CMAC

GROUPE MINIER CMAC–THYSSEN MINING GROUP

Guide du participant

TABLE DES MATIÈRES

Table des matières 02

Forêt récréative de Val-d'Or 03

Horaire/ Distances 04

Parcours 05

Règlements 06

Ravitaillement 07

Partenaires 08

FORÊT RÉCRÉATIVE DE VAL-D'OR

Chalet d'accueil

- Informations diverses
- Dossards et puces
- Toilettes et douches
- Salle de fartage

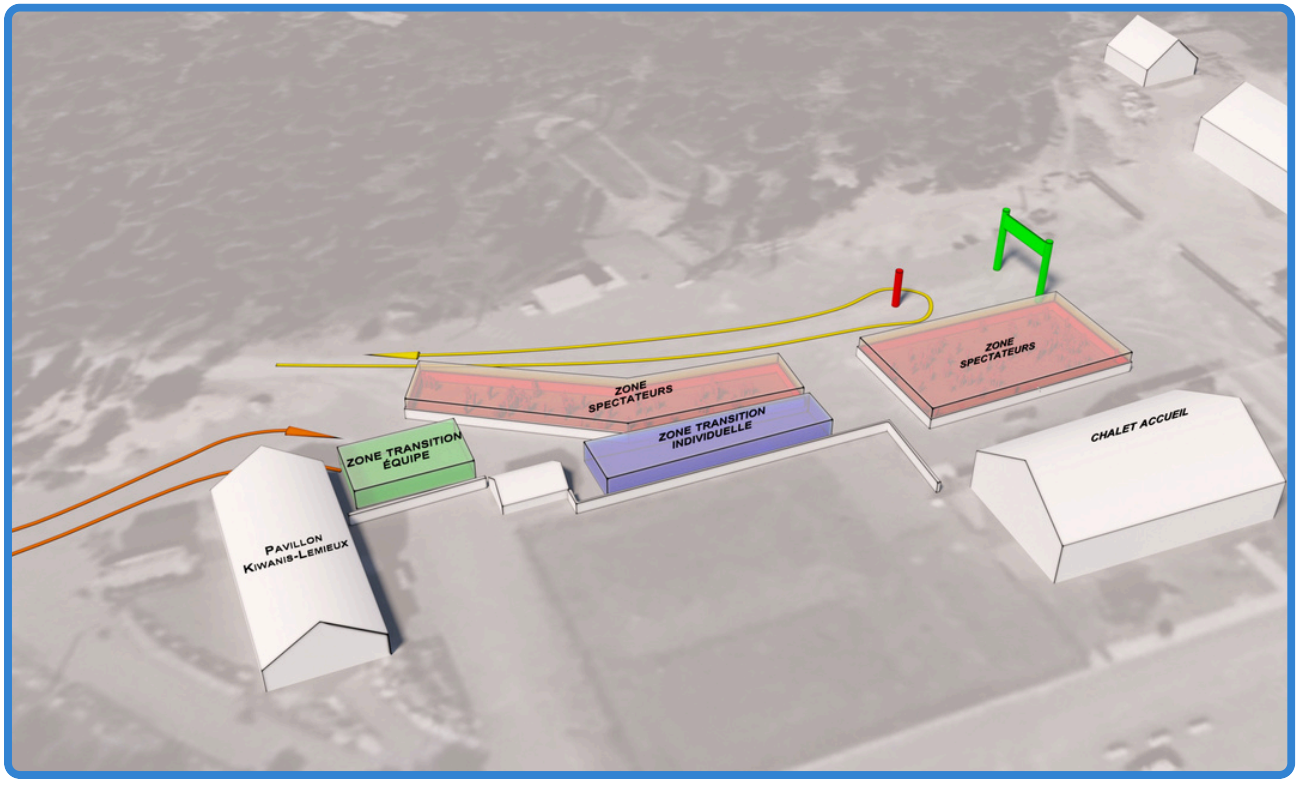
Chalet d'accueil

- Location raquettes et skis
- Récupération lames nordiques et raquettes

Pavillon Kiwanis-Lemieux

- Toilettes
- Location de casques et patins

Plan du site



HORAIRE

Remise dossards et puces: 8h30 à 10h 15
Départ Mini triathlon: 10h00
Départ Demi-Triathlon: 10h45
Départ Triathlon:10h45
Départ Défi des Entreprises: 10h45
Dîner et prix de présences: 12h00

DISTANCES

Mini triathlon

Raquette: 1 km
Patin: 1 km
Ski de fond: 1 km

Demi-triathlon
Défi des Entreprises

Raquette: 2.5 km (1 boucle)
Patin: 5 km (3 boucles)
Ski de fond: 4 km (1 boucle)

Triathlon complet

Raquette: 5 km (2 boucles)
Patin: 10 km (6 boucles)
Ski de fond: 8 km (2 boucles)

PARCOURS

13
4
4b
CHEMIN DE L'AÉROPORT
CHALET ACCUEIL
FORCE G
MACH 1
SENTIER DE GLACE
1 boucle
Raquette 2.5km
Patin 1.7km
Ski de fond 4km
TRIATHLON D'HIVER
CMAC

RÈGLEMENTS*

- Port du dossard et puce obligatoires
- Tout équipement doit être installé dans la zone de transition.
- Échange de la puce et du dossard dans la zone équipe pour équipe.

- Circulez à droite et dépassez à gauche.
- Énoncez clairement votre intention de dépasser.

- Port du casque obligatoire pour tous
- Attachez votre casque avant de mettre vos patins.
- Enlevez vos patins avant de retirer votre casque.

- Skis, bâtons et dragonnes à la verticale sur le porte-skis
- Dragonnes ne peuvent être sur vos mains avant de récupérer vos skis.

- Quittez la zone de transition avant de mettre vos skis et vos bâtons.
- Patins et bottes permises dans vos pieds pour les équipes.

- *Règlements complets disponibles sur le site web triathlonhiver.ca/reglements

AUCUN RAVITAILLEMENT SUR LE PARCOURS

MERCI À NOS FIDÈLES PARTENAIRES

CMAC

GROUPE MINIER CMAC–THYSSEN MINING

Desjardins

HONDA de Val-d'Or

Cyclotonus