Cross Duathlon des Fontaines



TEAM WELLNESS BRIEFING

- Duathlon des Fontaines dimanche 09 Novembre 2025

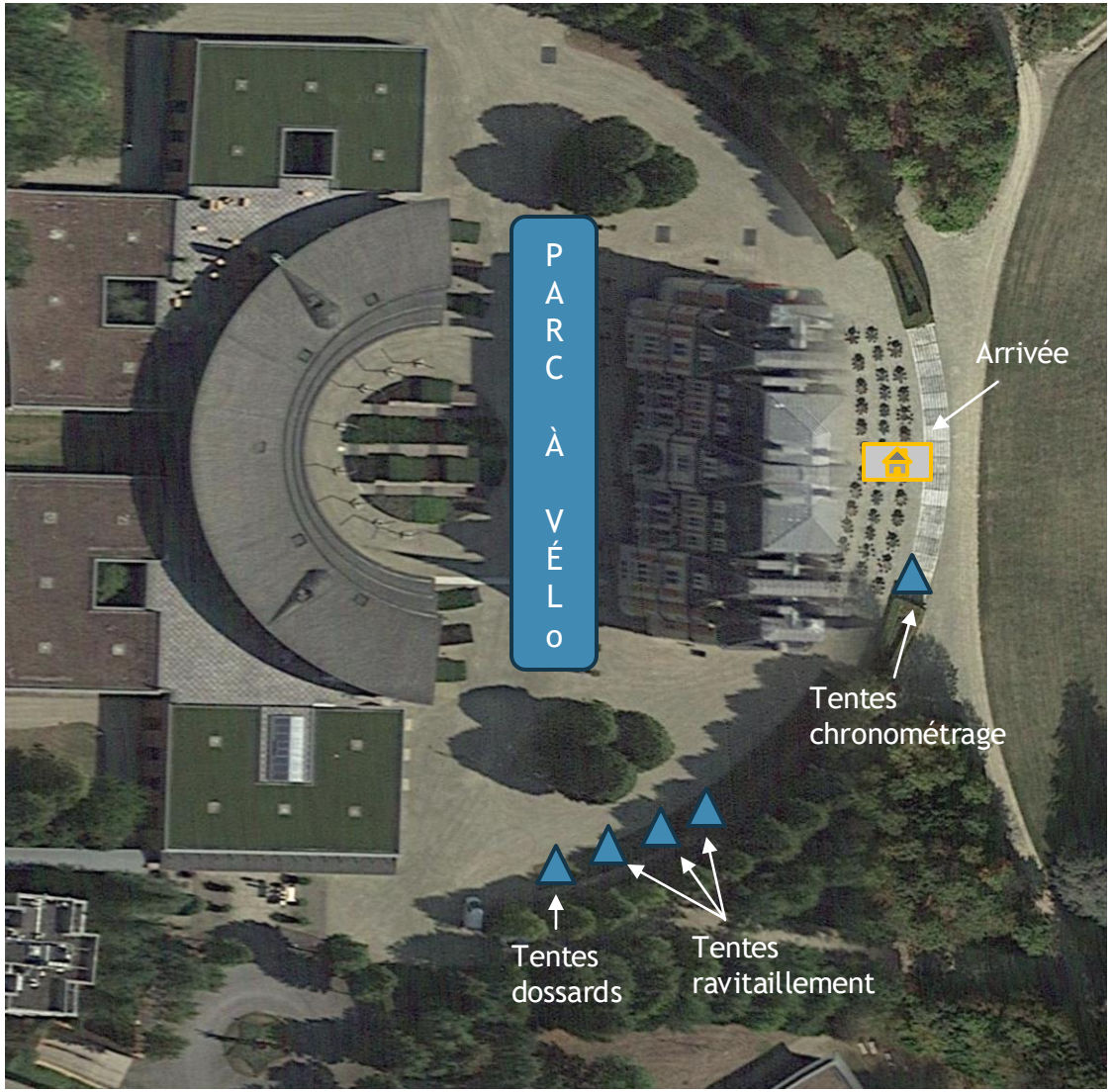
HORAIRES DES COURSES

- 8h accueil et remises des dossards et de la puce des courses jeunes et XS
- Ouverture du parc à vélo pour les courses jeunes et XS à 8h15
- 9h15 fermeture du parc à vélo, tous les concurrents des courses jeunes et de la course XS doivent avoir poser leur vélo et leur matériel.
- 9h15 Briefing des courses jeunes et XS
- 9h30 début de la course 6-9 ans
- 10h15 début de la course 10-13 ans
- 11h début de la course XS 14 ans et +
- 11h accueil et remise des dossards et de la puce de la course S
- 12h30 ouverture du parc à vélo pour la course S
- 13h30 fermeture du parc à vélo pour la course S
- 13h30 Briefing de la course S
- 14h début de la course S 16 ans et +

