merci à eux ! 



15^{ème} TRIATHLON DE BAUDREIX

[Retourner à la table des matières](#)



NOTRE HISTOIRE, EN QUELQUES CHIFFRES...



2007

création du club de
LATRIBU64

2008

Première édition du
Triathlon de Baudreix !

2016

Organisation des
championnats de
France

2023

15e édition !

15^{ème}
TRIATHLON DE BAUDREIX

[Retourner à la table des matières](#)

LA TRIBU ATTITUDE

LATRIBU64



*En espérant que ce week-end se déroule
dans le respect de nos valeurs*

AMOUR DU SPORT

AMATEURISME

RESPECT

(DES AMIS, DES ÉDUCATEURS, DES DIRIGEANTS, DES ARBITRES, DES CONCURRENTS, DES PARENTS, DES SPECTATEURS, DES BÉNÉVOLES)

SOLIDARITÉ

HONNÊTETÉ

(RESPECT DES RÈGLES : REFUS DU DOPAGE
REJET DE LA VIOLENCE SOUS TOUTES SES FORMES, PHYSIQUE OU VERBALE...)

15^{ème}
TRIATHLON DE BAUDREIX

[Retourner à la table des matières](#)

Programme du week-end



départ des courses à

Triathlon L

Duathlon L

Triathlon S

09 h 00

14 h 00



départ des courses à

Triathlon M

Aquathlon 6-9 ans

Aquathlon 8-11ans

Triathlon XS hommes

Triathlon XS femmes

08h30

12h45

13h15

14h00

14h00

PROGRAMME DU WEEK-END

VENDREDI
15

Toute la journée

17h30-20h00

Installation du site, si vous souhaitez nous
donner un coup de main, c'est par ici 


lien utile

Retrait dossards
toutes les courses
sur site

SAMEDI
16

07h30-08h30

08h00-08h45

08h30-19h00

09h00

11h45-12h30

14h00

Retrait dossards
sur site
courses L
uniquement

Ouverture/
fermeture
parc à vélos
Courses L

Retrait
dossards sur
site, toutes les
courses

Départ
courses L

ouverture/
fermeture
parc à vélos
Triathlon S

Départ
Triathlon S

DIMANCHE
17

07h00-08h00

07h45-08h15

08h30

08h30-12h15

12h45

13h15

13h00-13h45

14h00

Retrait dossards
sur site
triathlon M
uniquement

Ouverture/
fermeture
parc à vélos
triathlon M

Départ
triathlon
M

Retrait dossards
aquathlons
et XS jusqu'à
13h30

Départ
aquathlon
6-9

Départ
aquathlon
8-11

Ouverture/
fermeture
parc à vélos
triathlons XS

Départ
Triathlons
XS

15ème
TRIATHLON DE BAUDREIX

[Retourner à la table des matières](#)


LATRIBU64

RETRAIT DES DOSSARDS *sur site*

VENREDI
15

17h30-20h00

Retrait dossards
toutes les courses

SAMEDI
16

07h30-08h00

Retrait dossards
courses L
uniquement

08h30-19h00

Retrait dossards
toutes les
courses

DIMANCHE
17

07h00-08h00

Retrait dossards
triathlon M
uniquement

08h30-12h15

Retrait dossards
aquathlons
et XS jusqu'à **13h30**

PARKINGS TRIATHLON



*Nous vous donnerons les informations
très prochainement*

Attention !

