

# TRIATHLON LAUSANNE



**26-27 AOÛT 2023**

VAUDE



LAUSANNE  
CAPITALE OLYMPIQUE



Inscriptions  
[www.trilausanne.ch](http://www.trilausanne.ch)

## GUIDE DES ATHLETES

Catégories Kids 12-13

Version du 21.08.2023

## 1. Introduction

Ce document a pour but de vous renseigner et de répondre à vos éventuelles questions quant à votre participation ou la participation de votre enfant à la 29<sup>ème</sup> édition du Triathlon de Lausanne. Ce document s'adresse tant aux néophytes qu'aux triathlètes plus expérimenté·e·s.

## 2. Horaires

### Samedi 26 août

10h00-13h00	Remise des dossards Kids 12-13 ans
<b>11h00</b> - 13h00	Ouverture de la zone de transition sur la place de Bellerive
13h20	Ouverture de la rampe d'accès au départ
13h25	Briefing d'avant course <b>sur le quai du vent blanc</b>
13h30	Départ Kids G 12-13
13h32	Départ Kids F 12-13
14h15	Podiums
<b>14h00 – 15h30</b>	Check-out zone de transition Kids 12-13 ans

## 3. Remise des dossards

Il faut prévoir suffisamment de temps pour retirer le dossard de votre enfant et s'installer en zone de transition. Aussi, il faudra retirer son dossard au plus tard 45min avant le départ de votre épreuve. Idéalement, comptez **1h15-1h30**.

La remise des dossards se fera sous la tente au village du triathlon qui se situera sur le parking de la piscine de Bellerive. La présentation du numéro de dossard ainsi qu'éventuellement de la confirmation d'inscription (mail ou papier) facilitera le travail des bénévoles lors de la remise des dossards.

Dans l'enveloppe qui vous est remise avec le dossard de votre enfant, vous trouverez :

- La puce de chronométrage à placer à sa cheville gauche
- 3 autocollants à placer sur son casque, un de chaque côté et un devant
- Un grand autocollant à placer sous la selle de son vélo
- Un bonnet de natation

Vous pouvez également prendre un élastique afin que votre enfant puisse effectuer les épreuves de cyclisme et course à pied avec son dossard à la taille.

Le prix souvenir pourra également être retiré aux dossards sur présentation du coupon qui est attaché au dossard. **Il pourra également être retiré au stand info ou au bar.**

Vous pouvez retirer le dossard d'un tiers sur présentation de sa carte d'identité.

## 4. Accès à la zone de transition (parc de change)

Une fois que votre enfant est en possession de son dossard et de sa puce de chronométrage lui donnant accès au site de la manifestation, il ou elle peut accéder à la zone de transition qui se trouve sur la place de Bellerive pour les Kids 12-13.

Seul·e l'athlète a le droit d'entrer dans la zone de transition. Des bénévoles seront présent·e·s pour aider vos enfants dans cette zone.

Condition d'accès à la zone de transition :

- Porter la puce de chronométrage à la cheville gauche
- L'entrée se fait avec le casque (avec les 3 autocollants collés) attaché sur la tête pour que les arbitres puissent contrôler qu'il soit bien réglé.
- Vous devez également présenter le dossard de façon visible.
- Votre autocollant doit être placé sous la selle du vélo

Une fois en zone de transition, votre enfant doit prendre le temps nécessaire pour installer son matériel. Il doit visualiser son emplacement et son cheminement depuis la sortie natation ainsi que depuis la ligne de marquage au sol à l'entrée de la zone de transition pour l'épreuve vélo. Prendre un point de repère peut l'aider afin de ne pas perdre du temps lors de la phase de transition

## 5. Déroulement de l'épreuve

### 5.1 Natation

Pour les Kids 12-13, le départ de l'épreuve natation sera donné depuis la plage (vers la pataugeoire des enfants de la piscine de Bellerive). L'accès se fera via l'entrée de la rampe à côté du quai du Vent-Blanc. L'accès sera autorisé uniquement aux participant.e-s en possession de la puce à la cheville gauche ainsi que du bonnet remis avec son dossard.

Prévoyez 10 minutes depuis la zone de transition pour accéder au départ. Vous devez y être à **13h25** pour assister au briefing d'avant course **au Quai du Vent Blanc**. La rampe d'accès ouvre à 13h20.