INFORMATIONS PRATIQUES

- Accès des concurrents par l'entrée des fontaines rue de Chantilly
- Chaque concurrent recevra pour sa course 2 dossards, 1 autocollant pour le cadre de vélo, 1 autocollant pour le casque et une puce de chronométrage.
- La puce se porte à la cheville gauche durant toute la course.
- Une buvette sera à disposition des coureurs et des accompagnateurs.
- VTT obligatoire

TEAM wellness
Triathlon - Running


PARC À VÉLO
Arrivée
Tentes chronométrage
Tentes dossards
Tentes ravitaillement

RÉGLEMENTATION GÉNÉRALE

- Chronométrage de l'épreuve : une épreuve consiste à réaliser un parcours enchaînant plusieurs disciplines sans aide extérieure et sans arrêt du chronomètre lors du changement de discipline (ici : course à pied - vélo - course à pied.

- Obligations et règles de conduites du concurrent :
  - Il est de la responsabilité de l'athlète d'être bien préparé pour l'épreuve et d'avoir un matériel adapté à la compétition à laquelle il participe. L'utilisation de tout dispositif ou artifice, mécanique, motorisé ou non, permettant d'améliorer la performance et/ou soulager l'effort du participant est interdit.
  - Le concurrent doit connaître et respecter : la Réglementation Fédérale, les règles de circulation du code de la route, le règlement de la course, ainsi que les instructions des officiels.
  - Le concurrent doit faire preuve de sportivité et traiter les autres concurrents, les officiels, les bénévoles et les spectateurs avec respect et courtoisie (avant, pendant et après la course). A ce titre, toutes insultes, tous propos homophobes ou discriminatoires ainsi que tous comportements contraires à l'éthique sportive sont passibles d'une disqualification et d'une demande de saisine de la commission disciplinaire.
  - Il doit veiller à ce que ses équipements ne présentent aucun danger pour lui-même ou pour les autres.
  - L'épreuve est régie par là réglementation fédérale. (FFTRI)
  - VTT obligatoire

TEAM wellness
Triathlon - Running

CATÉGORIES

- Catégorie Age au 31/12/2025

Mini-poussins	6-7	2018-2019
Poussins	8-9	2016-2017
Pupilles	10-11	2014-2015
Benjamins	12-13	2012-2013
Minimes	14-15	2010-2011
Cadets	16-17	2008-2009
Juniors	18-19	2006-2007
Seniors	20-39	1986-2005
Vétérans	40-99	1926-1985

TEAM wellness
Triathlon - Running

NOTE DE L'ORGANISATEUR

- Les organisateurs se dégagent de toutes responsabilités, en cas d'insuffisance physique, de vols, de dégradations ou de pertes de matériels avant, pendant ou après la course. Les licenciés bénéficient des garanties liées à leur licence. Les non-licenciés bénéficient des garanties du pass-compétition du jour de la compétition.
- Les organisateurs se réservent le droit de modifier ou d'annuler l'épreuve en cas de force majeur, et ou d'arrêté préfectoral. En cas d'annulation les frais d'inscriptions seront remboursés aux concurrents inscrits moins les frais de dossiers.
- Les frais d'inscriptions restent acquis par l'organisateur en cas de désistement du concurrent (sauf certificat médical).
- Les participants autorisent l'organisateur du Cross Duathlon des Fontaines le 09 Novembre 2025 à jouir des images prises pendant cette épreuve (cf droit à l'image de votre licence ou pass-compétition).
- VTT obligatoire

