

GUIDE DES JEUNES ATHLÈTES

**La Gileppe trophy
Kids & Mini kids**

Dimanche 13 aout

START



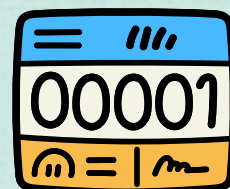
SOMMAIRE



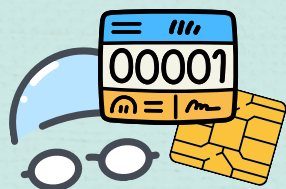
Plan Accès



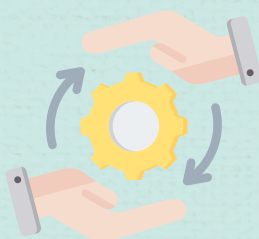
Programme



Retrait des dossards



Pack athlète



Parc de transition



Epreuve kids



Epreuve mini kids



Bon à savoir

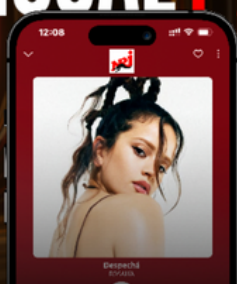


Info sécurité

DOWNLOAD DE NIEUWE NRJ APP: <http://bit.ly/44NVLNL>

Jouw 250 radiostations, jouw hits, jouw shows, jouw podcasts 100% onbeperkt en 100% gratis!

ROSALY'A



VOS 250 RADIOS • VOS HITS

NOUVELLE
APPLI NRJ



BIANCA
PAYER

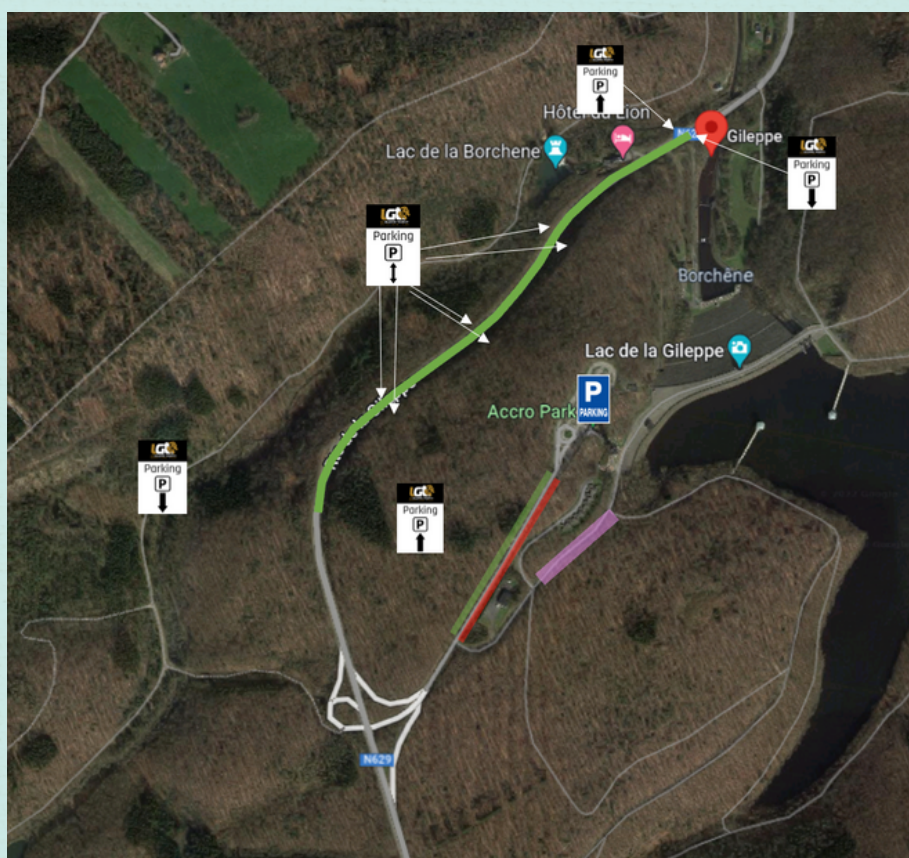


100% ILLIMITÉ

PLAN D'ACCÈS



Adresse : Barrage de la Gileppe
Route de la Gileppe 55, 4845 Jalhay



Légende



Zone parking touristes



Parking interdit (signalétique mise en place par la commune de Jalhay)



Zone parking athlètes

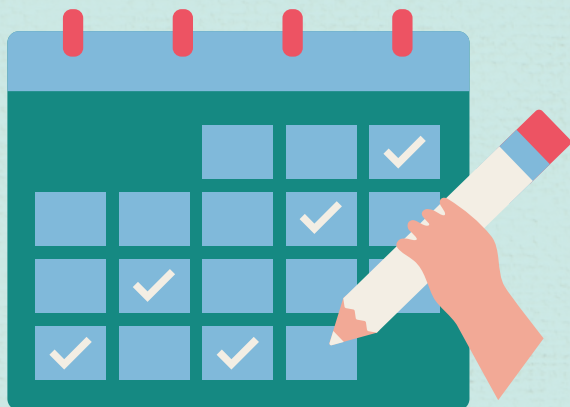


Zone parking STAFF



Panneau parking mise en place par organisation.