LE BONNET EST
OBLIGATOIRE

Il n'est fourni par l'organisation
que sur le triathlon l



À suivre :
LES DIFFÉRENTES COURSES

Un briefing en visio aura lieu
mercredi 13 septembre à 20h

LES COURSES

du samedi 16 septembre

Départ : 09h00

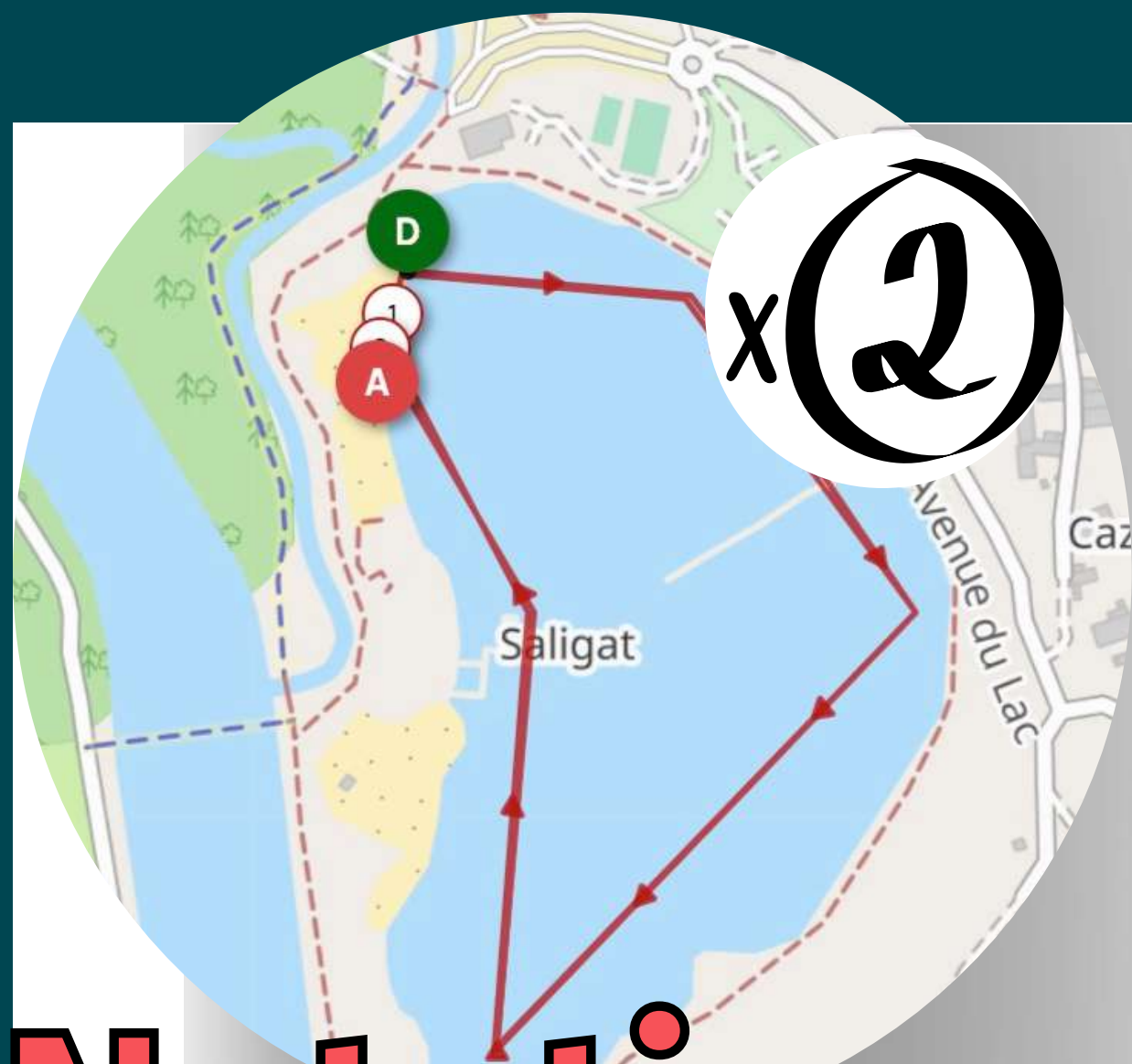
Triathlon 

Duathlon 

Départ : 14h00

Triathlon 

Triathlon L

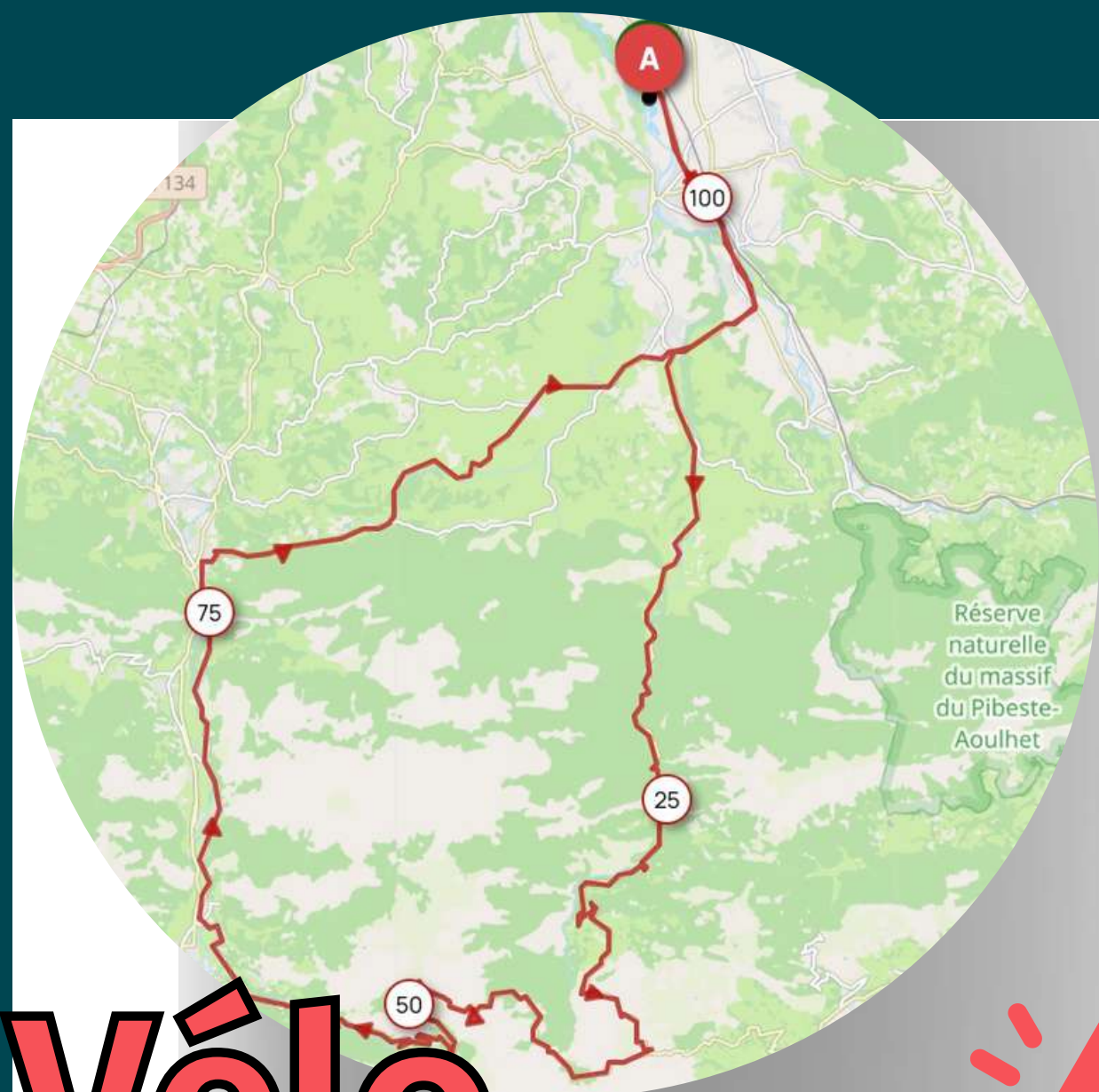


Le parcours natation fait : 1900m.
Il consiste en une première boucle de 950m, avec un passage sur une plateforme, avec plongeon derrière, une sortie à l'Australienne, et une seconde boucle de 950m, identique à la première
L'an dernier, le premier nageur a frôlé les 30 minutes... Ferez-vous mieux ?

Natation

>> **Départ : 09h00** <<

Triathlon L



Le parcours vélo fait : 108,5km.
Vous en aurez certainement plein les jambes, mais vous en prendrez aussi plein la vue ! Vous nous en direz des nouvelles !
L'an dernier, le premier cycliste était revenu avant 13h00... Ferez-vous mieux ?

Des travaux sont prévus sur la route et il est possible que vous croisieez quelques brebis, quelques vaches, mais pas d'ours ...quoique !



Vélo

15^{ème} TRIATHLON DE BAUDREIX

[Retourner à la table des matières](#)

Triathlon L



Le parcours fait 21 km, il s'agit de trois boucles de 7 km.

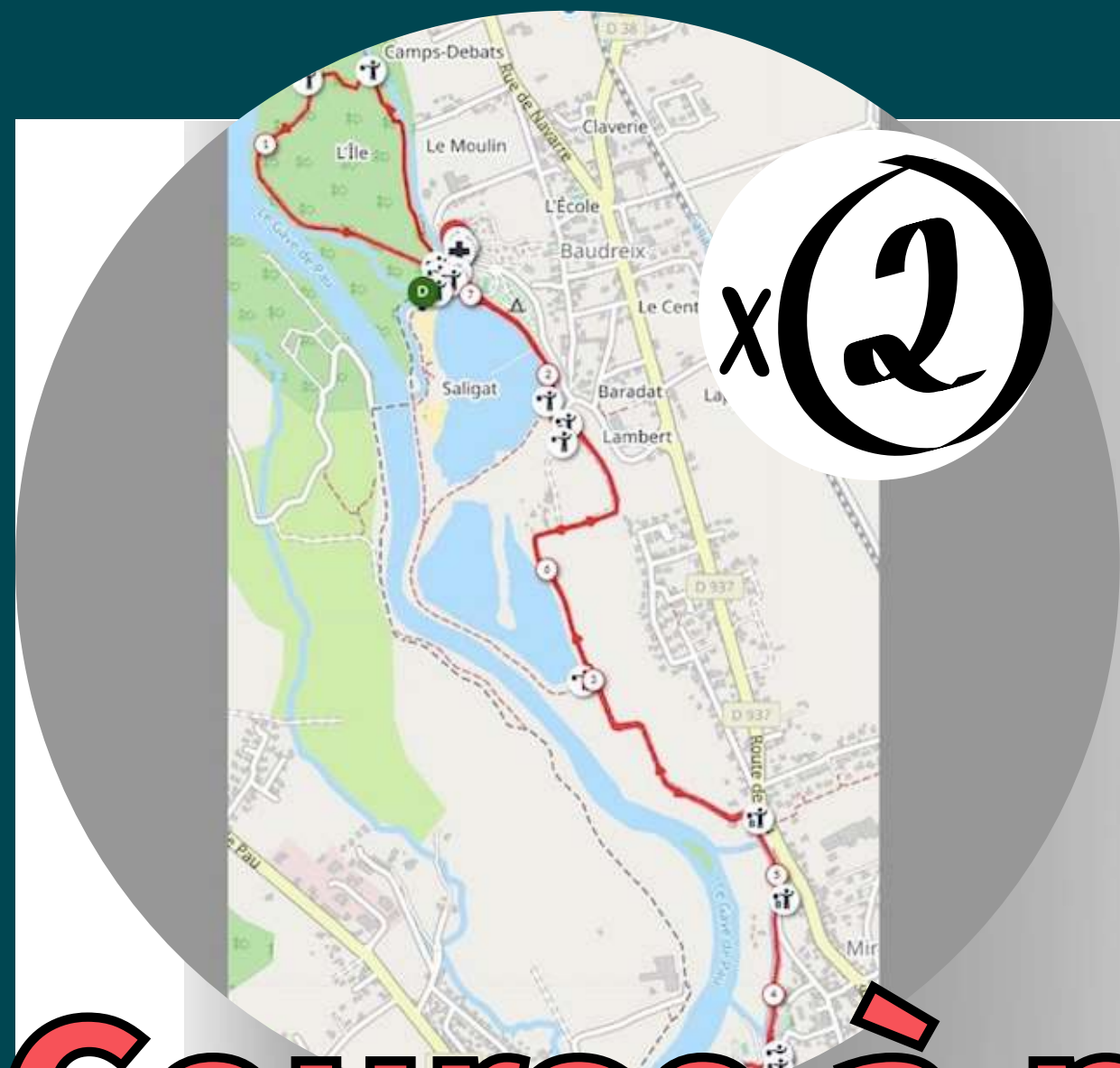
L'an dernier, le premier coureur avait passé la ligne d'arrivée vers 14h30... Ferez-vous mieux ?

Course à pied

15ème
TRIATHLON DE BAUDREIX

[Retourner à la table des matières](#)