TEAM wellness
Triathlon - Running

COURSE JEUNES

REGLEMENTATION

COURSE JEUNES 6-9 ans

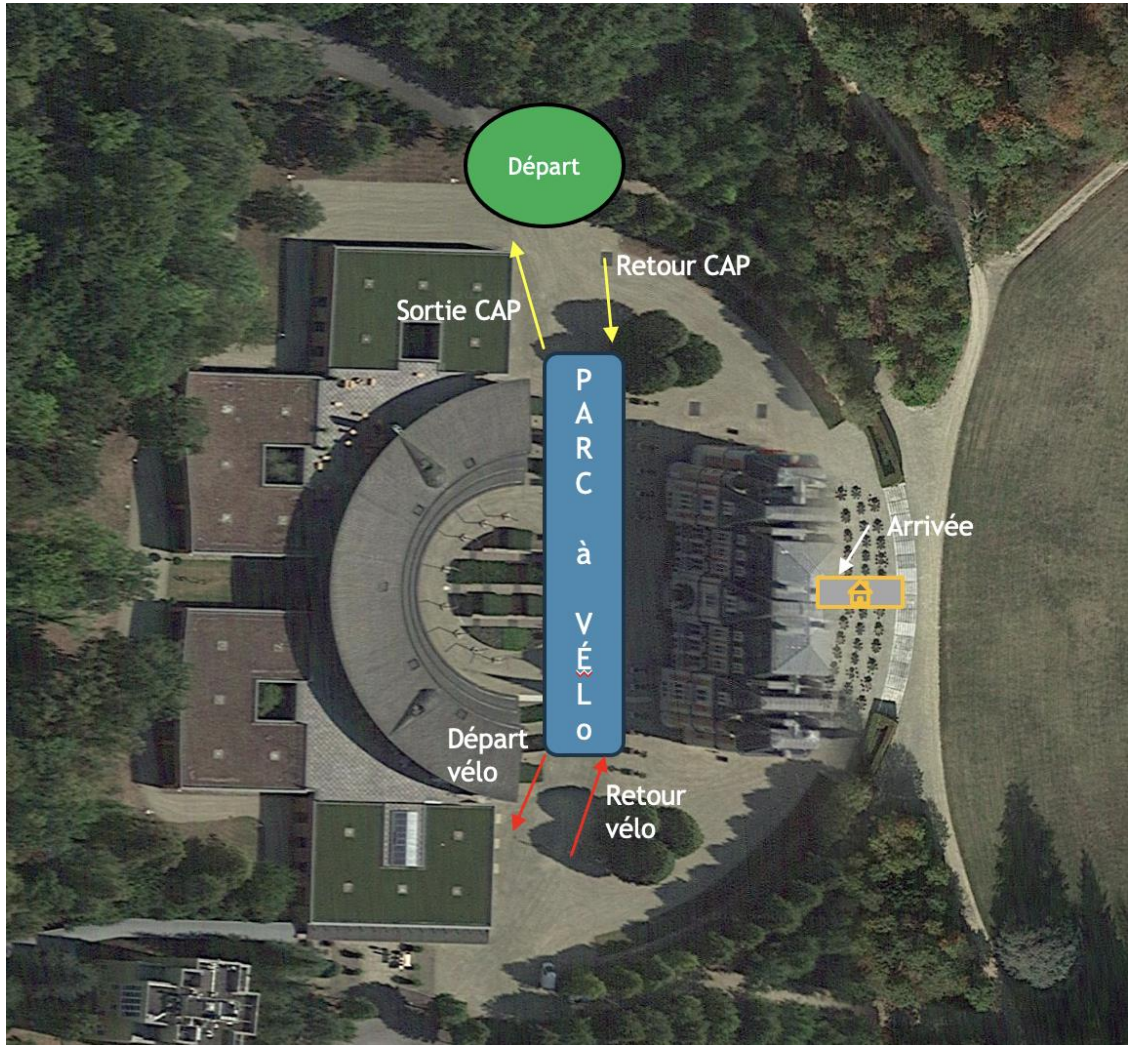
Mini-poussins - Poussins

VTT obligatoire

- Cette course est réservée aux participants nés à partir de 2019 jusqu'à 2016
- Un classement sera réalisé selon la catégorie et le sexe (cf tableau)
- LE DÉPART DE LA COURSE SE FERA À 9H30 PRÉCISES.
- Ouverture du parc à vélo à 8h15
- Fermeture du parc à vélo à 9h15
- DÉROULEMENT DE LA COURSE :
  - 250m de course à pied
  - 1000m de vélo
  - 250m de course à pied

TEAM wellness Triathlon - Running

ENTRÉ SORTIE PARC CYCLISME et CAP



CONSIGNES COURSE À PIED

- Dossard positionné devant
- 1 boucle de 250m avant le vélo et une boucle de 250m après le vélo

1er tour CAP

2ème tour et arrivée



TEAM wellness
Triathlon - Running

CONSIGNES VÉLO

- 1 boucle
- Dossard dans le dos et numéro sur le casque
- Le vélo s'effectue sur un circuit fermé mais avec des portions en aller-retour.

