



Règlement de la reconnaissance des parcours : 24 mai 2025

La reconnaissance des parcours n'est pas la course avant l'heure. Il s'agit avant tout d'appréhender la gestion des parcours dans un esprit non compétitif et dans le respect des consignes de sécurité.

Pour des raisons de contraintes sécuritaires, la natation n'est pas concernée par cette reconnaissance. Ne sont donc concernés que les parcours vélo et course à pied. La reconnaissance de la course à pied du L est limitée à 1 boucle (9,3km)

Chaque participant se sera préalablement inscrit en ligne. Un N° de dossard lui sera affecté et marqué sur l'avant-bras

Les consignes de sécurité :

- Port du casque obligatoire à vélo
- Respect d'une distance de sécurité entre chaque vélo
- Respect du code de la route
- Vélo en bon état avec autonomie de réparation le cas échéant
- Chaque concurrent sera marqué de son N° de dossard pour permettre de l'identifier. Le même N° sera indiqué sur le vélo avec une étiquette fournie par l'organisation (type bagage)
- Lors de votre arrivée merci d'émarger sur la liste des inscrits et de vous marquer le N° de dossard sur le poignet à moins que vous ne l'ayez déjà marqué au préalable

Ravitaillement :

- Chaque participant s'assure d'un ravitaillement personnel lui permettant d'être autonome pendant la partie vélo
- Ravitaillement par l'organisation à la transition vélo/course à pied et à l'arrivée de la course à pied

Encadrement :

- La reconnaissance se fait en groupes encadrés par des triathlètes expérimentés. Un briefing de départ exposera le déroulement de la reconnaissance et les règles à respecter. Des points d'arrêt sont prévus pour apporter des conseils et corrections pour la suite de la reconnaissance.
- Un participant qui souhaiterait faire la reconnaissance individuellement et hors encadrement, se signale à l'équipe d'organisation.
- Un parc à vélo gardé est prévu à Obernai ou à Benfeld pendant la course à pied.

Organisation pratique :

- Les personnes qui laissent leur voiture à Benfeld doivent penser à prendre, à vélo, leurs affaires running dans un petit sac à dos
- Les personnes qui laissent leur voiture à Obernai peuvent laisser leurs affaires running dans le fourgon de l'organisation dans un petit sac

Les horaires

- Format XS : RV à Benfeld plan d'eau à 14h45
- Format L : RV à Benfeld plan d'eau à 13h30
- Formats S & M : RV à Benfeld plan d'eau à 15h00 ou 14h00 à Obernai au parking des remparts sous la halle pour départ groupé à vélo vers Benfeld

Rules for the recognition of courses:

The recognition is not a race before its time. Above all, it is a question of understanding the management of the courses in a non-competitive spirit and in compliance with the safety instructions. For reasons of safety constraints, swimming is not concerned by this recognition. Only the cycling and running courses are

concerned. The reconnaissance of the L run is limited to 1 loop (9.3km) Each participant will have registered online in advance. A bib number will be assigned to him and marked on the forearm

Safety instructions:

- Helmet must be worn on bicycles
- Respect for a safety distance between each bike Respect for the Highway Code
- Bike in good condition with repair autonomy if necessary
- Each competitor will be marked with his bib number to allow him to be identified. The same number will be indicated on the bike with a label provided by the organization (luggage type)
- When you arrive, please mark the list of registered runners and mark the bib number on your wrist, unless you have already marked it beforehand

Supply:

- Each participant ensures that he or she has personal refreshments allowing him or her to be autonomous during the cycling part
- Refreshments by the organization at the transition from cycling to running and at the finish of the run

Coaching:

- The reconnaissance is done in groups supervised by experienced triathletes.
- A departure briefing will explain the course of the reconnaissance and the rules to be respected.
- Stopping points are planned to provide advice and corrections for the rest of the reconnaissance.
- A participant who would like to do the reconnaissance individually and outside of supervision, reports himself to the organizing team. A guarded bike park is planned in Obernai or Benfeld during the run.

Practical organization:

- People who leave their cars in Benfeld should remember to take their running gear in a small backpack by bike
- People who leave their car in Obernai can leave their running gear in the organization's van in a small bag

Timetable

- XS format: Meeting in Benfeld at 2:45 pm
- Format L: Meeting point in Benfeld lake at 1:30 pm
- S&M formats: meeting point in Benfeld lake at 3:00 p.m. or 2:00 p.m. in Obernai at the ramparts car park under the hall for group departure by bike to Benfeld