

# Triathlon d'Aiguebelle

Présenté par Agnico-Eagle

## Guide de l'athlète

10 août 2024

Parc National D'Aiguebelle, Abitibi-  
Témiscamingue



## BIENVENUE

Le club TriOsisko Triathlon est heureux de vous accueillir au Triathlon D'Aiguebelle. La SÉPAQ est l'hôte de cet événement C'est grâce à la SÉPAQ et de tous les bénévoles qu'il est possible de tenir l'événement au coeur du parc National d'Aiguebelle.

Nous vous souhaitons une bonne compétition!

L'équipe du Triathlon d'Aiguebelle

**\*\*\*\*\*Message important\*\*\*\*\***

**Le Stationnement est à 1,5km du site de compétition!!!!!!**

**Prévoir une marche de 20-25 min!!!!!!!**

**Nous vous recommandons d'apporter votre matériel dans un grand sac à dos. PAS DE BOITE.**

Service de navette avec support à vélo disponible pour les personnes à mobilité réduite et les jeunes enfants.



## Table des matières

1	HORAIRE42AVANT	LA	COMPÉTITION
	5		
2.1	Inscription et contact		5
2.2	Hébergement		5
3	LE MATIN DE LA COMPÉTITION		5
3.1	Indications routières		5
3.2	Covoiturage		6
3.3	Stationnement		6
3.4	Récupération de la trousse de l'athlète et marquage		7
3.5	Zone de transition		7
3.6	Réunion d'avant course		7
4	PARCOURS		8-16
5	RÈGLEMENTS		17
6	SÉCURITÉ ET PREMIERS SOINS		18
7	APRÈS LA COMPÉTITION		18
8	RÉSULTATS		18
9	SERVICES SUR LE SITE DE COMPÉTITION		18
10	ÉVÉNEMENT ÉCO RESPONSABLE		18

# 1 HORAIRE

## 1.1 Samedi 10 août 2024

Heure	Activités	Lieu
9h00	Ouverture du site de compétition, Enregistrement et remise de la trousse de l'athlète	Tente d'accueil
10h25	Réunion d'avant course Duathlon	Tente d'accueil
10h40	Réunion d'avant course Triathlon sprint solo et équipe	Tente d'accueil
<b>10h55</b>	<b>Fermeture du chemin Aiguebelle 14 et 1</b>	
10h55	Départ duathlon sprint	Ligne d'arrivée
11h00	Départ triathlon sprint femme et équipe	Quai
11h05	Départ triathlon sprint homme	Quai
<b>12h30</b>	<b>Ouverture du chemin Aiguebelle 1</b>	
<b>13h10</b>	<b>Ouverture chemin Aiguebelle 14</b>	
13h30	Podium Sprint et duathlon	Tente d'accueil
13h45	Enregistrement Super sprint,U13-U15,Découverte,Jeunesse 1-4	Tente d'accueil
14h30	Réunion d'avant course U13-U15, super sprint, découverte	Tente d'accueil
14h45	Réunion d'avant course Jeunesse 1-2-3-4	Tente d'accueil
<b>15h00</b>	<b>Fermeture chemin Aiguebelle 14 et 1</b>	
15h00	Départ U13-U15, Découverte, Super sprint	Quai
16h00	<b>Ouverture Chemin Aiguebelle 1</b>	
16h00	Enregistrement Aquathlon enduro	Tente d'accueil
16h00	Départ Jeunesse 1	Plage
16h05	Départ Jeunesse 2	Quai
16h25	Départ Jeunesse 3	Quai

16h30	Départ Jeunesse 4	Quai
16h35	Podium U13-U15, Découverte, Super sprint	Tente d'accueil
16h45	Réunion avant course Aquathlon enduro	Tente d'accueil
17h00	<b>Ouverture du chemin Aiguebelle 14</b>	
17h00	Départ Aquathlon enduro	Quai
18h15	Podium Aquathlon, Le « Brian Adams » et la triple Couronne	Tente d'accueil

## 2 AVANT LA COMPÉTITION

### 2.1 Inscription et contact

Inscrivez-vous en ligne sur le site web de l'événement

<https://triosiskotriathlon.club/triosisko/triathlon-daiguebelle/>

Pour toute information, écrivez-nous à l'adresse courriel [triosisko.triathlon@gmail.com](mailto:triosisko.triathlon@gmail.com)

