

8- 9- 10 AOÛT
2025



GUIDE ATHLÈTES

LA GILEPPE TROPHY

DÉCOUVERTE & OLYMPIQUE



SOMMAIRE

- 3** ■ Plan d'accès
- 4** ■ Programme
- 5** ■ Retrait des dossards
- 6** ■ Pack Athlète
- 7** ■ Parc de transition
- 8** ■ Cut Off - Temps limite de course
- 9** ■ Épreuve Découverte
- 14** ■ Épreuve Olympique
- 19** ■ Bon à savoir
- 20** ■ Infos sécurité
- 24** ■ Sponsors



PLAN D'ACCÈS



Adresse : Barrage de la Gileppe

Route de la Gileppe 55, 4845 Jalhay

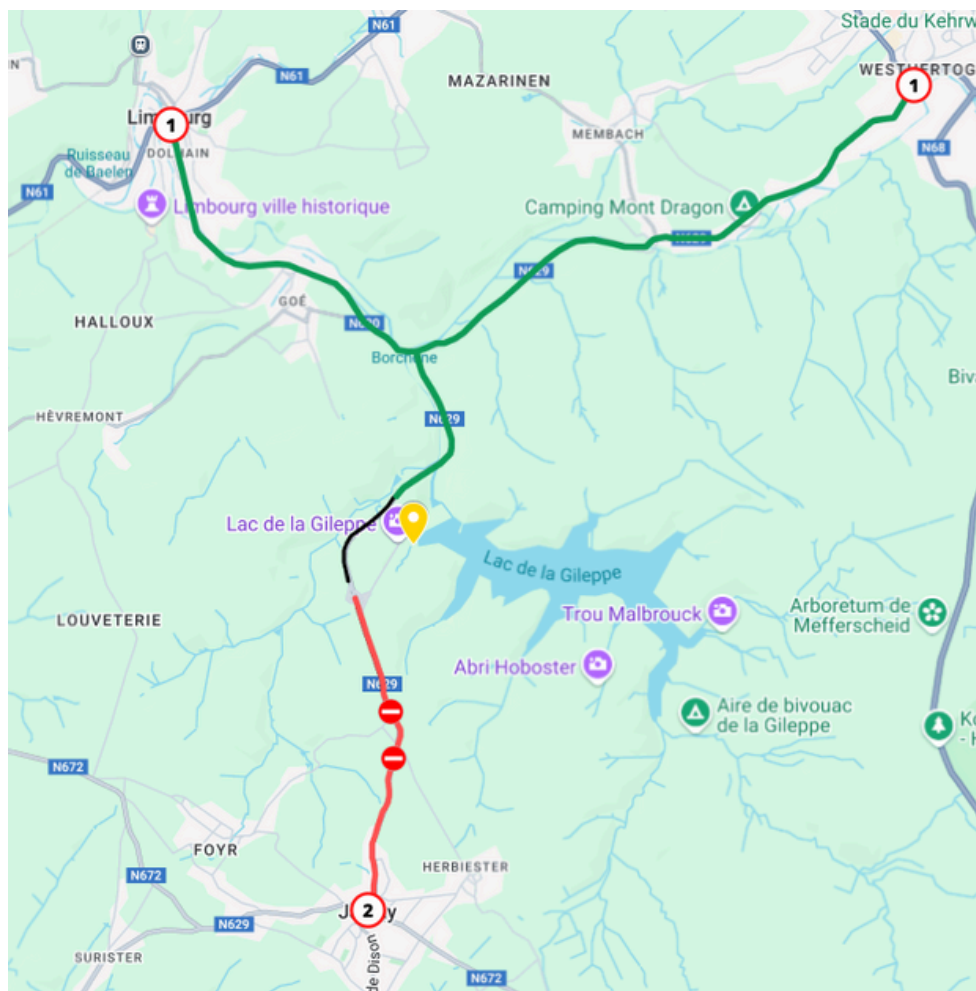
Une signalétique sera mise en place sur les axes entourant le Barrage de la Gileppe, afin que les automobilistes aient accès aux parking et puissent accéder au site.

ATTENTION : Veuillez y accéder par la N629 via le village de Limbourg ou de Eupen.

L'accès ne sera pas possible via le village de Jalhay.

Nous vous conseillons vivement de suivre la signalétique et non votre GPS!