ENTRÉE SORTIE PARC CYCLISME

Ligne de monter et descente de vélo



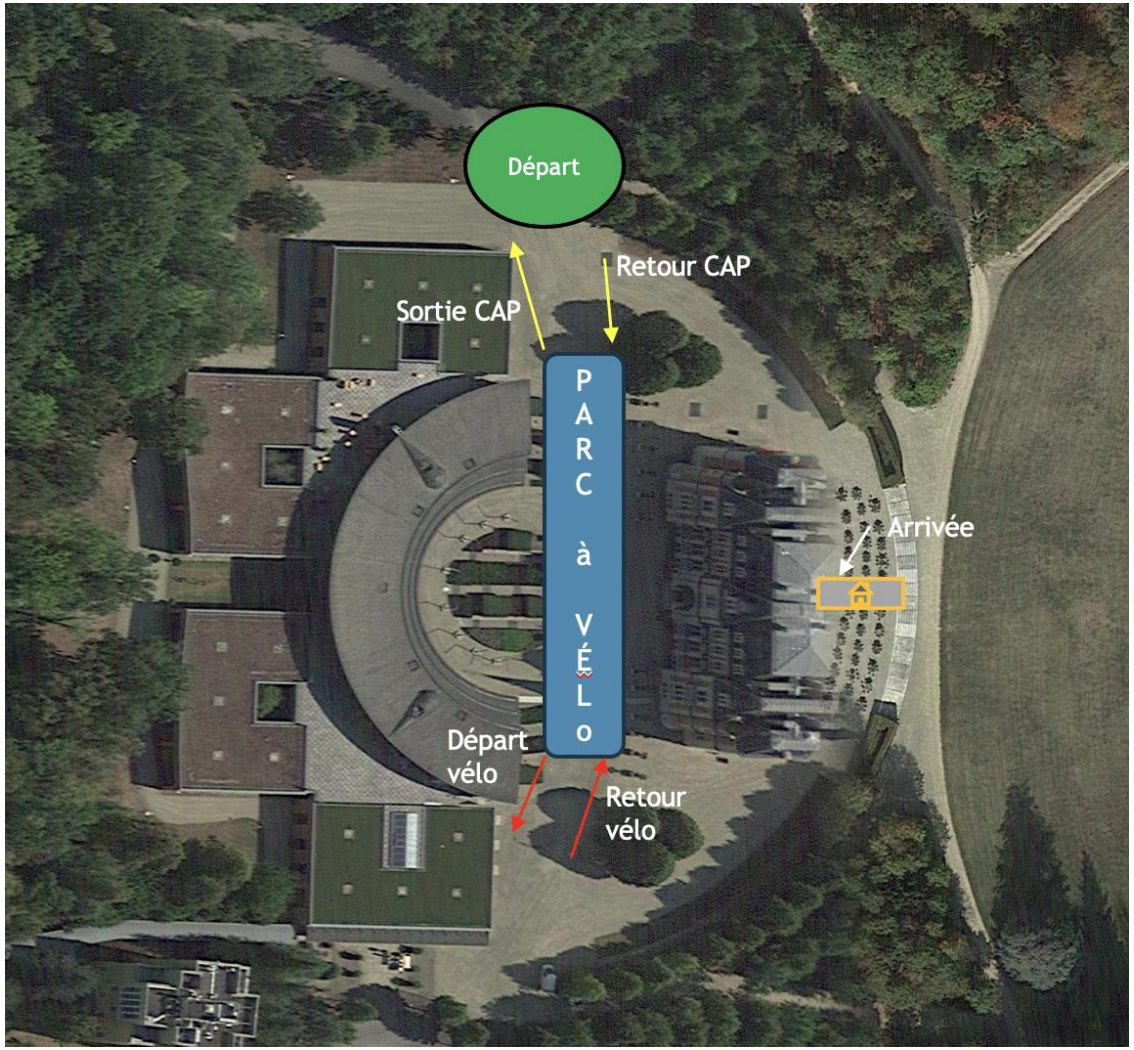
COURSE JEUNES 10-13 ans

Pupilles - Benjamins

VTT obligatoire

- Cette course est réservée aux participants nés à partir de 2012 jusqu'à 2015
- Un classement sera réalisé selon la catégorie et le sexe (cf tableau)
- LE DÉPART DE LA COURSE SE FERA À 10H15 PRÉCISES.
- Ouverture du parc à vélo à 8h15
- Fermeture du parc à vélo à 9h15
- DÉROULEMENT DE LA COURSE
  - 500m de course à pied
  - 2000m de vélo
  - 500m de course à pied

ENTRÉE SORTIE PARC CYCLISME et CAP



CONSIGNES COURSE À PIED

- Dossard situé devant
- 1 boucle de 500m avant le vélo et une boucle de 500m après le vélo

1er tour CAP

2ème tour et arrivée



TEAM wellness
Triathlon - Running

CONSIGNES VÉLO

- 1 boucles de 2KM
- Dossard dans le dos et numéro sur le casque
- Le vélo s'effectue sur un circuit fermé mais avec des portions en aller-retour.