### 2.2 Hébergement

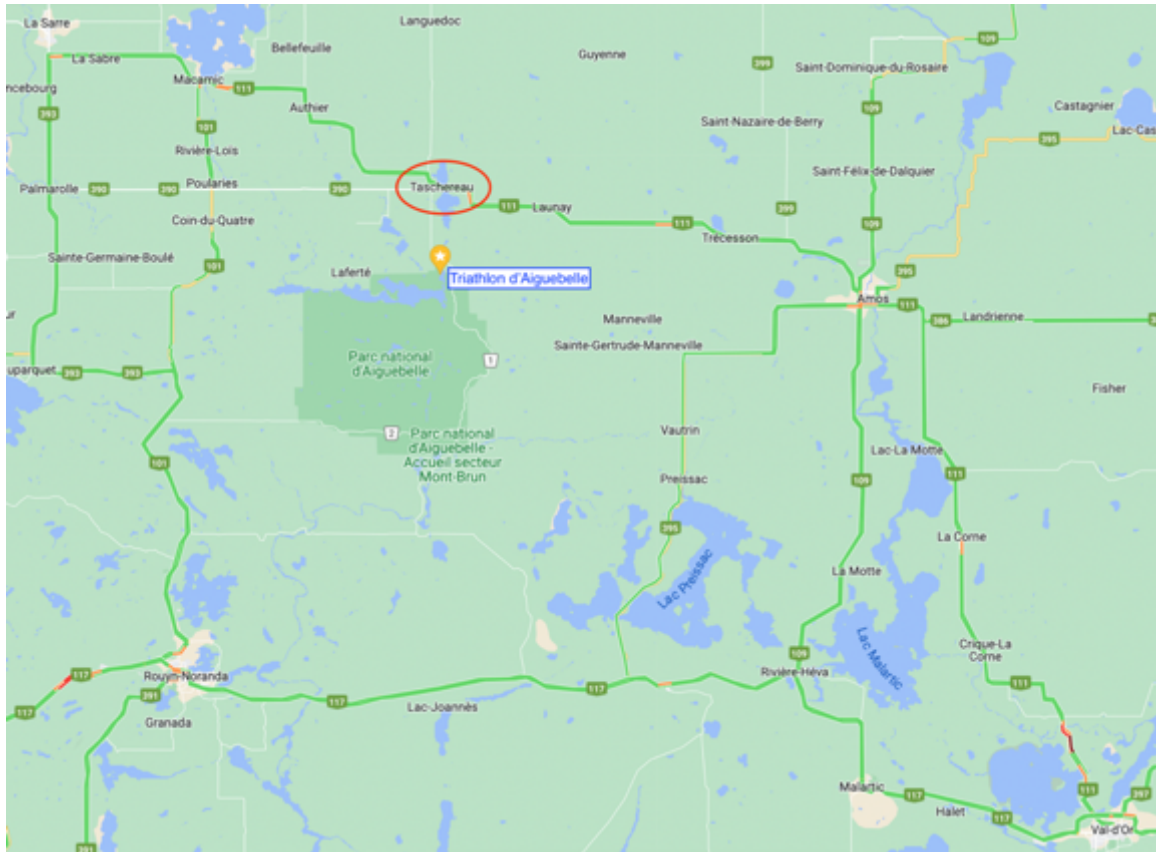
Le triathlon a lieu au Parc National d'Aiguebelle **camping OJIBWAY** secteur Taschereau.

Pour Réservez un site au Camping Ojibway, **vous ne pouvez utiliser le site de la SEPAQ.** On a tout bloqué pour vous. **VOUS DEVEZ APPELER AU (819) 637-2480 #6002**

Pour toutes autres réservations dans le parc, rendez-vous sur le site web de la SEPAQ

## 3 LE MATIN DE LA COMPÉTITION

### 3.1 Indications routières, Camping Ojibway Centre de Services de Taschereau



\*\*\*Attention, le chemin d'Aiguebelle 14 et 1 sont fermées par période durant la compétition, voir horaire plus haut\*\*\*. ([Lien Google Maps](#))

Le site de compétition est situé aux distances suivantes des principales villes de la région :