Voici un plan pour vous aider, [cliquez ici](#)



LÉGENDE

- XTERRA Ardennes & LGT
- Parking athlète
- Parking athlète
- Sens interdit
- Sens interdit
- ACCES BARRAGE DE LA GILEPPE
- ACCES BARRAGE DE LA GILEPPE
- 1. Via Limbourg
- 1. Via Eupen
- ACCES IMPOSSIBLE VIA JALHAY
- 2. Accès impossible via Jalhay



PROGRAMME

SAMEDI 9 AOÛT 2025

- 14h00 - 16h00** ■ Retrait des dossards Découverte & Olympique Distance

DIMANCHE 10 AOÛT 2025

- 07H30 - 09H00** ■ Retrait de dossard Découverte Distance
- 07H30 - 08H45** ■ Ouverture du parc à vélo Découverte Distance
- 09H00** ■ Départ Découverte Distance Handisport
- 09H30** ■ Départ Découverte Distance Hommes
- 09H30** ■ Départ Découverte Distance Femmes
- 11h00 - 14h00** ■ Retrait de dossard Olympique Distance
- 13H00 - 14H15** ■ Ouverture du parc à vélo Olympique Distance
- 13H30** ■ Remise des prix Découverte Distance
- 14H30** ■ Départ Olympique Distance Hommes
- 14H30** ■ Départ Olympique Distance Femmes
- 18H30** ■ Remise des prix Olympique Distance

733

RETRAIT DES DOSSARDS

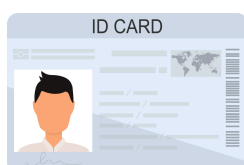
Le retrait des dossards se fait uniquement sur présence d'une pièce d'identité.

Remarque : Le dossard n'est pas transférable à un autre athlète en cas de désistement.

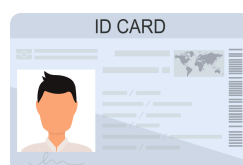
Déroulement du retrait des dossards :

1. Avant d'aller au secrétariat, aller vérifier votre numéro de dossard sur le panneau d'affichage situé à proximité du secrétariat.
2. Se rendre au secrétariat, communiquer votre numéro de dossard et présenter ces documents :

Non licenciés :



Licenciés :



Les athlètes n'ayant pas souscrit à l'assurance d'un jour devront présenter une licence de triathlon valable lors du retrait des dossards.

Dans le cas contraire, les frais de licence seront réclamés.

Les licences internationales sont autorisés !



YOUR
DRIVE
TO WIN

Sebastien Carabin Ambassadeur WCUP


WCUP Sports Nutrition
est une société belge qui propose une gamme
complète de produits pour les sportifs

- ✓ Hydratation
- ✓ Boissons de Récupération
- ✓ Compléments Alimentaires
- ✓ Barres Protéinées
- ✓ Gels Energétiques
- ✓ Barres Energétiques



PACK ATHLÈTE

Le pack athlète comprend :

 Un dossard : Vous devez porter votre dossard (fixé par 3 points) dans le dos pendant le parcours vélo et à l'avant pendant le parcours course à pied.



Un bonnet de bain : vous devez le porter pendant le parcours natation. Il est impératif de porter le bonnet reçu dans le pack athlète et non votre bonnet personnel.

132



B 100 x 60 mm

Un tableau d'autocollant :

- Un autocollant à coller sur la tige de la selle
- Un autocollant à coller sur votre casque (côté gauche)

132 132

C 200 x 50 mm



Une puce de chronométrage : Elle devra être portée à la cheville gauche à l'aide d'un bracelet fourni lors du retrait des dossards.

Remarque : La puce devra être OBLIGATOIREMENT rendue sur la ligne d'arrivée. Toute puce NON rendue sera facturée de 50 euros.

KÄRCHER

Des nettoyeurs
haute pression seront mis à
votre disposition sur le site le
jour de l'événement



BIKE WASH DISPONIBLE





PARC DE TRANSITION

Rappel des horaires pour le check-in* & check-out

	Découverte	Olympique
Check in ■	07H30 - 08H45	13H00 - 14H15
Check out ■	11H30 - 12H45	17H30 - 19H00

Comment se déroule le check in ?

Présentez-vous à l'entrée du parc à vélos avec :

- Votre dossard fixé par 3 points sur la ceinture porte dossard ;
- Votre autocollant vélo attaché à la tige de selle ;
- Votre autocollant vélo collé sur le casque ;
- Votre casque ajusté et attaché à la tête ;
- Votre puce chrono attachée à votre cheville gauche.

Les freins des vélos seront vérifiés ainsi que le guidon. Placez votre vélo à votre emplacement numéroté (idem numéro de dossard). Il est **interdit** de couvrir votre vélo.

IMPORTANT : Dans le parc de transition, un sac à dos par athlète ou une boîte en plastique de maximum L45, H25, I35 sont autorisés pour y ranger votre matériel personnel.



Après les heures indiquées ci dessus, vos effets personnels ne seront plus sous la responsabilité de l'organisation.

Seuls les athlètes se présentant avec leur dossard pourront récupérer leurs effets personnels et leur vélo. Cette tâche ne peut donc pas être déléguée à un proche.

La puce de chronométrage devra être obligatoirement rendue à la sortie du parc à vélo.



TEMPS LIMITES - COURSES

Les temps ci-dessous indiquent la durée maximum pour réaliser chacune des disciplines en fonction de la course sur laquelle l'athlète est inscrit.

En cas de départ par vagues, le temps appliqué sera celui au moment de la mise à l'eau.