Le bonnet de natation doit obligatoirement être porté lors de cette épreuve. Chaque catégorie aura une couleur de bonnet spécifique qui sera appelée par le speaker. Votre enfant est obligé de prendre le départ avec sa vague de départ.

L'épreuve de natation est sécurisée.

Les distances à parcourir sont indiquées sur les plans à la fin du document.

L'échauffement dans les bassins de la piscine de Bellerive est interdit sous peine de disqualification immédiate.

### Accès à la zone de départ catégories Kids 12-13



## 5.2 Vélo

Tous les types de vélos sont autorisés pour les épreuves Kids.

Une fois en zone de transition, votre enfant doit mettre son dossard autour de sa taille, attacher son casque, mettre ses lunettes et ses chaussures. Votre enfant doit courir à côté de son vélo jusqu'à la ligne de sortie du parc de change. **Après** avoir franchi cette ligne, il ou elle peut monter sur son vélo.

Le parcours vélo est entièrement fermé à la circulation.

Une fois les boucles en vélo effectuées, votre enfant ne doit pas oublier de descendre de son vélo juste avant la ligne de marquage au sol. Après cette ligne il ou elle doit pousser son vélo jusqu'à sa place en zone de transition. Il ou elle ne doit décrocher son casque qu'après avoir posé son vélo à sa place en zone de transition.

Votre enfant va parcourir deux boucles selon les distances indiquées sur les plans ci-dessous.

## 5.3 Course à pied

Une fois son vélo posé en zone de transition, votre enfant ressort de la zone de transition pour débiter son parcours de course à pied.

Par rapport à 2022, le parcours a été modifié. Cette année, le demi-tour se fera au niveau du palmier placé sur le tapis noir proche de la ligne d'arrivée. Parcours total de 1.7km.

Un ravitaillement se trouvera sur la boucle de course à pied.

Pensez à courir avec votre dossard à l'avant. Vous êtes responsable de compter vos tours.

Avec ce nouveau parcours, n'hésitez pas à conseiller votre famille et vos ami-es de venir prendre place dans les gradins pour encourager votre enfant et mettre une belle ambiance dans ce stadium d'arrivée lausannois.

## 5.4 Arrivée

A la fin de son deuxième tour de course à pied, lorsque votre enfant passera pour la 2<sup>ème</sup> fois à côté du palmier, il doit continuer tout droit pour rallier l'arrivée. Un gradin est ouvert au public. N'hésitez pas à y prendre place pour applaudir les enfants participants aux différentes épreuves.

Après la ligne d'arrivée, il ou elle aura un ravitaillement boisson et les 1<sup>er</sup> secours. La sortie de la zone d'arrivée est définitive, votre enfant ne pourra pas y retourner.

## 5.5 Check-out

Pensez à aller chercher rapidement son équipement en zone de transition.

L'accès à la zone de transition se fait sur présentation de **sa puce de chronométrage et de son dossard**.

En sortant de la zone de transition avec son vélo, pensez à rendre sa puce de chronométrage, sans quoi celle-ci vous sera facturée

## 6. Informations diverses

### 6.1 Douches

Des douches sont à disposition des athlètes dans l'enceinte de la piscine de Bellerive.  
L'entrée à la piscine est à CHF 3.-/enfant.

### 6.2 Accès et parking

Les automobilistes sont priés de respecter la signalisation routière.

Voici les différentes possibilités de parking :

- Av. des Figuiers et Av. de Cour, accessibles depuis le giratoire de la Maladière ;
- Parking du Bourget, accessible depuis la Rte de Chavanne - Chemin du Bois-de-Vaux - Route de Vidy ;
- Parking du Bourget Nord, accessible depuis la Route Cantonale - Route de Vidy ;
- Avenue Edouard Dapples ;
- Parking P+R Lausanne Vennes et descente à Ouchy en M2 ;
- Parking de l'UNIL, puis venue en vélo sur le site ;
- Parking souterrain d'Ouchy, attention à la hauteur