Duathlon **L**



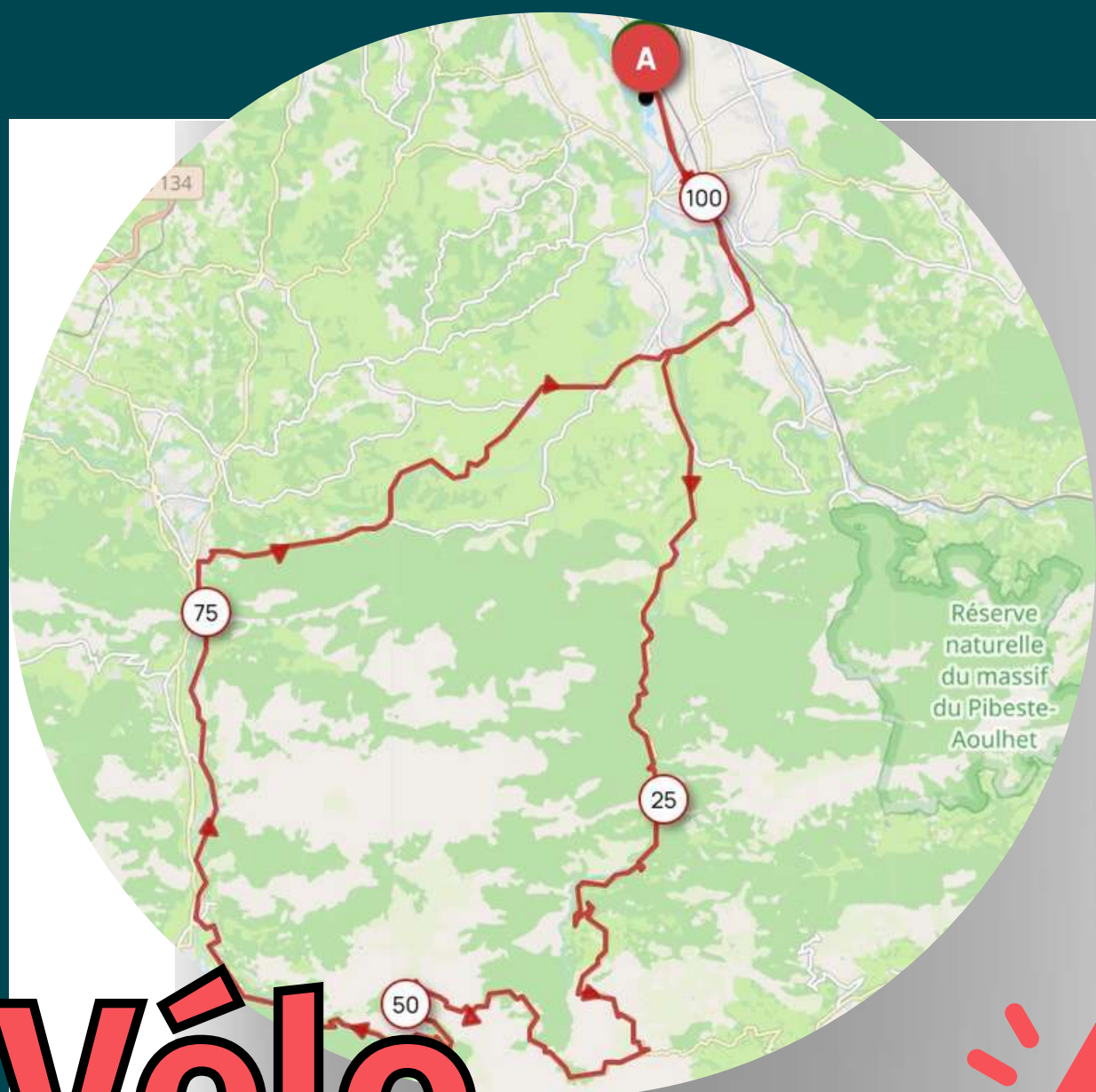
Le premier parcours de course fait 14 km, il s'agit de deux boucles de 7 km, typées trail, dans la Saligue.

Ce parcours est tout beau tout neuf, vous serez les premiers à l'essayer !

En détiendrez-vous le record ?

Course à pied 1 >> **Départ: 09h00** <<

Duathlon



Vélo

Le parcours vélo fait : 108,5km.
Vous en aurez certainement plein les jambes, mais vous en prendrez aussi plein la vue ! Vous nous en direz des nouvelles !
L'an dernier, le premier cycliste était revenu avant 13h00... Ferez-vous mieux ?



Des travaux sont prévus sur la route et il est possible que vous croisieez quelques brebis, quelques vaches, mais pas d'ours ...quoique !

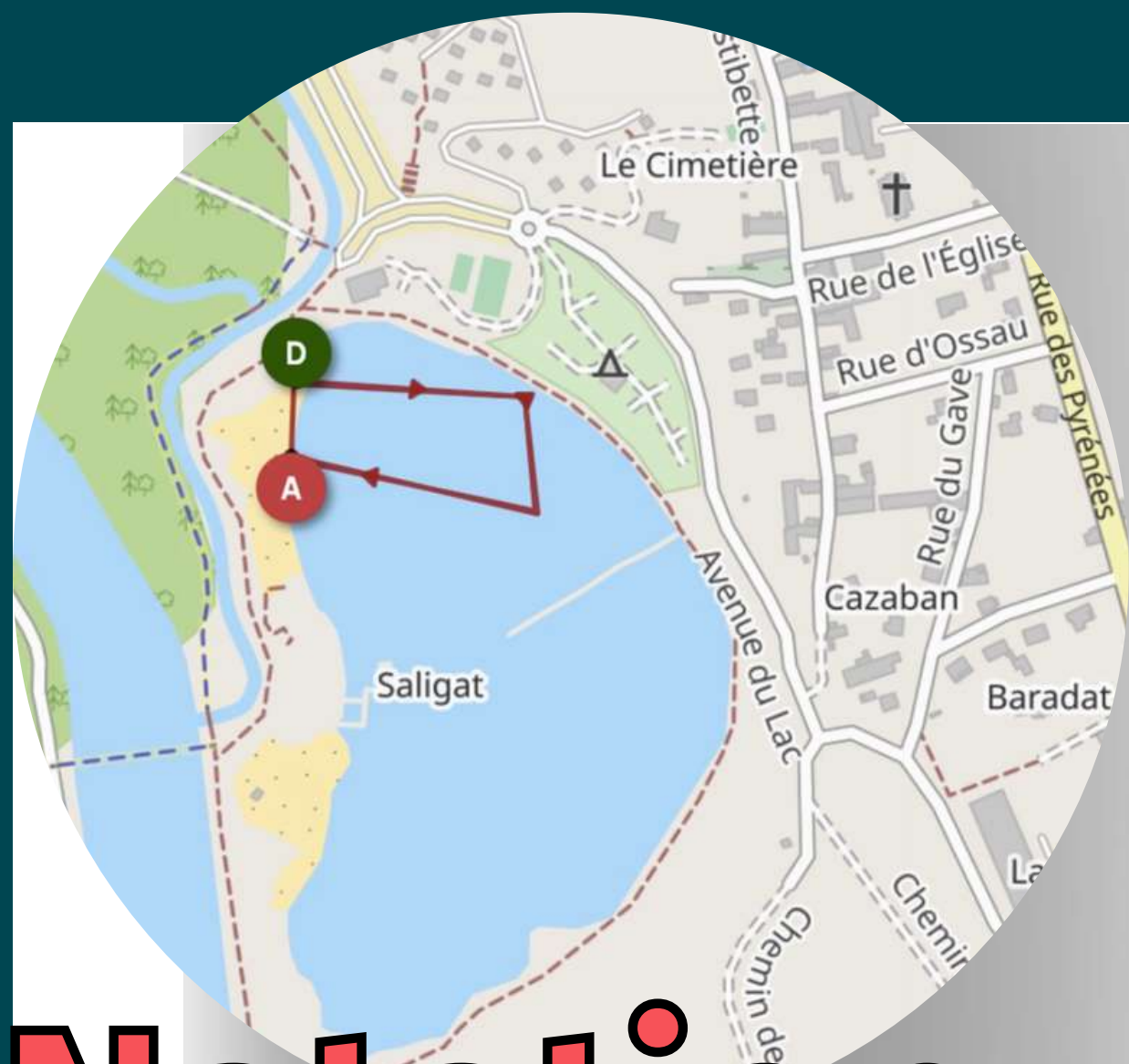
Duathlon L



Le second parcours de course fait aussi 14km, il s'agit de deux boucles de 7km.
À quelle heure passerez-vous la ligne d'arrivée ?