TEMPS LIMITES	NATATION	NATATION + VELO	NATATION + VELO + COURSE
LGT Découverte	0:30	1:45	2:30
LGT Olympique	0:50	3:00	4:30

Des watchers seront présents afin de s'assurer du bon déroulement des épreuves.

Ils veilleront à la bonne application des règles en vigueur lors d'une compétition de triathlon.

Ils seront là pour accompagner au mieux les participants en veillant à leur sécurité.

Ils ne toléreront pas les actes malveillants et les actes de tricherie.

En cas de comportement malveillant qui nuit à la sécurité d'athlète(s), un carton rouge sera d'application, entraînant la disqualification de l'athlète concerné.



ÉPREUVE DÉCOUVERTE

NATATION

AVANT l'événement, il est interdit de nager sur le site de la course en temps normal.



LA COMBINAISON DE NATATION EN NEOPRENE EST OBLIGATOIRE.

Informations générales :

- Départ sous forme de départ de masse à 09H30 pour les femmes et à 9h35 pour les hommes (09H00 pour les handisports)
- Une boucle de 500m
- Le temps maximum est de 0:30
- Le départ de la natation sera donné sous forme de départ en masse dans l'eau
- Les athlètes doivent porter le bonnet de l'organisation
- Tout matériel aidant à la flottaison est interdit
- Les manchons ou manchettes de compression ne peuvent être portés durant la natation.
- Le parcours sera surveillé par des bateaux et des kayaks
- Toute assistance est interdite durant la natation. Les athlètes en difficulté sont autorisés à s'agripper aux kayaks ou bateaux en cas de problème sans pour autant progresser sur le parcours.
- Les athlètes doivent contourner les bouées afin de respecter les distances de nage.



→ Télécharge le tracé GPX [ICI](#)

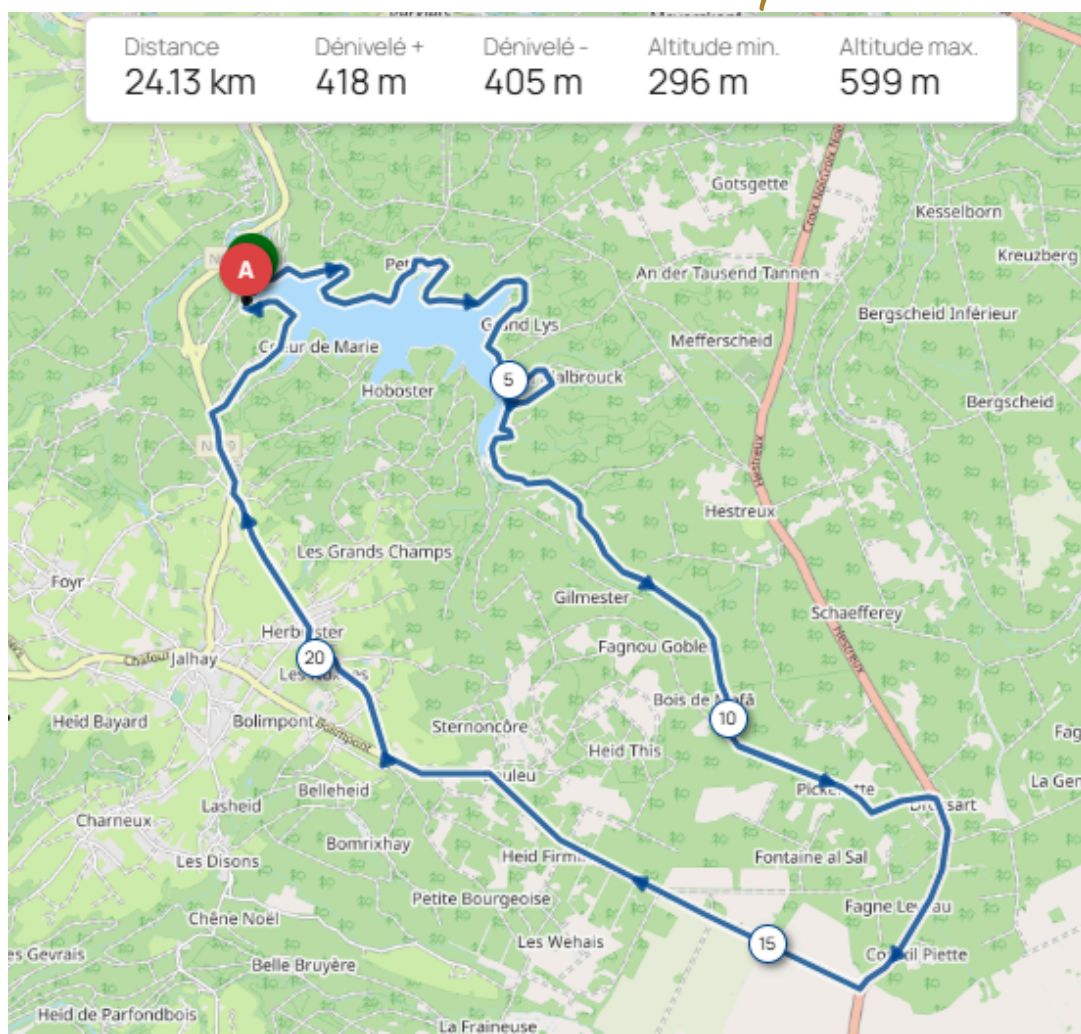


VÉLO

Informations générales :

