

RÈGLEMENT – TRIALONG BOIS LE ROI

PARTIE NATATION

- Les coureurs partiront à 9H00 en décalé avec les féminines. En fonction du nombre d'inscrits un départ en *Rolling Start* pourra être mis en place.
- Le parcours natation se fait en deux boucles avec une sortie à l'australienne sur la plage.
- Le dossard est à laisser à son emplacement dans le parc à vélo.
- Un ravitaillement en eau sera présent à la sortie de la natation en direction du parc à vélo.
- En fonction de la température de l'eau, la combinaison néoprène sera :

PARTIE NATATION ANNULEE	T° H2O < 12°C
COMBINAISON OBLIGATOIRE	12°C ≤ T° H2O < 16 °C
COMBINAISON FACULTATIVE	16 ≤ T° H2O ≤ 24,5 °C
COMBINAISON INTERDITE	T° H2O > 24,5 °C

PARTIE VELO

- Le parcours vélo est en une seule boucle de 85 kms.
- Plusieurs ravitaillements liquides & solides seront présents.
- Le *drafting* est strictement **INTERDIT**. Des arbitres en moto seront présents tout au long du parcours vélo afin de faire respecter cette règle. Un carton bleu vous sera présenté en cas de drafting, correspondant à une pénalité qui sera à faire lors de la course à pied à la PENALTY BOX (tente matérialisée).
- Trois cartons bleu = un carton rouge = **DISQUALIFICATION**
- Une voiture balais est prévue et suivra le dernier concurrent.
- Pour les relais, l'échange **de la puce** se fera dans le parc à vélo au niveau de l'emplacement attribué.

PARTIE COURSE À PIED

- Le parcours course à pied se fait en 3 boucles de 7 kms.
- Plusieurs ravitaillements liquides & solides seront présents.
- En fonction de la température extérieure, un stand épongeage pourra être mis en place.
- Pour les relais, l'échange **de la puce & du dossard** se fera dans le parc à vélo au niveau de l'emplacement attribué