PROGRAMME

Samedi 12 aout 2023

Horaire

14h00 - 16:00

Description

Retrait des dossards *distance kids & Mini Kids*

Dimanche 13 aout 2023

Horaire

07:00 - 09:00
11:00-12:00

Description

Retrait des dossards *distance Kids-Mini Kids*

11h15-11h45

Ouverture parc à vélo

12:00

Départ Triathlon Mini Kids

12:30

Départ Triathlon Kids

13h30

Remise des prix Kids et Mini Kids



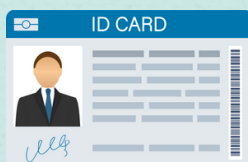


RETRAIT DES DOSSARDS

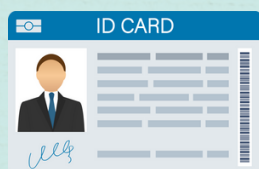
Procédure retrait des dossards

- 1) Avant de me rendre au secrétariat, je vérifie mon numéro de départ sur la bâche en face du secrétariat.
2. Ensuite, je me rends au secrétariat, je donne mon numéro de départ et je présente :

- **NON licences**



- **Licencés**



Les athlètes qui n'ont pas souscrit d'assurance d'un jour doivent être en possession d'une licence de triathlon valide lorsqu'ils récupèrent leurs dossards.

licence de triathlon valide lors du retrait des dossards.

Dans le cas contraire, des frais de licence seront facturés.

Les licences internationales sont autorisées !



PACK ATHLÈTE

Mon pack athlète comprend

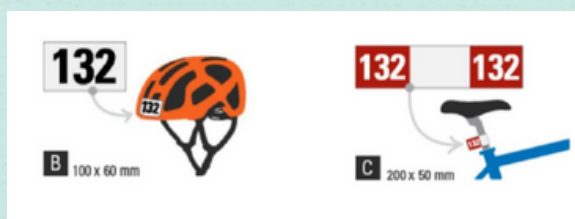
- Un dossard : Vous devez porter votre dossard (fixé par 3 points) dans le dos pendant le parcours vélo et à l'avant pendant le parcours course à pied.



- 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.



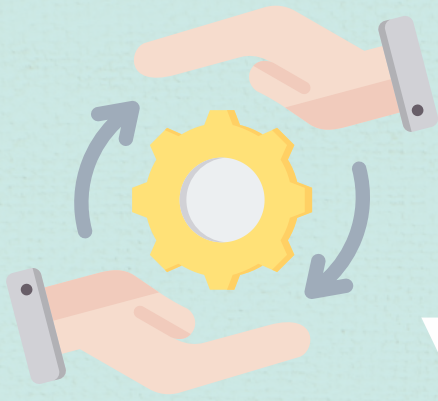
- Une plaquette autocollant
 - 1 autocollant pour mon vélo
 - 1 autocollant pour mon casque
 - 1 autocollant pour ma poubelle ou mon sac



- Une puce électronique : elle doit être portée à la cheville gauche à l'aide du bracelet fourni lors du retrait du dossard.



Attention : la puce doit être remise lorsque vous récupérez votre équipement personnel dans la zone de changement (check-out) après la course. Chaque puce NON remise sera facturée 50 euros.



PARC DE TRANSITION

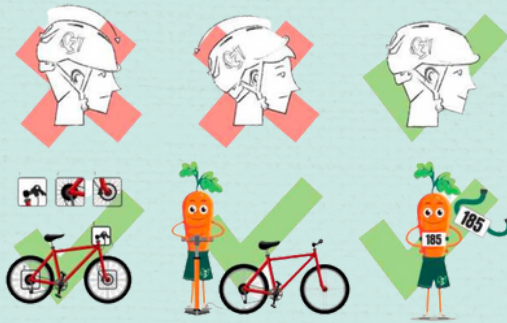
Rappel des heures pour le check in

	Kids	Mini Kids
Check in	Dimanche 13 aout 11h15-11h45	Dimanche 13 aout 11h15-11h45

Dans le parcours à transition :

Avant la course

Je pose mon casque sur la tête et je le ferme correctement.
 - J'enfile mes chaussures.
 - J'enfile ma ceinture porte dossard (ou un T-shirt avec mon dossard)
 On ne peut pas rouler ni courir torse nu !
 Le dossard est placé dans le dos.
 - Je prends mon vélo et me dirige en le poussant vers la sortie du parc.
 Je ne roule pas dans le parc !