- 1 boucle de 24 km
- **!!! Epreuve non-drafting !!!**
- Vélo de contre-la-montre autorisé
- Parcours avec du relief
- Parcours fermé à la circulation. Le code de la route est strictement d'application.
- Pas de ravitaillement
- Le temps maximum est de 1:45 (Natation + vélo)
- Fermeture du parc à vélo à 11h45

→ Télécharge le tracé GPX [ICI](#)

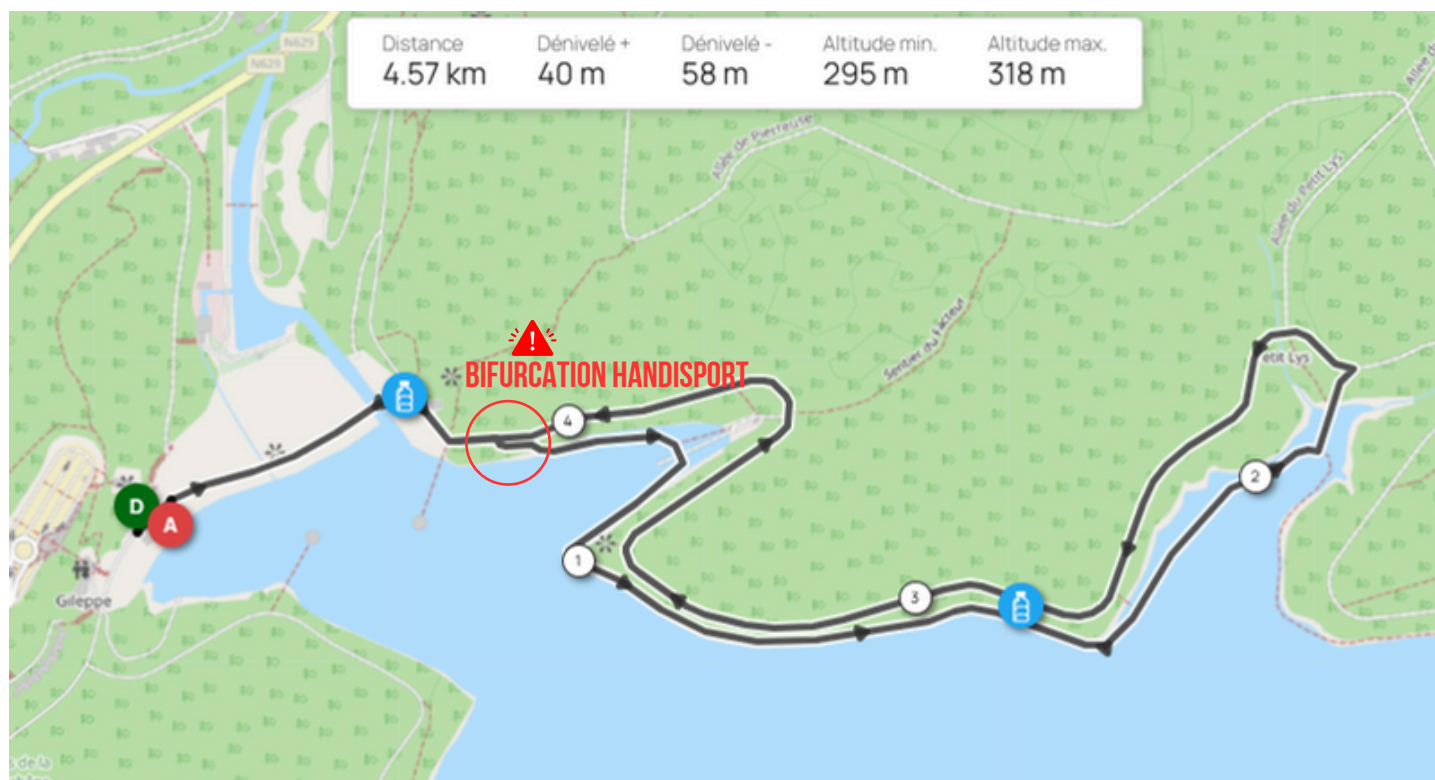


COURSE À PIED

Informations générales :

- 1 aller-retour de 5km le long du lac (50% route / 50% gravier)
- 1 ravitaillement
- Le temps maximum est de 2:30 (Natation + vélo + course).
- Fermeture de la course à 12h.

Pour les athlètes handisports, vous devrez rester absolument sur la route jusqu'au turning point !



 Télécharge le tracé GPX [ICI](#)



REMISE DES PRIX DÉCOUVERTE DISTANCE



La remise des prix aura lieu dimanche à **13h30**.

