

CHECK-IN/CHECK-OUT et BRIEFING

CHECK-IN

Samedi 30 mai de 14h à 19h

Le CHECK-IN correspond au moment où vous devez **obligatoirement** déposer vos sacs de transition et votre vélo.

 2 lieux de transitions pour déposer votre vélo et vos sacs de transition :

- 1- **Esplanade du Pont du Gard Rive Droite** (se garer sur le parking Rive Droite plus proche de la zone de transition)

DÉPOSEZ VOTRE VÉLO ET VOTRE SAC DE TRANSITION BIKE

Avant de rentrer dans le parc à vélos, vous devrez mettre votre casque et accrocher la jugulaire.

- Des arbitres réaliseront :
 - Le contrôle visuel de votre vélo
 - Le contrôle des freins
 - Le contrôle de votre casque
 - Le contrôle de la fixation des autocollants sur votre vélo et votre casque
 - Le port du bracelet
- Vous devrez ranger votre vélo et votre sac BIKE en fonction de votre numéro. Le vélo doit être accroché par la selle et pas par le guidon.
- Votre casque doit être dans votre sac BIKE
- Les chaussures et la nutrition peuvent être clipsées sur le vélo le matin de la course
- Déposez votre dossard fixé avec les 2 points dans votre sac BIKE

A noter : lors de votre inscription, il vous sera demandé de rentrer votre plaque d'immatriculation de voiture pour avoir un accès gratuit au parking rive gauche lors de votre arrivée.

- 2- **Esplanade de NIMES (proche des Arènes de Nîmes) en centre-ville.** (Parking de l'esplanade ou parking des Arènes voire Assas les plus proches)

DÉPOSEZ VOTRE SAC DE TRANSITION RUN

- Vérifiez que vous ayez bien mis l'ensemble de vos affaires pour la transition vélo-course à pied. Aucun accès ne sera possible le matin de la course. Au niveau de chaque zone de transition, des bénévoles et arbitres seront disponibles pour répondre à vos questions.
- Prenez le temps d'identifier les entrées et les sorties au niveau de chaque zone de transition.

Puce de chronométrage :

- Elle vous sera remise à la sortie de la transition 1 (Pont du Gard) , lors de la dépose de votre vélo
- Elle sert à enregistrer votre temps de départ et d'arrivée , ainsi qu'à chaque transition et zone de contrôle sur le parcours à chaque tapis de chronométrage .
- Vous devez la porter à la cheville gauche pendant toute la course.
- Vous devez l'avoir sur vous pour le Check out du vélo. **VOUS DEVEZ LA GARDER SUR VOUS-MEME SI VOUS ABANDONNEZ.**

La puce de chronométrage est un prêt. Vous devez la retourner à l'organisation ou vous sera facturé pour son remplacement.

IMPORTANT : Si vous perdez votre puce pendant la course, présentez vous à la sortie du parc à vélo en T1 et à la tente de pénalité en T2. Notre équipe vous fournira une puce de remplacement pour que vous puissiez continuer la course .



SACS DE TRANSITION :

SAC BIKE

Il doit contenir l'équipement dont vous avez besoin pour le parcours vélo : casque avec étiquette vélo collée à l'avant, dossard fixé par les 2 points minimum, chaussures de vélo si elles ne sont pas clipsées sur le vélo, nutrition, lunettes de soleil ...

**Ce sac est à déposer à la zone de transition 1 : Pont du Gard
Samedi 30 mai de 14h à 19h**

SAC RUN

Il doit contenir l'équipement dont vous avez besoin pour le parcours course à pied : chaussures de course à pied, 2^{ème} paire de chaussettes, nutrition, casquette...

Après avoir utilisé votre sac de transition RUN pour la transition VELO-COURSE A PIED, utilisez ce sac pour ranger vos affaires de vélo, y compris le casque.

**Ce sac est à déposer à la zone de transition 2 : Esplanade de Nîmes
Samedi 30 mai de 13h à 19h**

SAC STREET WEAR

Il s'agit de votre sac de vêtements de rechange. Vous pouvez y mettre tous les vêtements supplémentaires que vous portez avant la course et tout ce dont vous pourriez avoir besoin après la course.

Ce sac est à déposer le jour de la course à côté de la zone de départ.

Il sera ramené à la zone d'arrivée du triathlon que vous pourrez récupérer à la fin de la course.

PENSEZ À ETIQUETER TOUS VOS SACS AVEC VOTRE NUMÉRO DE DOSSARD

CHECK-OUT :

Le Check out correspond au moment où vous pouvez récupérer votre vélo et sacs de transition À LA TRANSITION T2 (esplanade de Nîmes).

 LA PUCE et le bracelet sont obligatoire pour récupérer votre équipement. Vous devez également rendre votre puce à la sortie du parc à vélo.

BRIEFING :

Dimanche 31 mai avant le départ de la course sur les berges du Pont du GARD