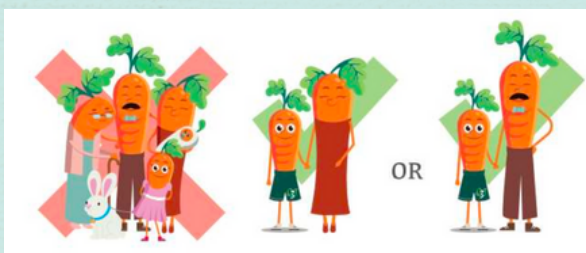


Après la course

- Je dépose mon vélo
 - Je retire seulement mon casque, et le dépose dans mon bac (je ne le lance pas !)
 - Je tourne ma ceinture pour mettre mon dossard sur le ventre.
 Pas pour les participants en T-shirt

Dans le parc, je suis les instructions des moniteurs pour positionner mon matériel et mon vélo.

Pour les minikids uniquement, papa ou maman m'accompagne dans le parc et ressort avec moi dès que possible.



IMPORTANT : Dans le parc d'échange, un sac à dos par athlète ou une boîte en plastique ne dépassant pas L45, H25, B35 est autorisé pour votre équipement personnel.

EPREUVE KIDS



NATATION

**AVANT l'épreuve, la baignade est interdite
sur le site de la course dans des conditions normales.**



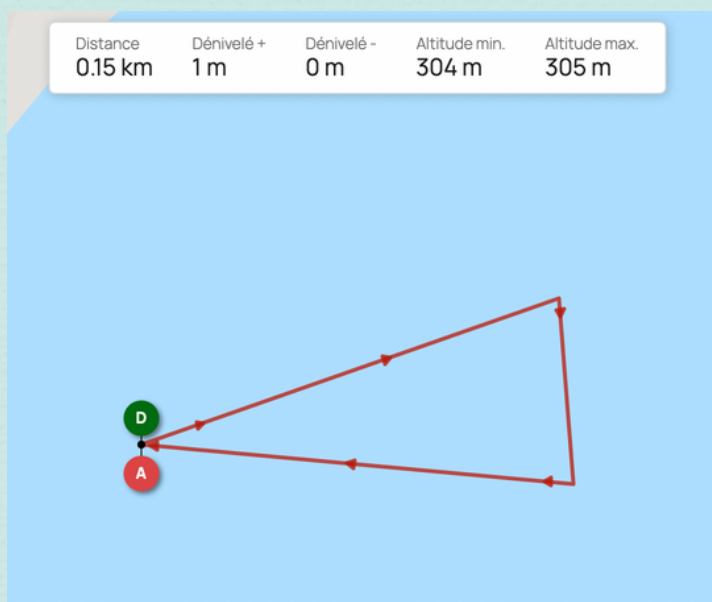
**LES COMBINAISONS EN NÉOPRÈNE SONT
OBLIGATOIRES.**

Informations générales

- Départ de l'eau sous forme de départ lancé (20 athlètes / 1 min)
- Boucle de 150 mètres.
- Les enfants ont accès à l'eau pendant 15 minutes.
- Les enfants doivent porter la casquette de l'organisation
- Toutes les aides à la flottabilité sont interdites
- Le port de manchons de compression est interdit en natation.
- Le parcours est surveillé par des bateaux et des kayaks.
- L'assistance n'est pas autorisée pendant la natation. Les athlètes en difficulté peuvent tenir les kayaks ou les bateaux en cas de problème, mais sans continuer sur le parcours.
- Les athlètes doivent nager autour des bouées afin de respecter les distances de nage.



Télécharge le tracé GPX [ICI](#)



1 boucle de 150m



VELO

Informations générales



Veillez à informer vos enfants afin qu'ils puissent tenir leur main droite pendant la course.

1 tour de 4 km sur route

Pour accéder au parcours cycliste, suivez les cônes rouges et les panneaux directionnels.

N'enfourchez votre vélo qu'après avoir passé la ligne de démarcation. Il y a un moniteur à la ligne et un panneau expliquant le parcours.

Lorsque j'ai fini de pédaler, je descends devant la ligne désignée.

Il y a un moniteur à cette ligne et un panneau expliquant l'itinéraire.