Les 3 premiers hommes et femmes du classement général seront appelés sur le podium.

Pour le triathlon en RELAIS, la première équipe homme, la 1ère équipe mixte et la 1ère équipe femmes seront appelées sur le podium.

Pour les athlètes Handisports, appeler tous les handisports.

ATTENTION: Les athlètes non présents lors de la cérémonie de remise des prix ne pourront pas prétendre à recevoir leurs lots par après.





ÉPREUVE OLYMPIQUE

NATATION

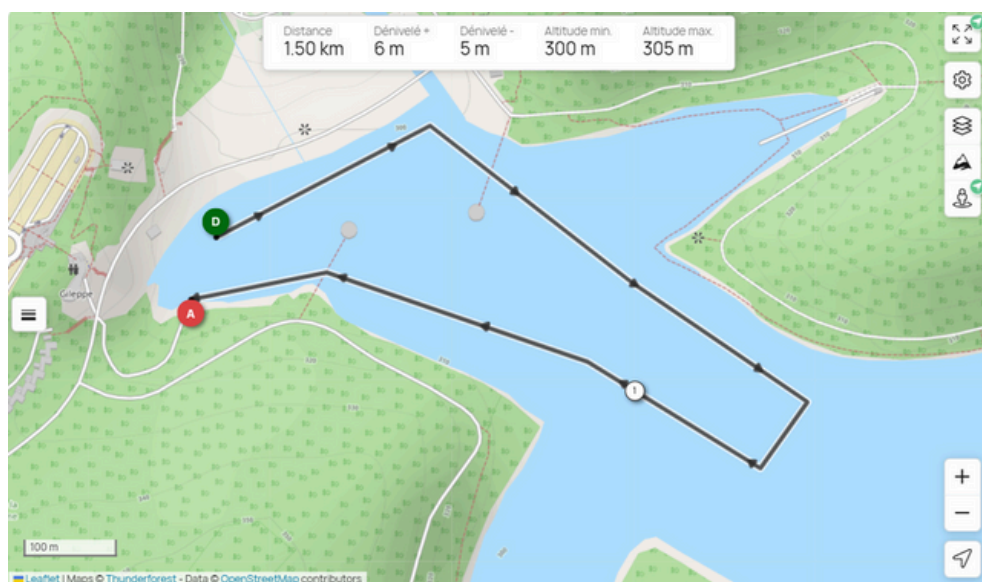
AVANT l'événement, il est interdit de nager sur le site de la course en temps normal.



LA COMBINAISON DE NATATION EN NEOPRENE EST OBLIGATOIRE.

Informations générales :

- Départ sous forme de départ de masse à 14H30
- Une boucle de 1500m
- Le temps maximum est de 0:50
- Le départ de la natation sera donné sous forme de départ en masse dans l'eau
- Les athlètes doivent porter le bonnet de l'organisation
- Tout matériel aidant à la flottaison est interdit
- Les manchons ou manchettes de compression ne peuvent être portés durant la natation.
- Le parcours sera surveillé par des bateaux et des kayaks
- Toute assistance est interdite durant la natation. Les athlètes en difficulté sont autorisés à s'agripper aux kayaks ou bateaux en cas de problème sans pour autant progresser sur le parcours.
- Les athlètes doivent contourner les bouées afin de respecter les distances de nage.