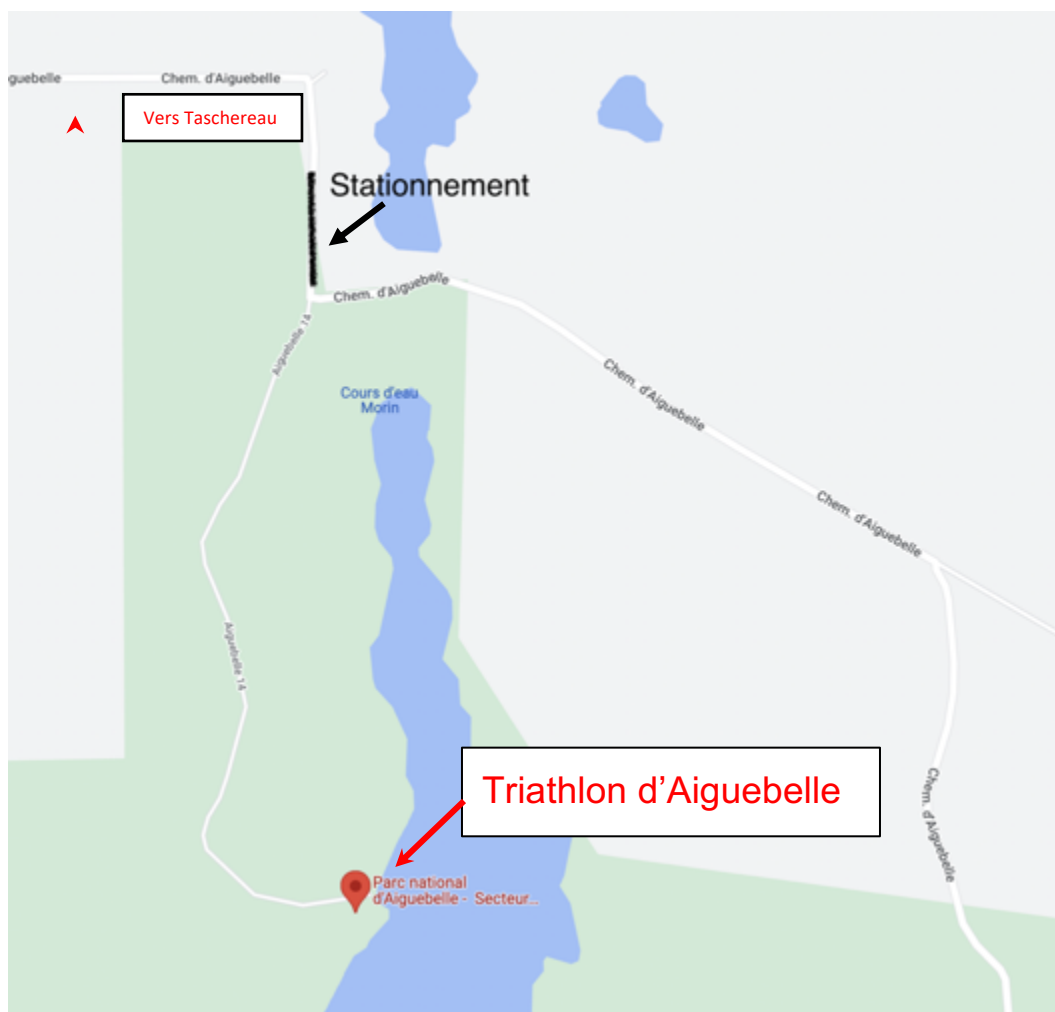
- [Rouyn-Noranda](#) : via route 101 nord puis 390 Est vers Taschereau, 86km soit 1h04
- [Amos](#) : 60km via route 111-N puis 390, soit 50min
- [Val-d'or](#) : via route 111N en passant par Taschereau, 127 km soit 1h33
- [La Sarre](#) : via 111S puis 390, 63km en passant par Taschereau soit 52 minutes
- [Ville-Marie](#) : 213km soit 2h28
- [Timmins](#) : 227km soit 2h37

### 3.2 Covoiturage

Nous vous encourageons à covoiturer pour vous rendre au stationnement du site de compétition

### 3.3 Stationnement

Vous devez vous stationner sur le chemin d'Aiguebelle (cf plan) et vous rendre au site de compétition en vélo ou à pied sur le chemin d'Aiguebelle 14 (1,5km). Un service de navette avec support à vélo sera disponible pour les personnes à mobilité réduite et les enfants.



### **3.4 Récupération de la trousse de l'athlète et marquage**

L'enregistrement, la récupération de la trousse de l'athlète (dossard et puce), le marquage des athlètes se fera à la tente d'accueil selon l'horaire le matin de la compétition.