Course à pied 2

Triathlon S



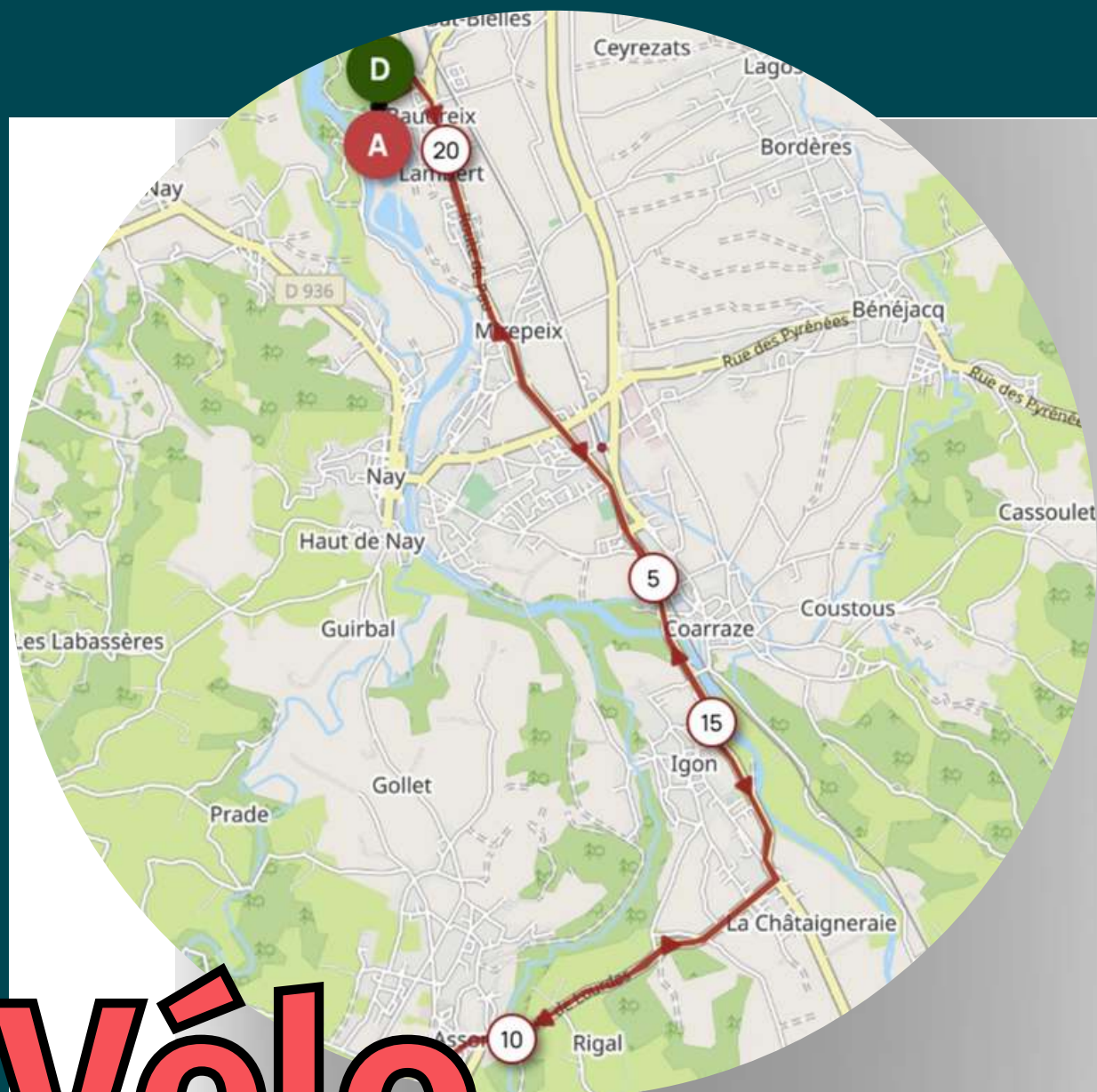
Le parcours natation fait : 800 m, il consiste en une première boucle de 400 m, une sortie à l'Australienne, et une seconde boucle de 400m, le dénivelé ne devrait pas vous inquiéter...

L'an dernier, le premier nageur a frôlé les 12 minutes... Ferez-vous mieux ?

Natation

>> **Départ: 14h00** <<

Triathlon S



Le parcours vélo fait : 20 km, très roulant, vous allez aimer !

L'an dernier, le premier cycliste était revenu avant 14h45... Ferez-vous mieux ?

Vélo

15ème
TRIATHLON DE BAUDREIX

[Retourner à la table des matières](#)

Triathlon



Le parcours cap fait 5 km,
il s'agit d'un aller-retour.

Course à pied

15^{ème} TRIATHLON DE BAUDREIX

[Retourner à la table des matières](#)