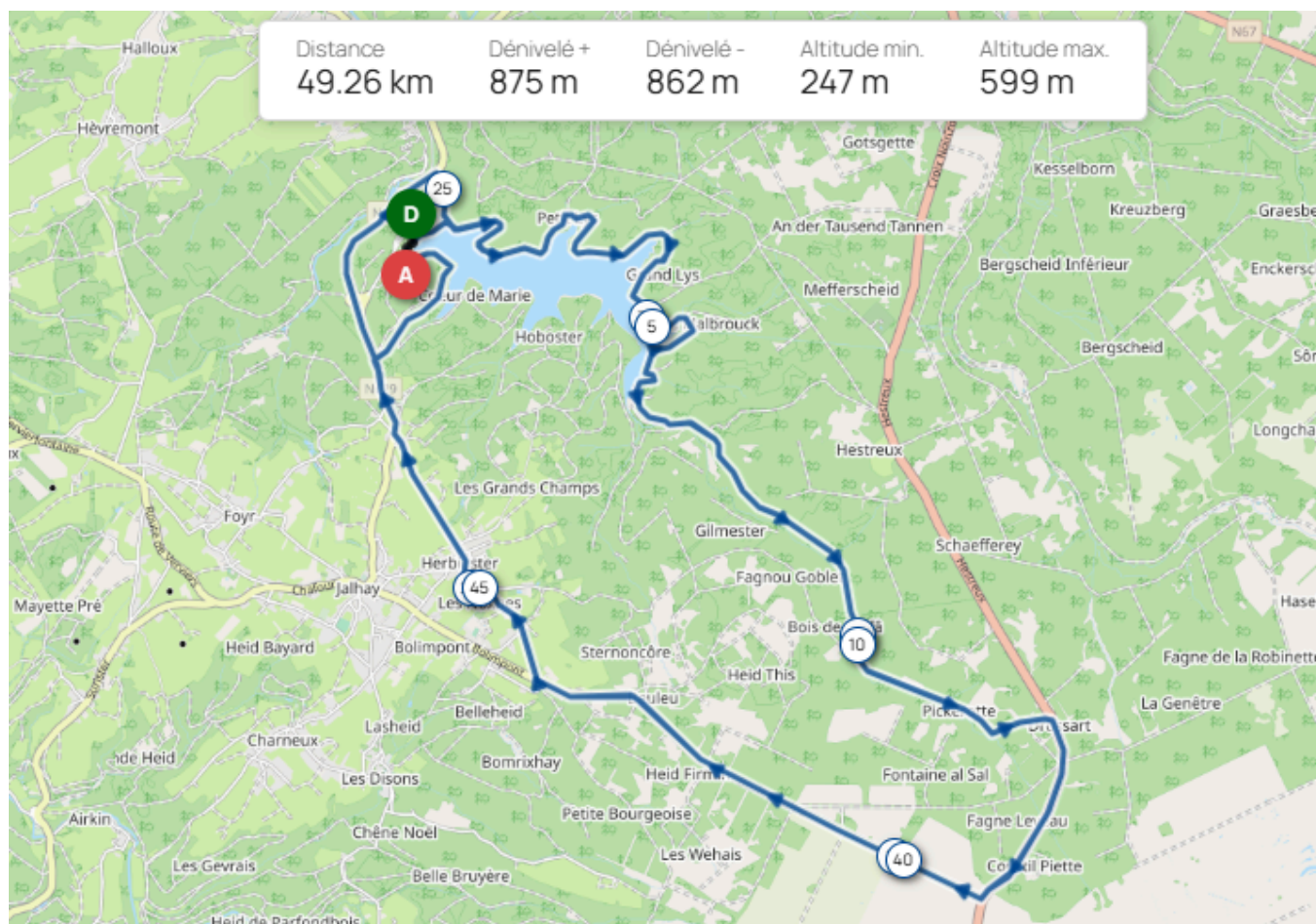
→ Télécharge le tracé GPX [ICI](#)




VÉLO

Informations générales :

- 2 boucles de 24 km
- **!!! Epreuve non-drafting !!!**
- Vélo de contre-la-montre autorisée
- Parcours avec du relief
- Parcours fermé à la circulation. Le code de la route est strictement d'application
- Pas de ravitaillement
- Le temps maximum est de 3:00 (Natation + vélo)
- Fermeture du parc à vélo à 17h30