1 boucle de 4km



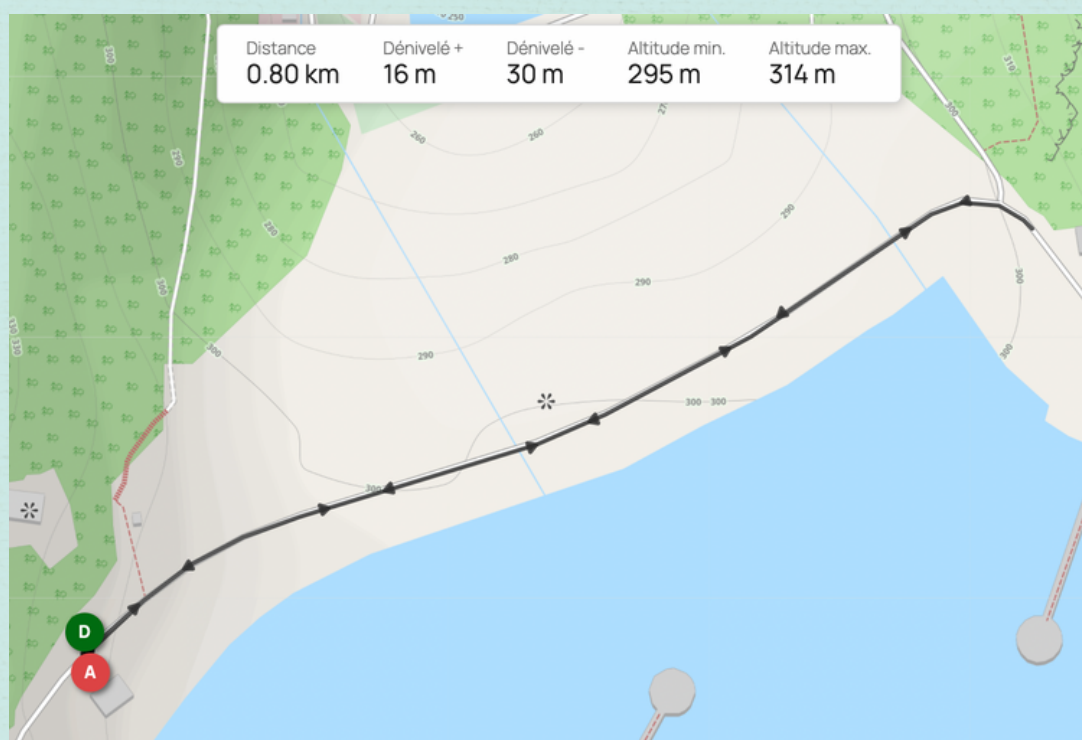
Télécharge le tracé GPX [ICI](#)

COURSE À PIED

Informations générales

1 boucle aller-retour de 800 m

Suivez les cônes verts et les panneaux directionnels pour rejoindre le parcours de course.



1 boucle de 800 aller retour



Télécharge le tracé GPX [ICI](#)



**EPREUVE
MINI KIDS**

NATATION



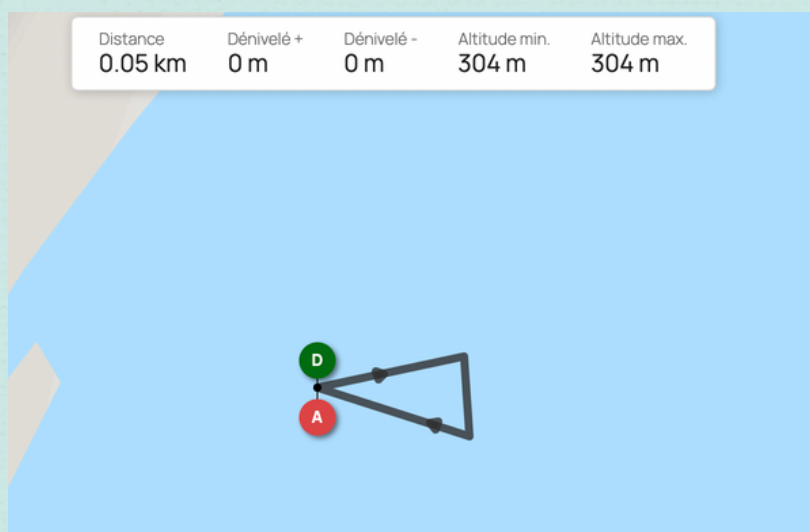
**AVANT l'épreuve, la baignade est interdite
sur le site de la course dans des conditions normales.**

LES COMBINAISONS EN NÉOPRÈNE SONT OBLIGATOIRES.