ENTRÉE SORTIE PARC CYCLISME

Ligne de monter et descente de vélo



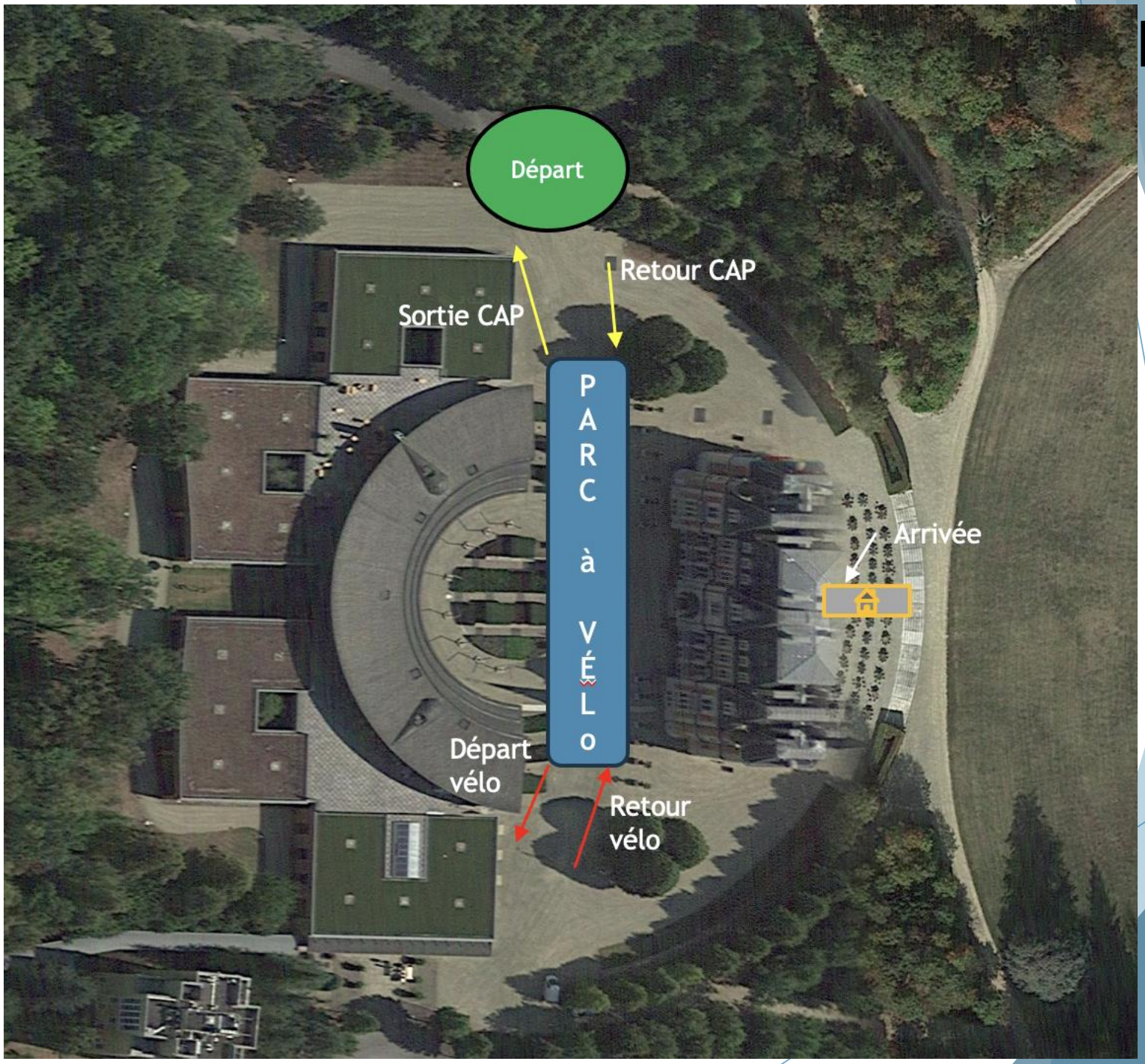
COURSE XS 14-99 ans

Minimes et +

VTT obligatoire

- Cette course est réservée aux participants nés à partir de 2011 jusqu'à 1927
- Un classement sera réalisé selon la catégorie et le sexe (cf tableau)
- Ouverture du parc à vélo 8h15
- Fermeture du parc à vélo 9h15
- LE DÉPART DE LA COURSE SE FERA À 11H PRÉCISE.
- DÉROULEMENT DE LA COURSE
  - 750m de course à pied
  - 5000m de vélo
  - 750m de course à pied

