

ST CYPRIEN PENTATHLON MODERNE



COMPETITION
QUALIFICATIVE POUR
LES CHAMPIONNATS DE
FRANCE



TRIATHLÉ

SAMEDI 15 AVRIL 2023

NATATION: PISCINE ESPACE AQUASUD
LASER RUN : GRAND STADE LES CAPELLANS
A SAINT CYPRIEN
DE 12H à 17H





COMPETITION De TRIATHLE

**QUALIFICATIF pour les
CHAMPIONNATS DE FRANCE**



Samedi 15 avril 2023

Lieu : Natation : Piscine Espace Aquasud de Saint Cyprien

Laser-run : Complexe Grand stade les Capellans

- **Date limite d'inscription : mardi 11 avril 2023 (20h00) terme de rigueur
(Avec tableau joint complété précisant les temps de natation)**

PROGRAMME

- o **A partir de 11h15 Accueil et validation des inscriptions devant la piscine**

11h45 : Ouverture des portes / Echauffements général 15mn

Début de la compétition DE NATATION

Distances : U9-U11-M60 = 50m / U13-U15-M40&50 = 100m / U17-U19U-U22-Sénior = 200m

14h00 : Fin de compétition de natation / Déplacement sur les Capellans

14h30 :	U19, U22, Senior Mixte	5 X 600m	4 Tirs à 10m
15H00 :	U17 filles et garçons	4 X 600m	4 Tirs à 10m
15H30 :	U15 filles	3 X 600m	3 Tirs à 10m
16h00 :	U15 garçons	3 X 600m	3 Tirs à 10m
16H30 :	U13 filles	3 X 300m	3 Tirs à 5m
16h45 :	U13 garçons	3 X 300m	3 Tirs à 5m
17h00 :	U11 filles	2 x 300m	2 Tirs à 5m
17H15 :	U11 garçons	2 x 300m	2 Tirs à 5m
17H30 :	U9 filles et garçons	2 x 300m	2 Tirs à 5m
17H50 :	Master 40 et 50 +/- mixte	3 X 600m	3 Tirs à 10m
	Master 60 et 70 +/- mixte	2 X 600m	2 Tirs à 5m

18h00 : Remise des prix et récompenses

Engagement : 6€ à régler le jour même à la table d'inscription.

**Une buvette sera à disposition avec , boissons, crêpes et sucreries à GRAND STADE LES
CAPELLANS**

Contact : 07 69 52 88 30 ou 06 25 99 64 30

Email : pentastcyp@gmail.com