# TRIATHLON LAUSANNE

26 - 27 AOÛT 2023

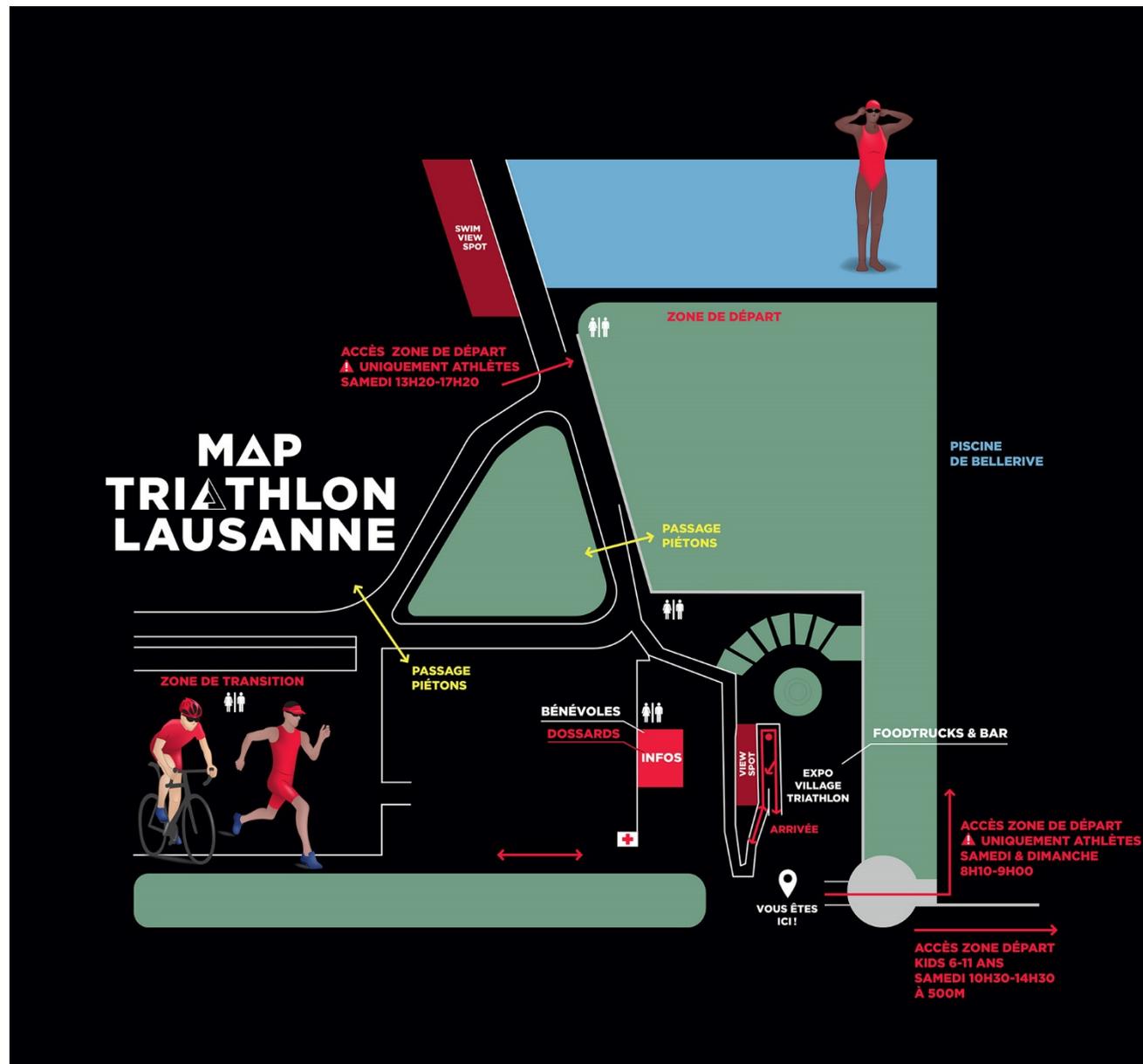
**KIDS 12-13**  
**SAMEDI 26 AOÛT**  
**DÉPART G 13H30**  
**DÉPART F 13H32**

-  NATATION 1 X 200 M
-  VÉLO 2 X 5 KM
-  COURSE À PIED 2 X 1.7 KM

-  VILLAGE EXPO
-  DÉPART
-  ARRIVÉE

-  TRANSITION
-  PREMIER SECOURS

-  VESTIAIRES  
BELLERIVE
-  MÉTRO  
OUCHY



Le comité d'organisation vous souhaite  
une bonne course et beaucoup de plaisir !