



Diekirch, le 27 mars 2024

TRIATHLON/ AQUATHLON (Swim&Run)

Jhemp ERNZEN
Tél. : 621 374 930

Sven SCHMAL
Tél : 691 932 124

E-mail : sport@lcd.lu

A V I S

aux Dirigeants des Associations sportives estudiantines

Date et Lieu: Jeudi, le 23 mai 2024 à Diekirch (Stade & Piscine municipale)

Programme :

Ouvert à :

- Toutes les catégories LASEL (Minimes, Cadets, Juniors, Seniors)
- Féminin et Masculin
- Non-affiliés et Affiliés FLTRI/FLA/FLNS

Classements :

- a) Classement général individuel féminin et masculin (overall)
- b) Classement selon les différentes catégories

Distances:



100m (cat. Minimes) et 200m (autres cat.)

et



800m (cat. Minimes) et 1200m (autres cat.)

Horaire: **Rendez-vous à partir de 13.30 heures au Stade MUNICIPAL à Diekirch**

Prévisionnel à titre d'exemple :

14h15 - 1ère course (Minimes)
14h30 - 2e course (Minimes)
14h45 - 3^e course (Minimes)
15h00 - 4^e course (Cad-Jun/Sen)
15h20 - 5^e course (Cad-Jun/Sen)
15h45 - 6^e course (Cad-Jun/Sen)
16h15 - Remise des prix
16h30 - Fin

Le nombre définitif de courses dépend des inscriptions.

Règlements

- **NATATION (SWIM)** : 100m et 200m (style libre). Départ dans l'eau.
4 et 8 longueurs dans bassin à 25m. **Le bonnet de bain n'est pas obligatoire . Parcours en forme de M dans la piscine.**
- **TRANSITION** : 40m de course à pieds du bassin vers la zone de transition (Gazon). Obligation de mettre chaussures de sport, short, tshirt avec dossards. Le trisuit (combinaison triathlon) est permis. Les emplacements par lycée sont indiqués.
- **COURSE A PIEDS (RUN)** : 800m et 1200m - 2 et 3 tours de piste (400m)
- **Prière de ramener les dossards du Lycée pour la course.**

Inscriptions

- Les dirigeants des ASE sont priés de faire parvenir les fiches d'inscription à l'organisateur pour le **21 Mai 2023 au plus tard (sport@lcd.lu)**
- **Prière de communiquer les changements par GSM (621374930) avant 12h45 !!**
- **Présentation de la liste « Licences LASEL » obligatoire!**

Vestiaires

Les vestiaires seront à la disposition des participants à partir de 13.00 heures.