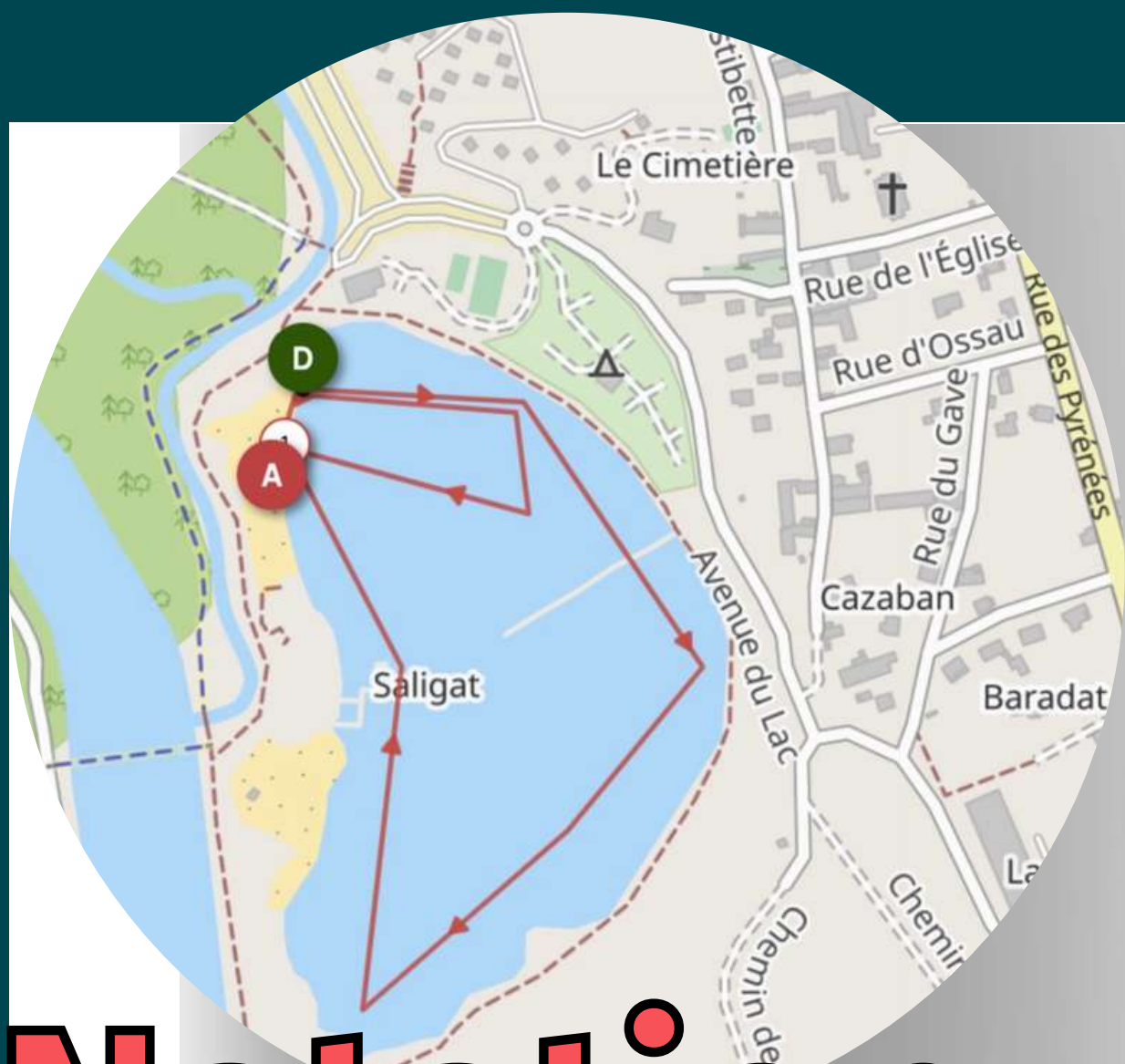
LES COURSES

du dimanche 17 septembre

Départ: 08h30 Triathlon **M** Départ: 13h15 Aquathlon **8-11**

Départ: 12h45 Aquathlon **6-9** Départ: 14h00 Triathlons **XS**

Triathlon M

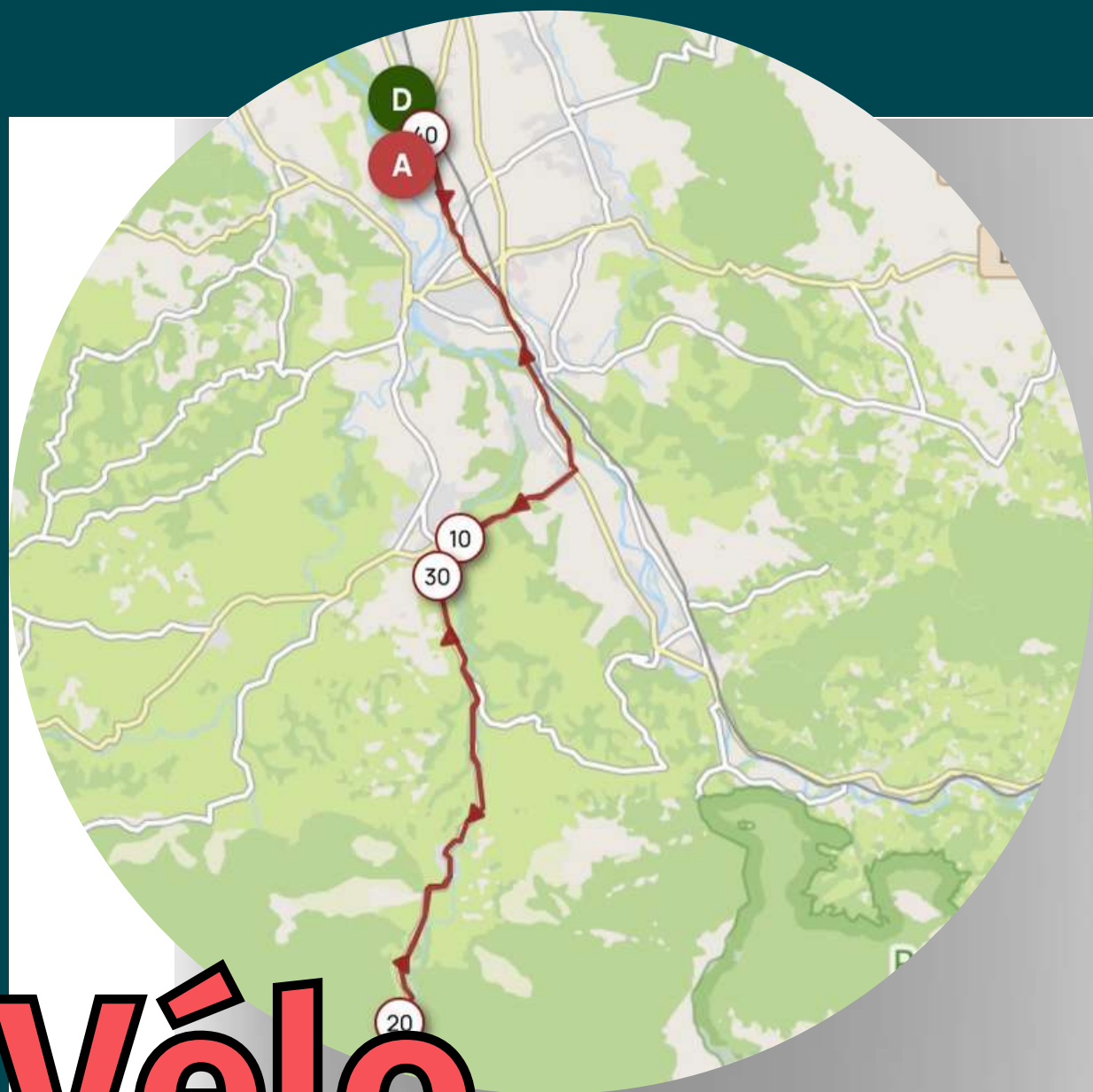


Le parcours natation fait : 1500 m, il consiste en une première boucle de 1000 m, une sortie à l'Australienne, avec un passage sur une plateforme, avec plongeon derrière, et une seconde boucle de 500 m, le dénivelé ne devrait pas vous inquiéter...

Natation

>> **Départ: 08h30** <<

Triathlon M



Le parcours vélo fait : 40 km, vous aurez un aperçu du parcours du L, peut-être pour attiser votre curiosité ?! Vous nous en direz des nouvelles !

L'an dernier, le premier cycliste était revenu avant 10h00... Ferez-vous mieux ?

Vélo

15ème
TRIATHLON DE BAUDREIX

[Retourner à la table des matières](#)

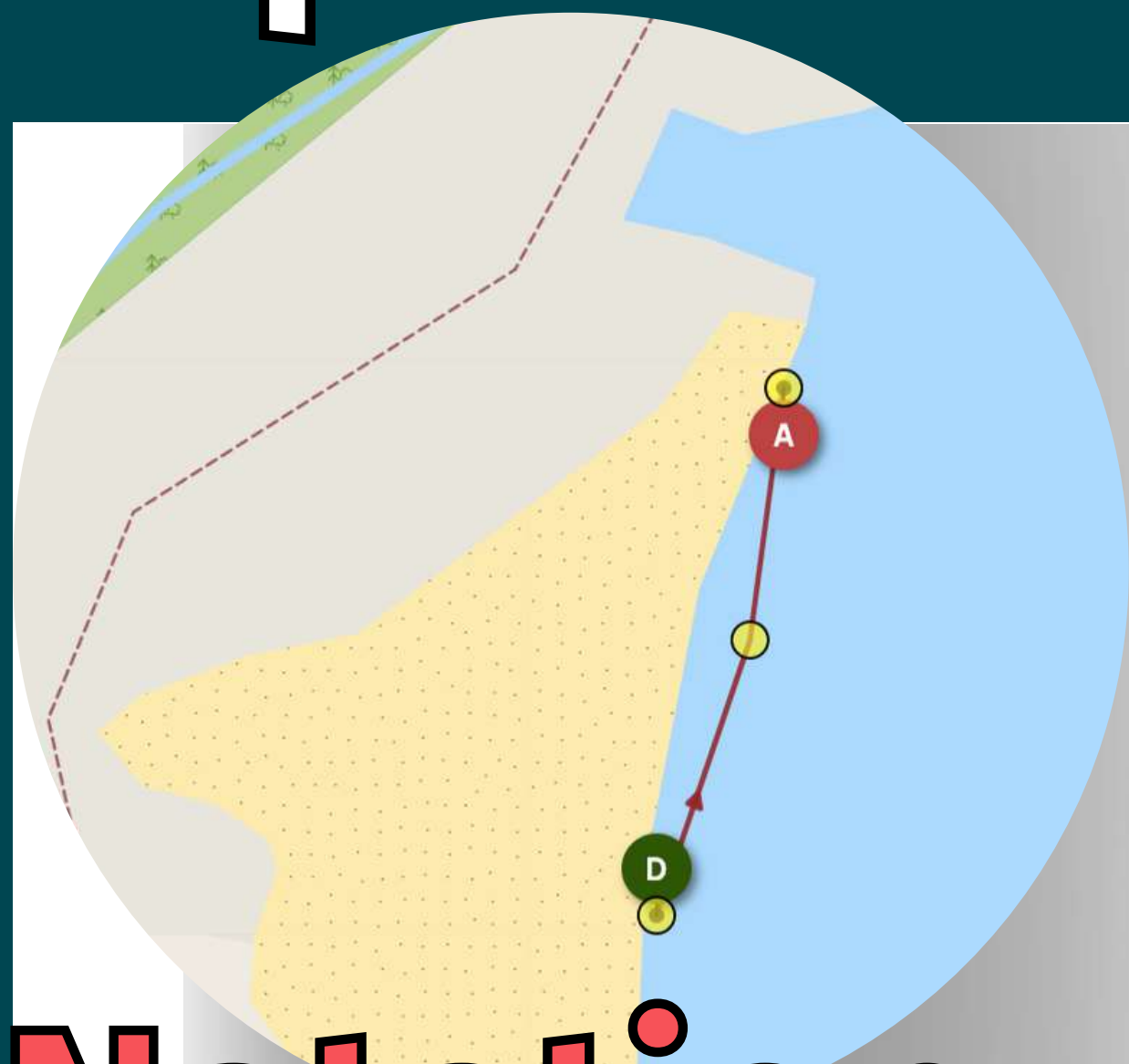
Triathlon M



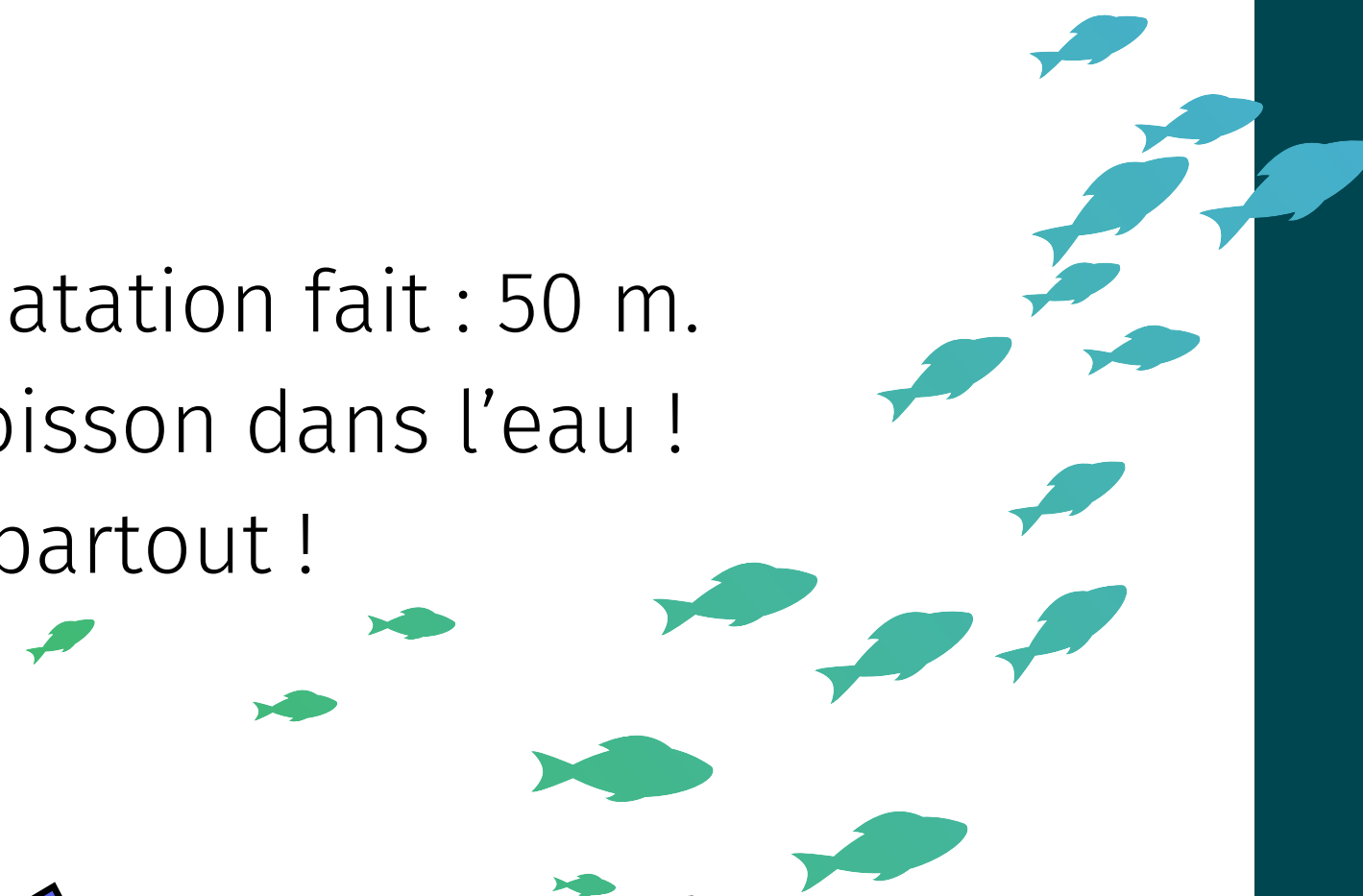
Le parcours cap fait 10 km,
il s'agit d'un aller-retour, à faire deux fois.