### **3.5 Zone de transition**

Seuls les athlètes et les entraîneurs ont accès à la zone de transition. Pour Jeunesse 1-2-3-4, un membre de la famille peut les accompagner.

### **3.6 Réunion d'avant-course**

La réunion d'avant-course a lieu entre 15 et 30 minutes avant le début de l'épreuve selon l'horaire.

## 4 PARCOURS

Consulter le site [web](#) pour les tracés

### 4.1 Distances

Distances triathlon	Natation	Vélo	Course
Jeunesse 1	25m	500m	250m
Jeunesse 2	50m	1.5km	500m
Jeunesse 3	100m	3km	1km
Jeunesse 4	200m	3km	2km
Découverte	375m	10km	2,5km
supersprint	375m	10km	2.5km
U13-U15	375m	10km	2.5km
Sprint	750m	20km	5km
Aquathlon	375m-200m-200m	-	1,6km-1,6km-1,6km

Distance Duathlon	Course	Vélo	Course
Sprint	5km	20km	2.5km

## 5 RÈGLEMENTS

Le triathlon d'Aiguebelle est un événement sanctionné par Triathlon Québec. Tous les règlements de Triathlon Québec s'appliquent. Pour consulter, visitez le site <http://www.triathlonquebec.org/>

Toute infraction à ces règlements peut entraîner une pénalité ou la disqualification de l'athlète par les officiels de Triathlon Québec.

Une conduite antisportive entraîne aussi la disqualification du participant. Vous pouvez consulter le code d'éthique de l'athlète.

Des précisions sur les parcours et les règlements vous seront transmises lors de la réunion d'avant course. Votre présence est **requis**e pour assurer le bon déroulement de la course.

### Natation

Les objets de flottaison sont autorisés pour les catégories Jeunesse 1-2-3-4. Un participant des catégories supérieures qui désire avoir un objet de flottaison doit aviser l'organisation. Son temps sera enregistré mais il ne pourra pas compter pour un podium.

La combinaison isothermique (wetsuit) sera permise en fonction des règlements de Triathlon Québec

Veuillez-vous référer aux règlements de Triathlon Québec au lien suivant : <https://www.triathlonquebec.org/officiels-et-organiseurs/reglements/>

### Vélo

Le sillonnage est interdit.



Les écouteurs ou tout appareil permettant la communication ou pouvant potentiellement déranger l'attention de l'athlète est interdit.

Le parcours de vélo est fermé à la circulation. Tout type de vélo peut être utilisé à condition d'être conforme aux exigences de Triathlon Québec. Il est possible qu'un officiel vous demande de retirer un item de votre vélo si cela est potentiellement dangereux.

### **Course**

Les écouteurs ou tout appareil permettant la communication ou pouvant potentiellement déranger l'attention de l'athlète est interdit.

Les points de ravitaillement d'eau seront placés aux 1.25km de la course à pied pour le sprint et duathlon et aux 600 m pour les distances plus courtes

## **6 SÉCURITÉ ET PREMIERS SOINS**

Les premiers soins seront assurés par la patrouille de ski et par des sauveteurs. Des kayaks accompagneront les athlètes durant la natation.

## **7 APRÈS LA COMPÉTITION**

### **7.1 Collation d'après-course**

Des rafraîchissements et des collations seront offerts aux athlètes. Aucune bouteille d'eau ne sera distribuée sur le site.

## **8 RÉSULTATS**

Le chronométrage est automatisé avec Zone 4 avec puce à la cheville. Assurez-vous de bien fixer le velcro APRÈS avoir enfilé votre combinaison isothermique.

## **9 SERVICES SUR LE SITE DE LA COMPÉTITION**

- Accueil/enregistrement
- Tente de dépôt de sac et de vélo
- Tente de Premiers soins
- Eau sur le parcours de course à tous les 1,25km pour les athlètes
- Animation
- Collation d'après-course pour tous les participants (tente nourriture)
- Bloc sanitaire
- **REMP LISSEZ VOS BOUTEILLES D'EAU À LA MAISON SVP.** Il y a parfois des problèmes d'approvisionnement en eau sur le site.

## **10 ÉVÉNEMENT ÉCORESPONSABLE**

Le triathlon d'Aiguebelle fait des efforts pour diminuer son empreinte écologique.

- Nous récupérons les matières recyclables
- Nous récupérons les matières compostables

- Nous n'utilisons pas de bouteille de plastique.
- Nous réutilisons les dossards, les enveloppes, les épingles de sûreté.