P


Départ
Retour CAP
Sortie CAP
PARC à VÉLo
Arrivée
Départ vélo
Retour vélo

CONSIGNES COURSE À PIED

- Dossard situé devant
- 1 boucle de 750m avant le vélo et une boucle de 750m après le vélo

1er tour CAP

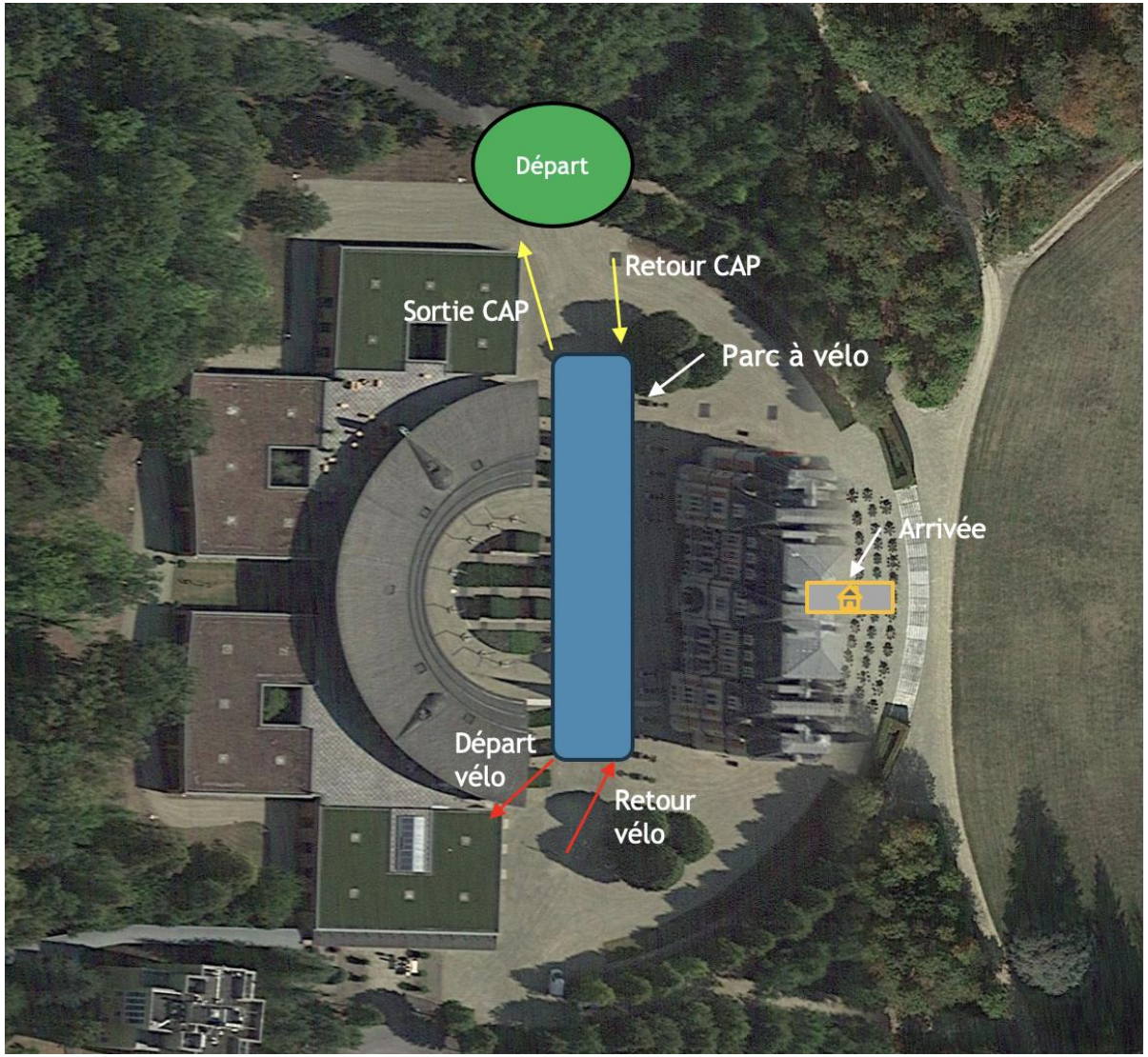
2ème tour et arrivée



CONSIGNES VÉLO

- 1 boucle de 5kms
- Dossard dans le dos et numéro sur le casque
- Le vélo s'effectue sur un circuit fermé mais avec des portions en aller-retour. Le drafting est interdit