Course à pied

Aquathlon 6-9



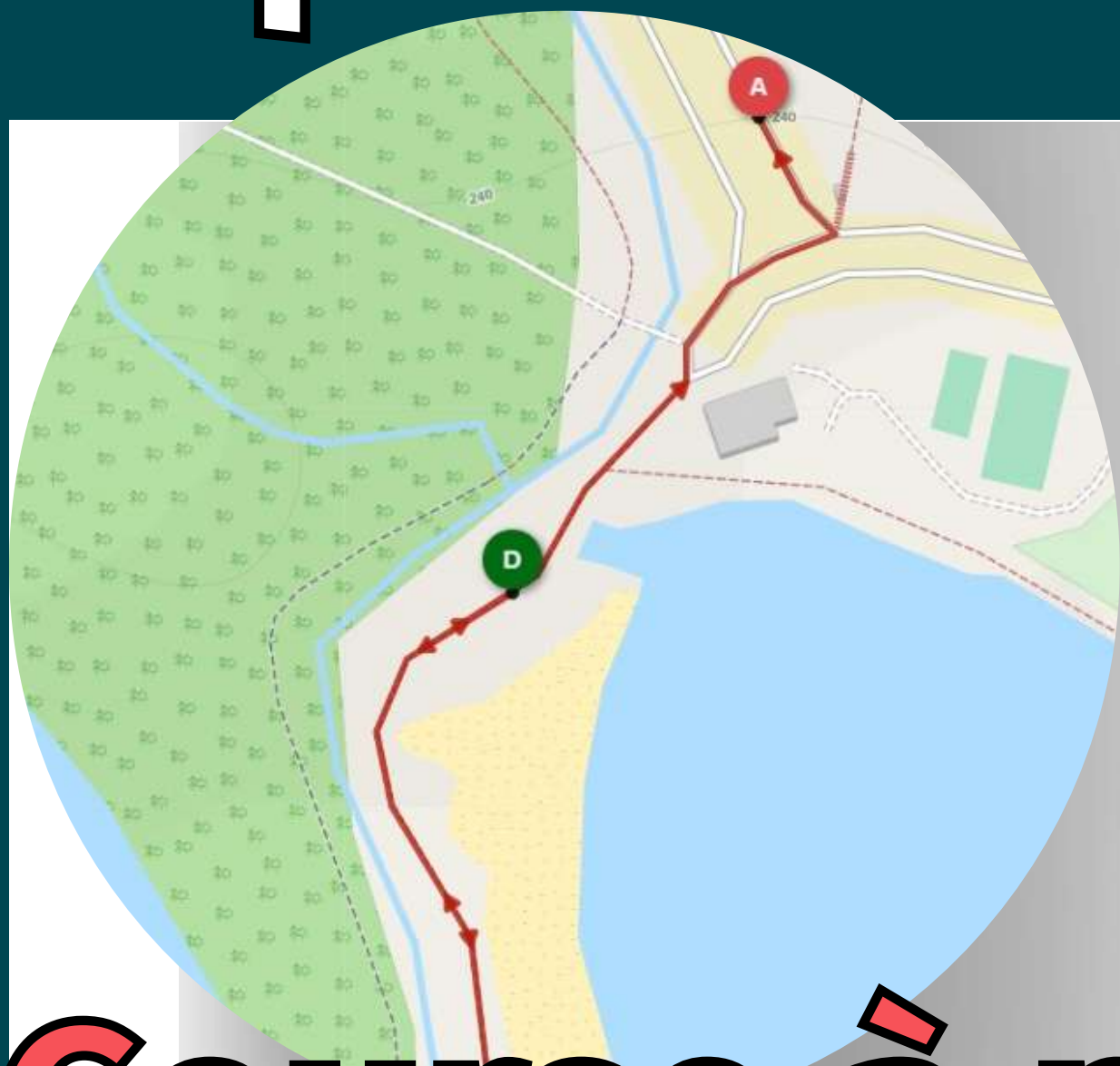
Le parcours natation fait : 50 m.
Comme un poisson dans l'eau !
Et tu as pied partout !



Natation

>> Départ: 12h45 <<

Aquathlon 6-9



Le parcours cap fait : 500m.
En mode lièvre ou en mode tortue ?

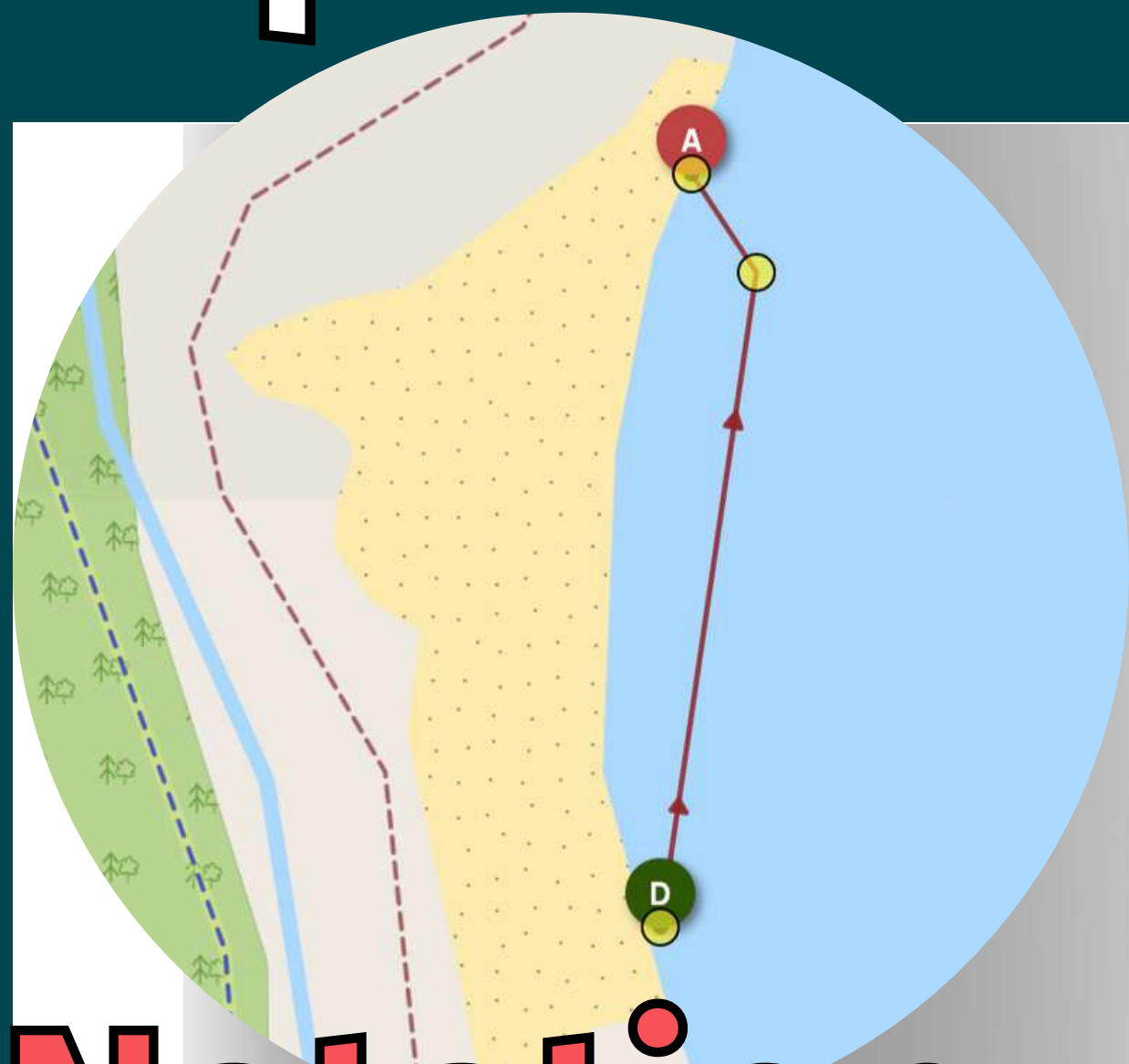
Course à pied

15ème
TRIATHLON DE BAUDREIX



[Retourner à la table des matières](#)