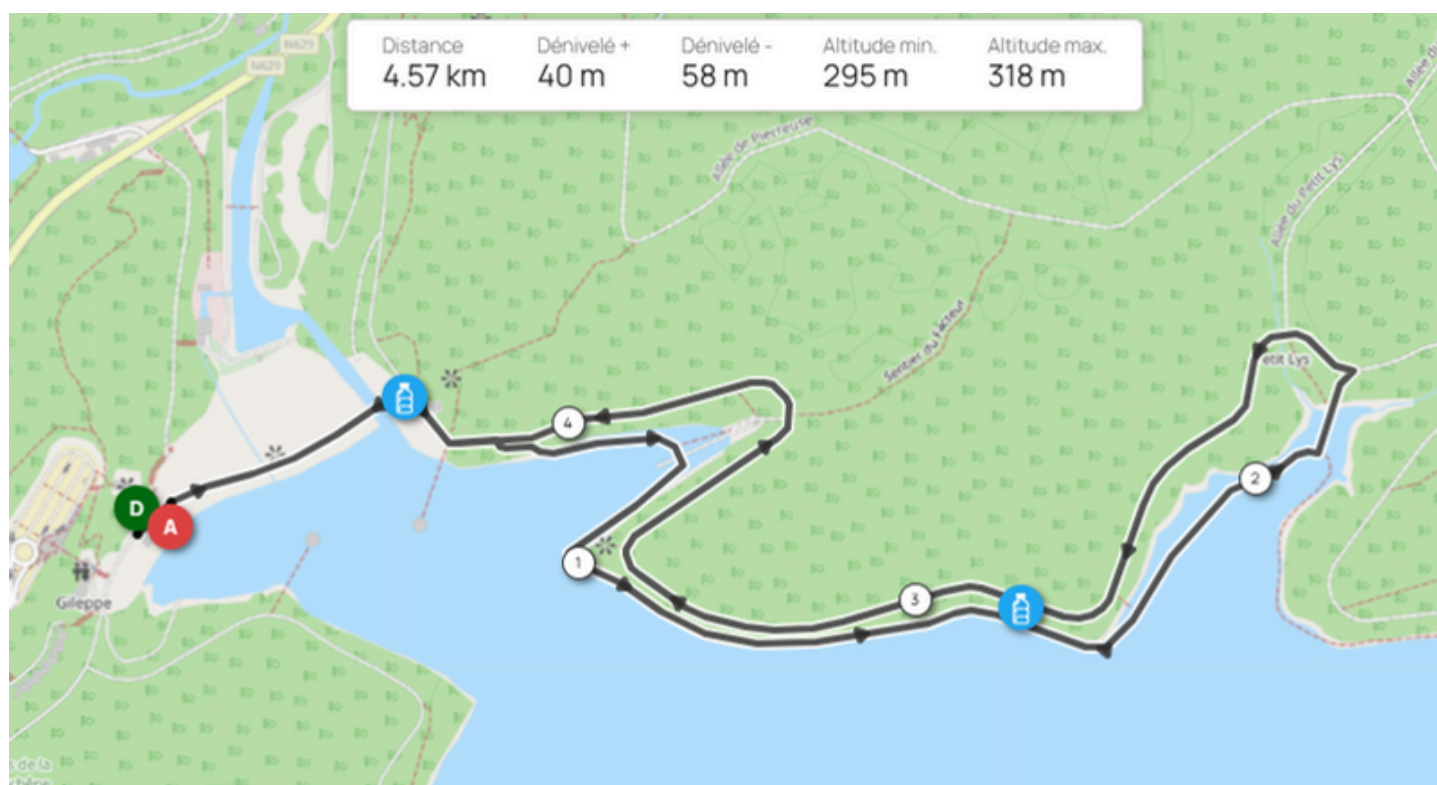


 Télécharge le tracé GPX [ICI](#)

COURSE À PIED

Informations générales :

- 2 allers-retours de 5km le long du lac (50% route / 50% gravier)
- 4 ravitaillements
- Le temps maximum est de 4:30 (Natation + vélo - course).
- Fermeture de la course à 19h.



 Télécharge le tracé GPX [ICI](#)



REMISE DES PRIX OLYMPIQUE DISTANCE



La remise des prix aura lieu dimanche à **18h30**.

Les 5 premiers hommes et femmes du classement général seront appelés sur le podium.

Le prize money du classement générale est le suivant :

- 1er = 400€
- 2ème = 250€
- 3ème = 150€
- 4ème = 100€
- 5ème = 50€

Seront également récompensés les 1ers de chaque catégorie.

- Junior (18-19ans)
- Espoir (20-23ans)
- Seniors (24-39ans)
- Master A (40-49ans)
- Master B (50-59ans)
- Master C (60-69ans)
- Master D (+70ans)

Pour le triathlon en RELAIS, la 1ère équipe HOMME / FEMME / MIXTE seront récompensés.

ATTENTION: Les athlètes non présents lors de la cérémonie de remise des prix ne pourront pas prétendre à recevoir leurs lots par après.

BON À SAVOIR

Règlement d'application à La Gileppe Trophy

Le règlement international de triathlon sera d'application. Nous vous invitons à consulter l'ensemble du règlement via le lien suivant :

[Règlement international de triathlon](#)

Live tracking ● LIVE

Suivez l'athlète de votre choix grâce à ACN TIMING.

Accédez à la progression en temps réel de votre athlète favori.

Installations

Douches



Toilettes



Consignes



Photos de l'évènement



Notre partenaire Sportograf vous photographiera pendant la course. Retrouvez vos photos 48 à 72h après la course sur leur site internet :

<https://www.sportograf.com/fr>

Une question ?

Envoyez-nous un email à info@lagileppetrophy.be

Vous avez perdu quelque chose pendant l'épreuve, contactez nous à : info@s-t-p.be

INFOS SÉCURITÉ

Athlètes : La sécurité avant tout, ne prenez pas de risques inutiles. Assurez-vous de donner à votre contact d'urgence, votre numéro de dossard.

En cas d'incident, l'organisation contactera directement le service d'urgence présent sur place.

Si vous êtes témoin d'un accident ou d'un problème de santé :

- Veuillez contacter **le service d'urgence** : 0483 71 69 93
- Lorsque vous contactez notre service d'urgence, veuillez à :

-Rester calme

-Être précis lorsque vous fournissez les informations suivantes :

-Le numéro de dossard de l'athlète

-L'emplacement exact

(par exemple, le libellé d'un poteau de signalisation)

-La raison de votre appel

-La présence de témoins

Besoin d'aide urgente ?

App **112 BE**

- 1 Téléchargez l'App
- 2 Enregistrez-vous
- 3 Appelez-nous

Depuis 5 ans, vous pouvez aussi contacter les Centrales d'urgence via l'App 112 BE.



ET SI VOS PROCHES VIVAIENT LA COURSE... DEPUIS L'INTÉRIEUR ?

Vous avez des amis, de la famille ou des supporters qui vous accompagnent ?

Proposez-leur de vivre une expérience unique au cœur de l'événement en devenant bénévole sur les ravitaillements !