ENTREE SORTIE PARC CYCLISME et CAP



ENTRÉE SORTIE PARC CYCLISME

Ligne de monter et descente de vélo

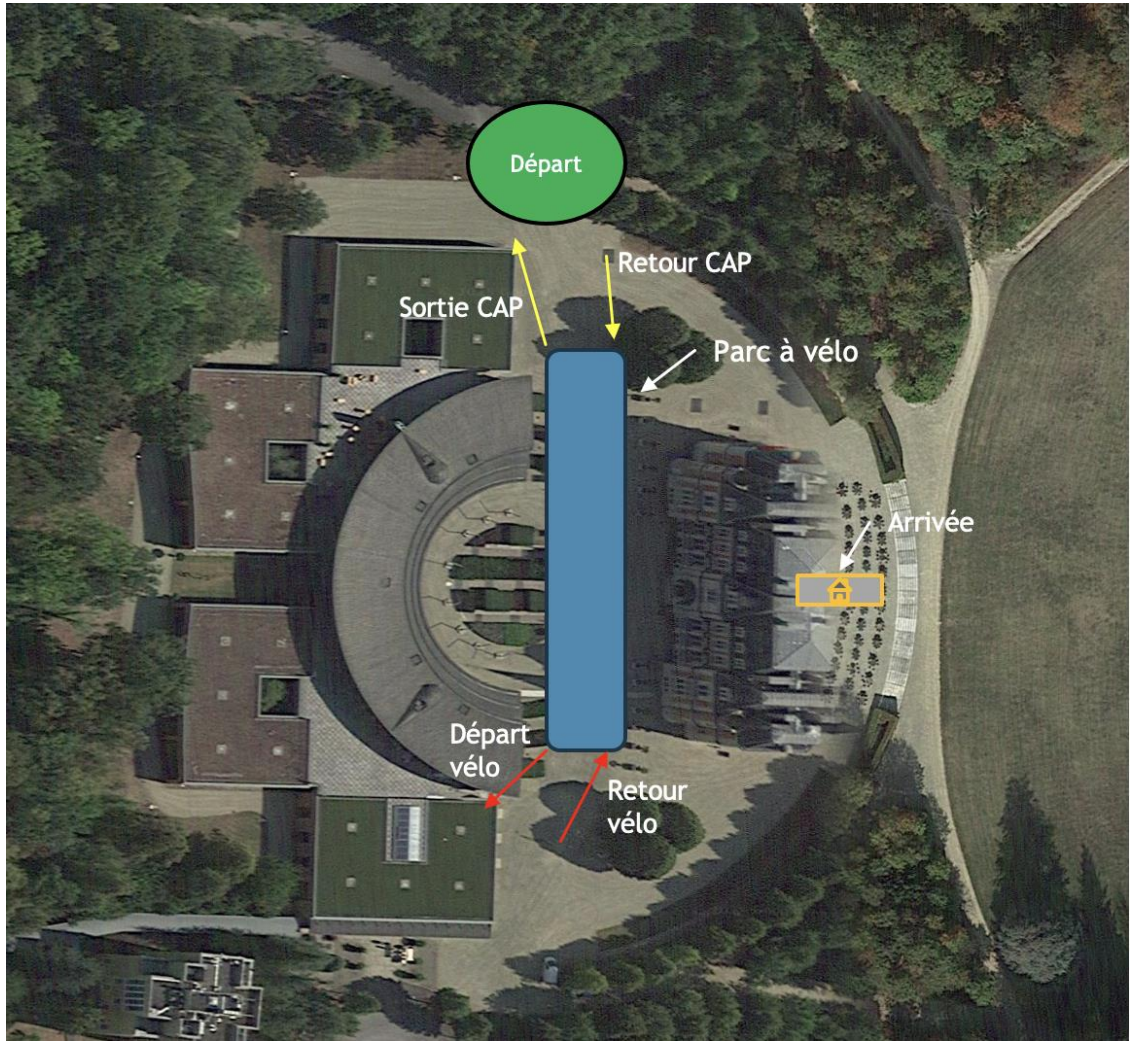


COURSE S 18-99 ans

VTT obligatoire

- Cette course est réservée aux participants nés à partir de 2006 jusqu'à 1927
- Un classement sera réalisé selon la catégorie et le sexe (cf tableau)
- Ouverture du parc à vélo 12h30
- Fermeture du Parc à vélo 13h30
- LE DÉPART DE LA COURSE SE FERA À 14H PRÉCISE.
- DÉROULEMENT DE LA COURSE
  - 5km de course à pied
  - 15km de Vélo
  - 2500m de course à pied

ENTRÉE SORTIE PARC CYCLISME et CAP



CONSIGNES COURSE À PIED

- Dossard situé devant
- 1 boucle de 2500m avant le vélo à réaliser deux fois et une boucle de 2500m après le vélo à réaliser une fois.