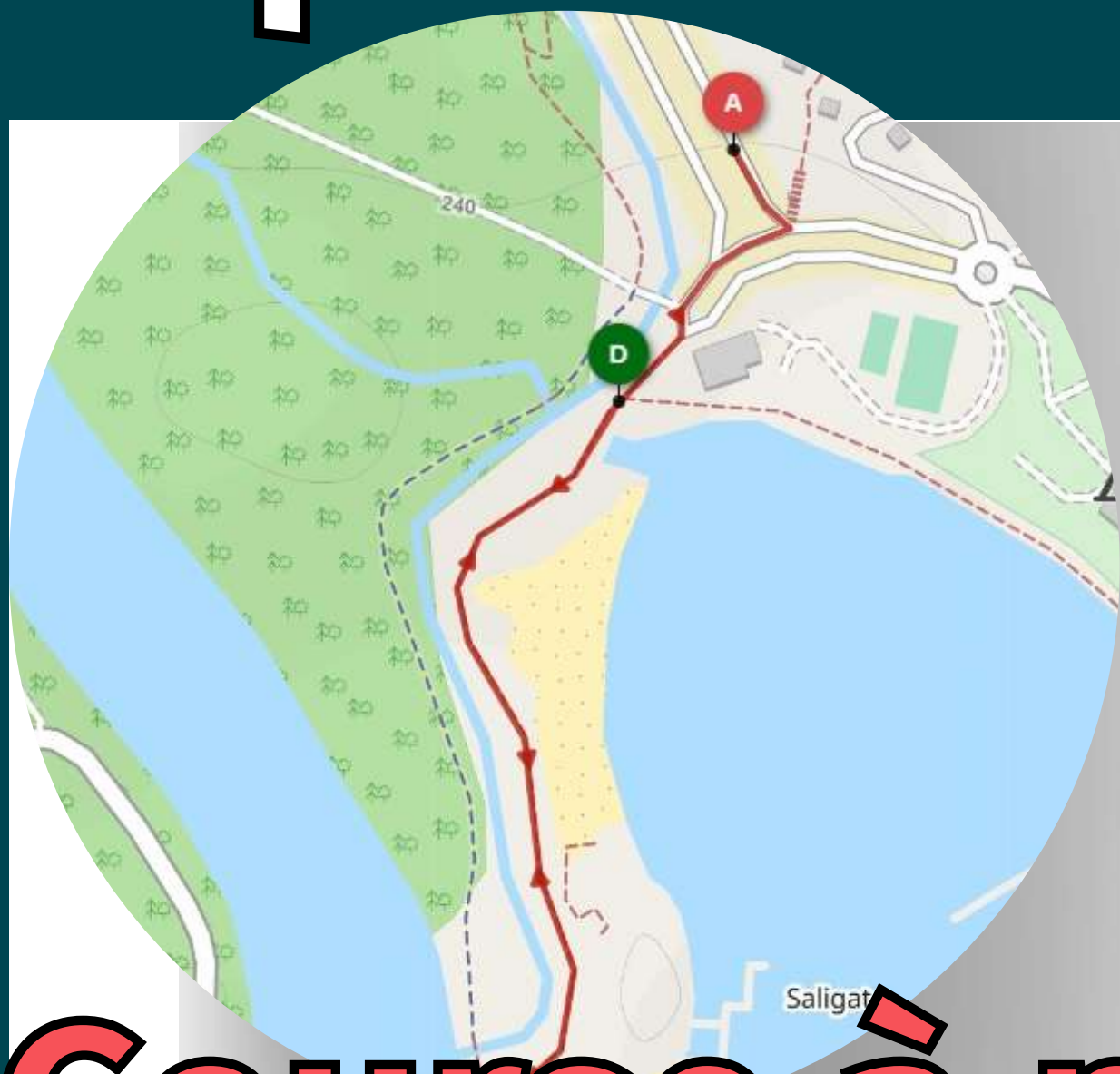
Aquathlon 8-11



Le parcours natation fait : 100m.
Comme un poisson dans l'eau !

>> Départ: 13h15 <<

Aquathlon 8-11



Le parcours cap fait : 1000m.
En mode lièvre ou en mode tortue ?

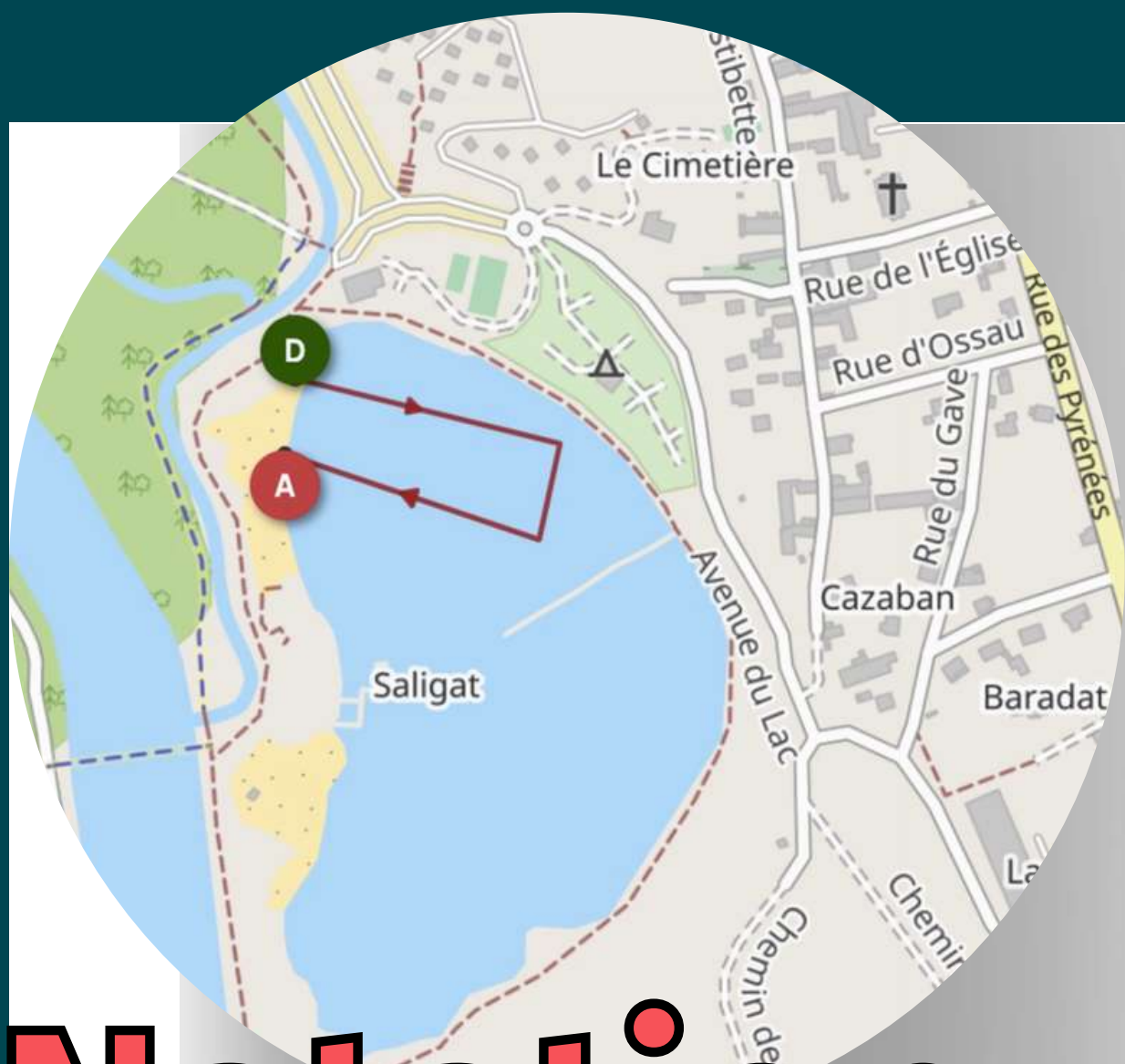
Course à pied

15^{ème}
TRIATHLON DE BAUDREIX



[Retourner à la table des matières](#)