👉 Ils seront au plus proche de l'action, pourront **vous encourager** sur le parcours, ou la zone d'arrivée

🍴 Bénéficieront d'un **lunch** et de boissons pendant la journée,

🙌 Et repartiront avec le sentiment d'avoir contribué à l'aventure !

✉ **Intéressé(e) ?**

Envoyez vos disponibilités (en précisant samedi et/ou dimanche) à :

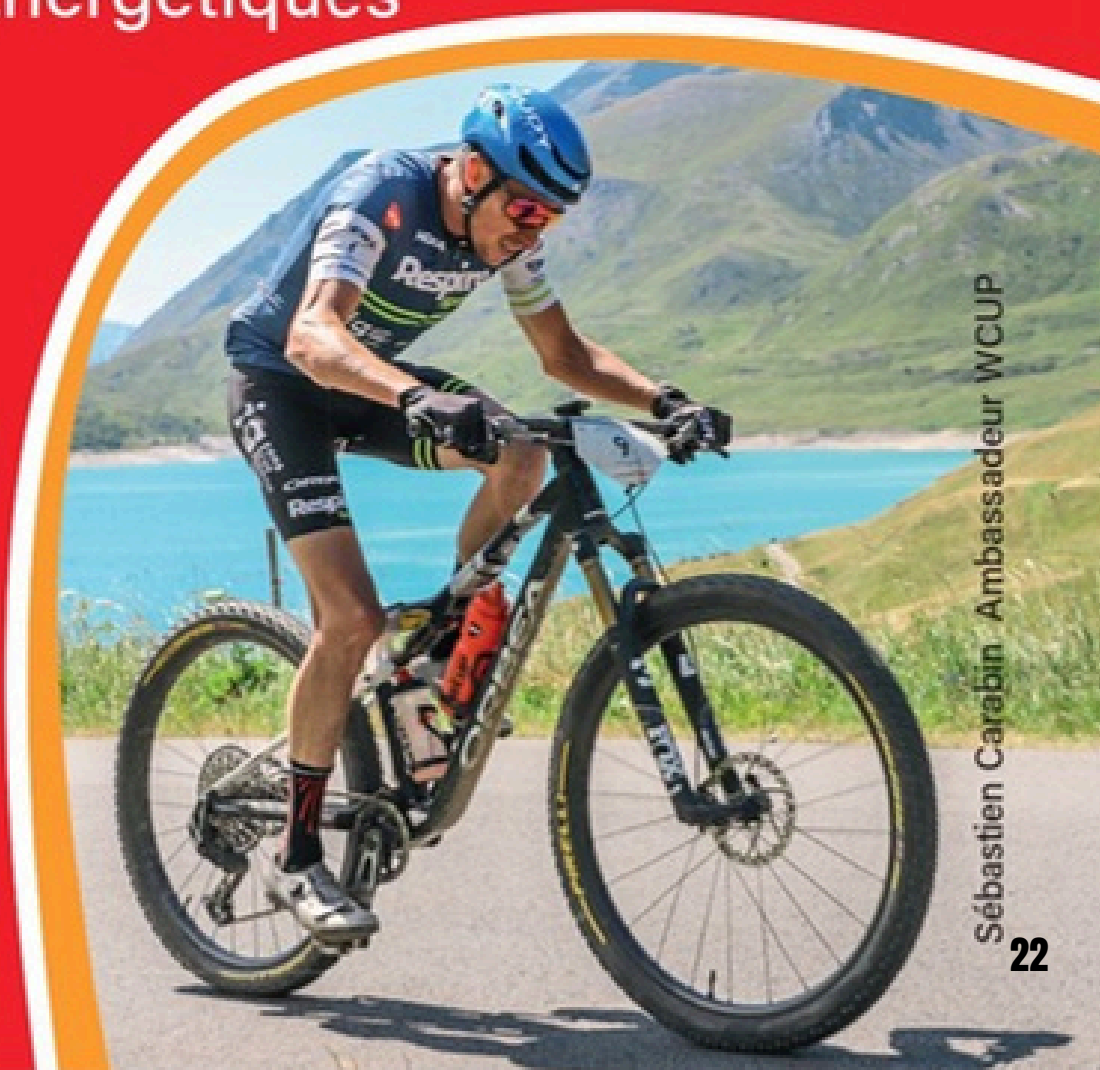
✉ info@lagileppetrophy.be





YOUR DRIVE TO WIN

- ✓ Hydratation
- ✓ Boissons de Récupération
- ✓ Compléments Alimentaires
- ✓ Barres Protéinées
- ✓ Gels Energétiques
- ✓ Barres Energétiques



Sébastien Carabin - Ambassadeur WCUP

NOUS ORGANISONS AUSSI

ARDENNE GRAVEL STAGES

LA PREMIÈRE COURSE **GRAVEL** À ÉTAPES
EN BELGIQUE

DU 26 AU 28 SEPTEMBRE 2025
BARAQUE FRAITURE - VIELSALM

INFOS ET INSCRIPTIONS



WWW.ARDENNEGRAVELSTAGES.COM



SPONSORS