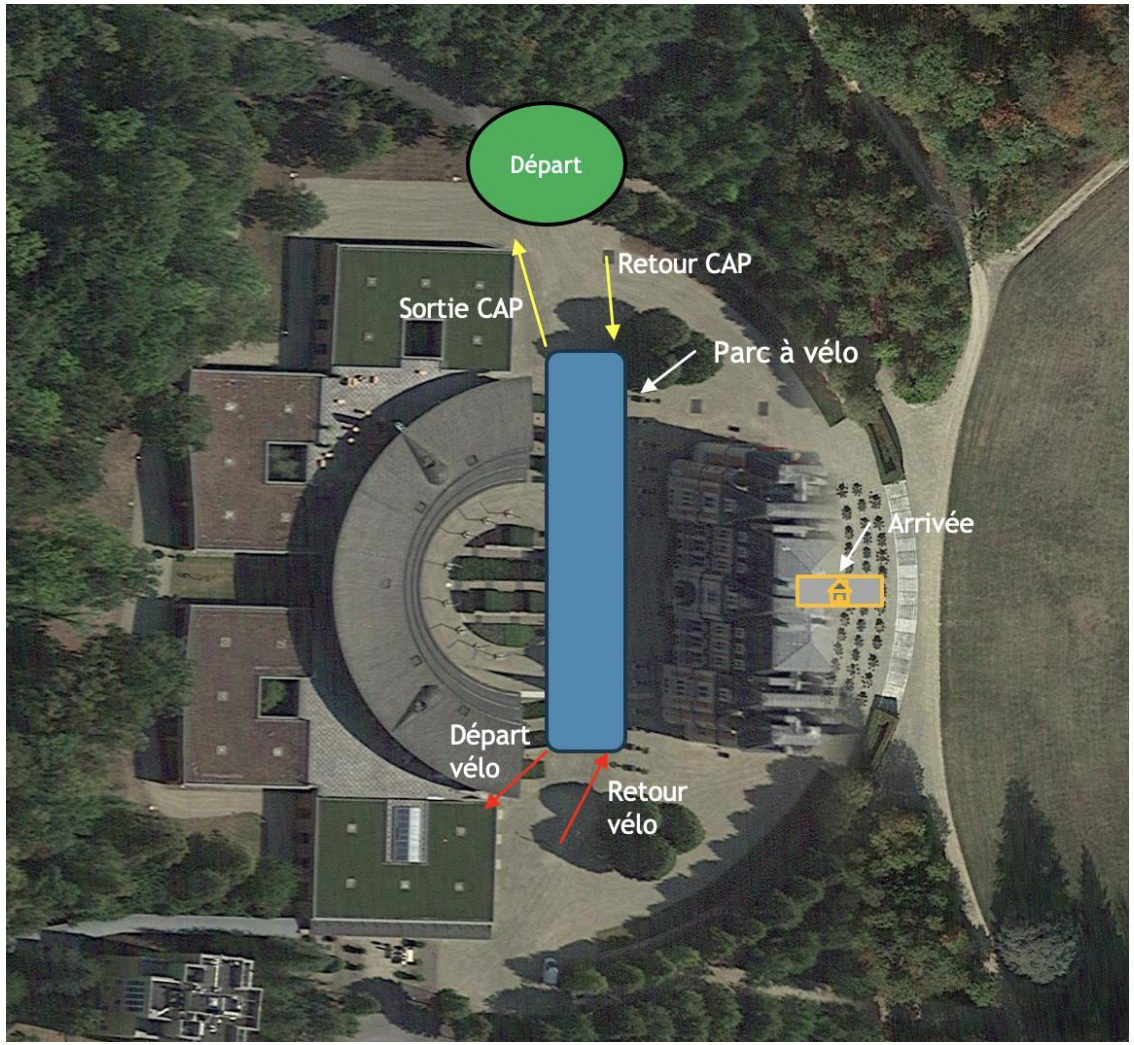
→ Arrivée



CONSIGNES VÉLO

- 3 boucle de 5kms
- Dossard dans le dos et numéro sur le casque
- Le vélo s'effectue sur un circuit fermé mais avec des portions en aller-retour.

ENTRÉE SORTIE PARC CYCLISME et CAP




Parc à vélo
La NONNETTE
Ancienne MENUISERIE
LOGISTIQUE
Le FORUM
Le LAC
Terrain de FOOTBALL
Anciennes ECURIES
Le CHÂTEAU
Les VILLAS
Les CHAUFFEURS
Les THERMES
Les TOURELLES
Entrée PRINCIPALE
Terrains de TENNIS
Ferme NORMANDE
Route de CHANTILLY

FIN ET BONNE COURSE

TEAM wellness

Triathlon - Running