L.I.F.A.

CDA93

DUATHLON

DIMANCHE 17 janvier 2016

Stade Nautique de Mantes-la-Jolie

ORGANISATION DU DUATHLON :

La compétition se déroulera sur le principe suivant : Chrono en continu !!

- Départ lancé en 4+ ou 4x+ en fonction des catégories toute les 45s, aller-retour sur le bassin 3800m
- Dépôt du bateau dans la zone de transition et récupération du numéro qui doit-être conservé pour le cross (à charge au club de déplacer ensuite le bateau rapidement pour ne pas encombrer la zone de transition pour les participants suivants)
- Départ en course à pieds (avec le numéro), parcours cross (sans arrêt du chrono depuis le départ en bateau) sur une distance de 4200m pour les juniors, seniors, vétérans et 2900m pour les J14.

Le chronomètre sera stoppé seulement lorsque le dernier des 4 rameurs constituant l'équipage aura franchi la ligne d'arrivée (le barreur ne participe pas au cross).

Les rotations des coques dans la même catégorie devront être signalées pour permettre le bon placement des bateaux dans le programme.
Pas de pesée des barreurs.
Port des couleurs du club obligatoire pour les deux épreuves.

Un temps séparé sera communiqué le lendemain pour la partie spécifique aviron et course à pieds.

Inscription sur le serveur fédéral du lundi 14 décembre 2015 à 9h00 au lundi 11 janvier 2016 à 23h00

REUNION DES DELEGUES : 8h30 / 1er départ 10h :

LES COURSES (l'ordre des courses sera programmé en fonction des inscriptions):

C01 4+ JF 16
C02 4+ JH 16
C03 4x+ JF 16
C04 4x+ JH 16
C05 4+ JF 18
C06 4+ JH 18
C07 4+ SH
C08 4+ SF
C09 4+ VH
C10 4+ VF
C11 4x+ FJ14+
C12 4x+ HJ14+
C13 4Yx FJ14+
C14 4Yx HJ14+

RECOMPENSE :

1 récompense sera remise à l'équipage vainqueur de chaque course.

Plan du bassin et circulation sur le bassin voir en pièce-jointe

Régate Organisée avec l'aide du CDA77 et du CDA93

C. Vandenberghe	D. Giudici	Y. Deslavière
Président LIFA	Président C.S	CTRS LIFA