Triathlons XS



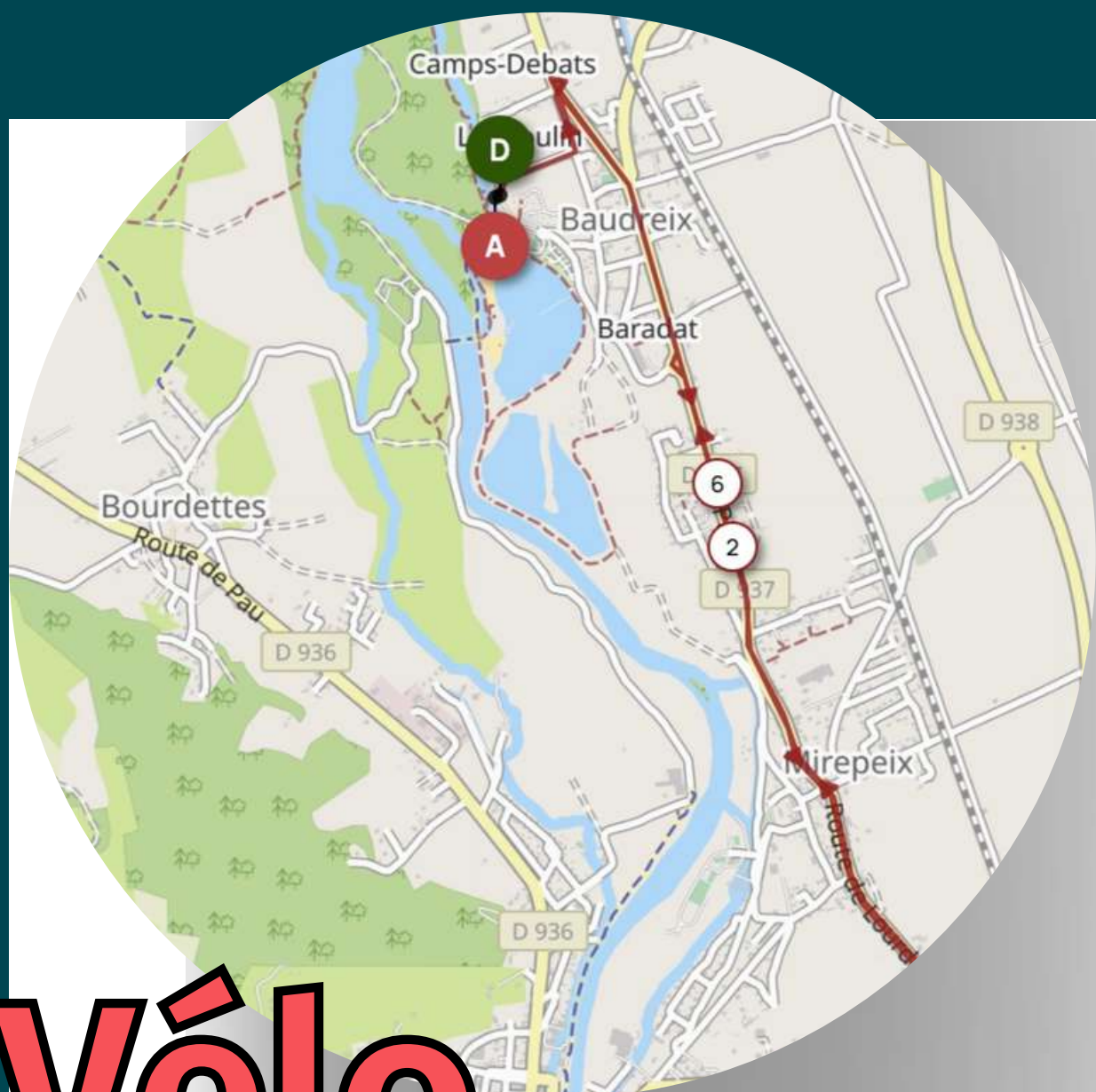
Le parcours natation fait : 400 m, il consiste en une seule et unique boucle de 400 m, et le dénivelé ne devrait pas vous inquiéter...

L'an dernier, le premier nageur a mis moins de 5 petites minutes... Ferez-vous mieux ?

Natation

>> **Départ: 14h00** <<

Triathlons XS



Le parcours vélo fait : 8 km, très roulant, vous allez aimer !

L'an dernier, le premier cycliste était revenu dans les trente minutes après le départ de la course...

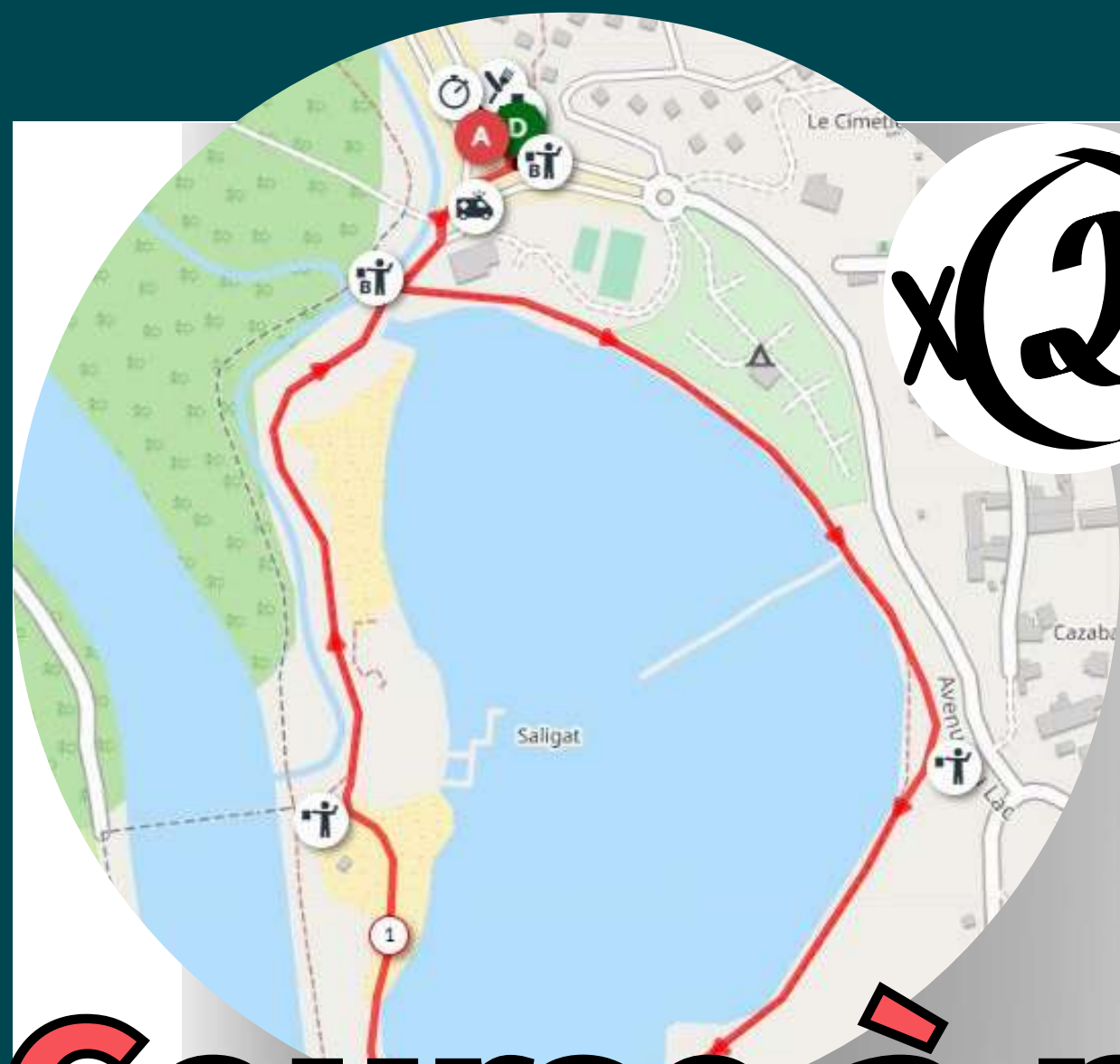
Ferez-vous mieux ?

Vélo

15ème
TRIATHLON DE BAUDREIX

[Retourner à la table des matières](#)

Triathlons XS



x2

Le parcours cap fait : 2,5 km

Il s'agit de deux boucles autour de la première partie du lac de Baudreix.

Course à pied

CONSIGNE

*Une consigne sera mise à votre disposition au niveau du ravitaillement final.
Merci d'utiliser l'étiquetage fourni pour identifier vos affaires.*



Charte verte



- je veille à mettre mes déchets dans la bonne poubelle
- j'encourage mes potes à faire pareil

Vive le tri !

VOUS ÊTES BÉNÉVOLES



ou souhaitez le devenir ?

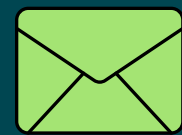
N'hésitez pas à vous inscrire sur ce
lien vers notre plateforme



Si vous êtes déjà inscrit-e-s,
rendez-vous sur site !

Contact

N'hésitez pas à nous contacter !



contact@latribu64.fr



Réseaux sociaux:
[@latribu64](https://www.instagram.com/latribu64)



Delphine - Directrice de course

07.64.50.03.12

contact@latribu64.fr



Cécile - Responsable bénévoles

06.98.11.68.96

contact@latribu64.fr



Delphine et Claire - Responsables inscriptions

06.47.33.86.02 & 06.10.57.11.26

inscriptions@latribu64.fr