



Triathlon du Galon d'Or – Samedi 13 mai 2023 –

Chères compétitrices, chers compétiteurs,

Nous vous informons que vous êtes 180 inscrits à prendre le départ pour le Triathlon du Galon d'Or 2023 et nous vous remercions.

Nous souhaitons aussi apporter les dernières consignes suivantes :

- Stationnement :

Le parking de l'embellie vous est totalement réservé, il se situe à environ 600 mètres à pied de l'enceinte générale, 2 WC vous seront mis à disposition. Voir plan.

- Retraits des dossards :

Uniquement au Casino de Ronce-les-Bains. Fortement conseillée le **VENDREDI** de 17h00 à 20h00. Sinon le **SAMEDI** de 8h00 à 10h30.

- Natation :

Coefficient de marée de 48, la pleine mer à 13h09. Départ natation prévu à 12h30 / 12h45. La température de l'eau devrait se situer entre 16° et 18°, le port du bonnet « fourni » et la combinaison seront obligatoires. Le port du dossard pendant la partie natation est fortement déconseillé. Poubelle et bouteilles d'eau seront à votre disposition au départ.

- Vélo :

Route D25 est fermée à la circulation de 12h30 à 17h00, Pensez à prévenir votre entourage de cette information. Un ravitaillement en eau "UNIQUEMENT" sera disponible en haut de la côte du Gardour, dans les deux sens.

- Course à pied :

Vous empruntez une piste cyclable « attention aux usagers », single « attention aux sangliers » et quelques parties sablonneuses... 1 Seul point ravitaillement soit au KM 0-3-9-12 et final. Pas de gobelets au ravitaillement, pensez à votre ECOCUP !

- Parc à vélo :

Un espace de consigne est prévu à l'entrée du parc à vélo, n'oubliez pas d'identifier vos

sacs avec les étiquettes prévues à cet effet.

- Restauration :

Un FOODTRUCK sera sur le parking du Galon d'Or le temps de la course. Il accepte le règlement en espèce et CB.

- Dernier rappel :

La marée n'attend pas !!!! N'attendez pas la dernière minute pour entrer votre vélo dans le parc... l'endroit est magnifique, prenez le temps de le contempler !!! Aussi, vous allez pratiquer votre discipline dans un cadre naturel exceptionnel et protégé. Merci de respecter les Zones de déchets matérialisées tout au long du parcours.

Bonne fin de préparation et à samedi !

Plan d'accueil du Triathlon du Galon d'Or



* parking camping car interdit de 00h00 à 6h00 sur le parking de la plage, aire de camping car sur la commune de La Tremblade (<https://www.la-tremblade.fr/aire-de-campingcar/>)

Programme Triathlon du Galon d'Or

Samedi 13 mai 2023

Ronce-les-Bains, Parking du Galon d'Or.

Retrait des dossards :

- Vendredi 12 mai de 17h00 à 20h00.
- Samedi 13 mai de 8h00 à 10h30.

Ouverture Parc Vélo :

- Samedi 13 mai de 9h00 à 10h50, Parking du galon d'Or.

Causerie d'avant course :

- Organisateur / Arbitre principal : 11h00.

Transfert vers zone de départ :

- Départ vers zone d'embarquement : 11h15
- 1^{er} départ bateau vers Plage de Gatseau : 11h20

Natation :

- Départ : 12h30
- Barriere horaire Natation : 13h30

Course à Pied :

- Barriere Horaire départ du dernier Tour : 17h30
- Fin de la course 19h00

Remise des récompenses :

- A partir de 20h00 au Kiosque à Ronce-les-Bains « A côté de l'office de Tourisme ».

Repas :

- A partir de 19h00 au Parking du Centre Aquatique Charline PICON « Place Brochard »
Service continue jusqu'à 22h00.

Concert :

- De 20h45 à 22h45, Groupe de Rock « WATT »

NB : Ce ne sont que des horaires PROVISOIRES, ceux-ci peuvent évoluer à tout moment