



## **TRIATHLON**

### **AQUATHLON ( Swim&Run)**

Diekirch, le 15 mars 2023

Jhemp ERNZEN  
Tél. : 621 374 930

Sven SCHMAL  
Tél : 691 932 124

E-mail : [sport@lcd.lu](mailto:sport@lcd.lu)

### **A V I S**

aux Dirigeants des Associations sportives estudiantines

**Date et Lieu: Jeudi, le 27 avril 2023 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 : 13.30 heures au Stade MUNICIPAL à Diekirch**

**Prévisionnel à titre d'exemple :**

14h05 – 1ère course ( Minimes )  
14h20 - 2e course ( Minimes )  
14h35 - 3<sup>e</sup> course ( Minimes )  
14h45 - 4<sup>e</sup> course ( Cad-Jun/Sen )  
15h05 - 5<sup>e</sup> course ( Cad-Jun/Sen )  
15h25 - 6<sup>e</sup> course ( Cad-Jun/Sen )  
15h45 - Remise des prix  
16h00 - Fin

Le nombre définitif de courses dépend des inscriptions.

**Règlements**

- NATATION ( SWIM ) – 100m/200m ( style libre ). Départ dans l'eau. 4 et 8 longueurs dans bassin à 25m. Bonnet de bain obligatoire fourni par l'organisateur.
- 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.
- COURSE A PIEDS ( RUN ) – 800m et 1200m - 2 tours de pistes et 3 tours de piste.
- **Prière de ramener les dossards du Lycée pour la course.**
- MODUS : En fonction du nombre des inscriptions il y aura soit des départs par groupe de 10 à 15 élèves ( 2 à 3 par couloir), soit une formule poursuite, départ toutes les 20 secondes individuellement.

**Inscriptions**

- Les dirigeants des ASE sont priés de faire parvenir les fiches d'inscription à l'organisateur pour le **25 avril 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.