Informations générales

- Départ lancé depuis l'eau (20 athlètes/1 min)
- Une boucle de 50 mètres.
- Les enfants ont accès à l'eau pendant 15 minutes.
- Les enfants doivent porter la casquette de l'organisation
- Tous les dispositifs de flottaison sont interdits
- Le port de manches de compression est interdit en natation.
- Le parcours est surveillé par des bateaux et des kayaks.
- L'assistance n'est pas autorisée pendant la natation. Les athlètes en difficulté peuvent tenir les kayaks ou les bateaux en cas de problème, mais sans continuer sur le parcours.
- Les athlètes doivent nager autour des bouées afin de respecter les distances de nage.

Télécharge le tracé GPX [ICI](#)



1 boucle de 50m



VÉLO

Informations générales :



Veillez à briefed vos enfants pour que ceux-ci tiennent bien leur droite durant la course

- 1 aller-retour de 2 km sur route
- Pour arriver au parcours vélo, je suis les cônes rouges et les panneaux indicateurs de direction.
- Je ne monte sur mon vélo que lorsque j'ai dépassé la ligne prévue. Un éducateur se trouve sur cette ligne ainsi qu'un panneau explicatif.
-
- Lorsque je termine mon parcours vélo, je descends de celui-ci avant la ligne prévue.
- Un éducateur se trouve sur cette ligne ainsi qu'un panneau explicatif.



1 aller-retour de 2km sur route



Télécharge le tracé GPX [ICL](#)

COURSE À PIED

Informations générales :

- 1 aller-retour de 400m sur route.



1 aller-retour de 400m sur route.



Télécharge le tracé GPX [ICI](#)



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

Suivez l'athlète de votre choix grâce à ACN TIMING. Accédez à la progression en temps réel de votre athlètes favoris.

Découvrez ses performances sur l'application via ce [LIEN](#)

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>

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** : 0474 03 5548
- 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**



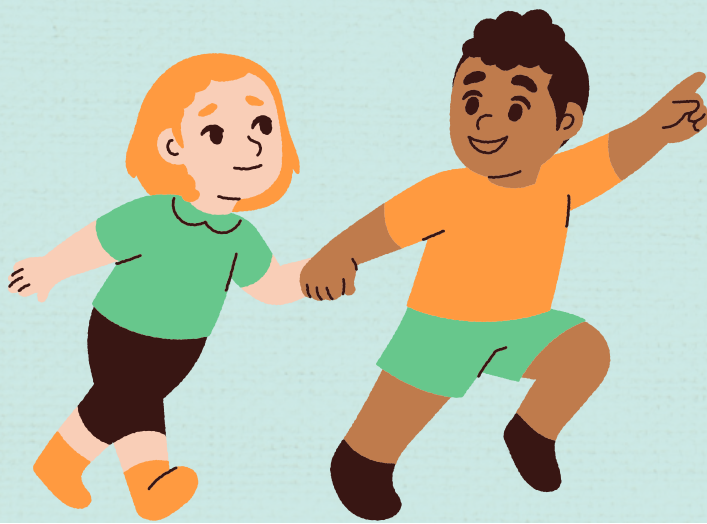
- 1 Téléchargez l'App
- 2 Enregistrez-vous
- 3 Appelez-nous



112 SOS

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

.be



CHARTRE DES PARENTS



Maman, papa,

- **Ce n'est pas** le championnat du monde.
- Les bénévoles sont là **pour m'aider**
- Ils prennent de **leur temps** pour moi.
- Je ne suis qu'**un enfant**.
- Ce n'est que **du sport**.
- Je suis là pour **m'amuser**.
- C'est **ma course**.
- Je veux juste **être finir** !

**Ne perdez
pas la tête**

Coca-Cola



Nos nouveaux bouchons
sont attachés à la bouteille
pour faciliter la collecte
en vue du recyclage.

Ladbrokes.be
SPORT | CASINO | DICE



ORBEA **Sabma**

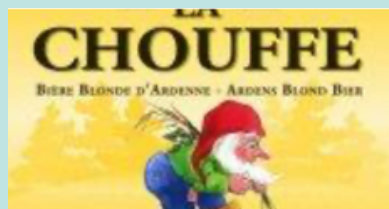
MOULAN.be 100 ANS

URBAN TRI SPORTS

K'ÄRCHER



mixx
communication



Coca-Cola



Red Bull
ENERGY DRINK



Commune de Baelen



Commune Jalhay



AViQ
Agence pour une Vie de Qualité
Familles Santé Handicap



LIGUE
HANDISPORT
FRANCOPHONE

Province de Liège

