

PENTATHLON PENNOIS

Association loi 1901 - JO le 22 septembre 97 N° 1/21102 - Agrément Ministère Jeunesse et Sports N° 1672 S/98 du 09/12/98

PROGRAMME DU TRIATHLE PACA N° 3 Les Pennes Mirabeau - Saison 2023-2024

SAMEDI 13 AVRIL 2024

- Sites**
- **Natation** : Piscine du Jas de Rhodes, av Cne de Corvette Paul Brutus, 13170 Les Pennes Mirabeau
 - **Combiné tir/course** : Pistes du Complexe Sportif Jean Roure, 32 Chemin de la Capelane, 13170 Les Pennes Mirabeau

- Natation

- 8h00 – Echauffement collectif
- 8h20 – Début des séries [puis relais loisir* (distance aux individuels divisée par 2)]

- Laser-Run

- 11h00 - U9 pré-pupilles, U11 Pupilles
- 11h20 - U13 Poussin(e)s
- 11h40 - U15 Benjamin(e)s, U17 Minimes
- 12h10 - Master 40+ / 50+ / 60+
- 12h40 - U19 Cadet(te)s / U22 Juniors / Séniors
- 13h10 – Relais* (2 tours : tir-300m par équipier(e))
- 14h00 – Podiums à la suite de la dernière série

* les équipes de relais pourront se finaliser sur place

Ce planning est prévisionnel, il est susceptible d'évoluer en fonction de la météo et du nombre de participants

Pré inscriptions : mercredi 10 avril 2024 dernier délai

Engagement : 5€ / athlètes à régler sur place.

EN CAS D'INSCRIPTION SUR PLACE, L'ENGAGEMENT SERA DE 10€

Pour tous renseignements : Jean-Christophe Perrier – 06 77 76 39 09 – jc.perrier7@orange.fr

Thomas Fleurot – 06 27 63 75 05

Laetitia Madec – 06 76 48 00 83



PENTATHLON PENNOIS

Association loi 1901 - JO le 22 septembre 97 N° 1/21102 - Agrément Ministère Jeunesse et Sports N° 1672 S/98 du 09/12/98

PROGRAMME DU TRIATHLE PACA N° 3 Les Pennes Mirabeau - Saison 2022-2023

SAMEDI 13 AVRIL 2024

- Plan du parcours du laser run

Parcours A (par beau temps)



Parcours B (en cas de mauvais temps)

