



DIMANCHE 30 AOÛT 2026 · LAC DE VESOUL-VAIVRE

mon premier **TRIATHLON**

AVENIR 1

6-9 ans

Le livret des parents et des enfants : tout ce qu'il faut organiser avant le départ, et des pages à remplir, cocher et découper pour les petits triathlètes.



GROUPE TRIATHLON
VESOUL HAUTE-SAÔNE

WWW.GTV70.FR



MOT DE L'ORGANISATION

Chers parents,

C'est avec une immense fierté que le Groupe Triathlon Vesoul Haute-Saône accueille votre enfant pour la **42^e édition du Triathlon de Vesoul**. Depuis plus de quarante ans, cette épreuve rassemble élites, amateurs, familles et para-athlètes autour du lac de Vesoul-Vaivre.

L'épreuve **Avenir 1**, réservée aux 6-9 ans, est pour beaucoup un premier dossard. Les distances sont courtes, le parcours est encadré de bout en bout par nos bénévoles et nos arbitres, et l'objectif est simple : franchir la ligne avec le sourire.

Ce livret est fait pour deux lecteurs. Les pages bleues vous guident, vous les parents : horaires, retrait de dossard, accès, où vous placer pour encourager. Les pages colorées sont pour votre enfant : sa course en trois étapes, sa checklist, son record et son diplôme.

Lisez-le ensemble avant le jour J. Et si vous avez la moindre question, nos bénévoles seront là pour vous.



Le comité d'organisation GTV70

Jean Philippe — Président du GTV 70





SOMMAIRE



Pages parents

Organisation & logistique



Pages enfants

À remplir, cocher, découper

02 Mot de l'organisation

04 Ma course en 3 étapes

05 Programme & horaires

06 Ma checklist « mon sac »

07 Retrait de dossard

08 Le site de course

09 Accès & stationnement

10 Où regarder mon enfant

11 Sécurité & encadrement

12 Mon record

13 Buvette & village

14 Mes autocollants à découper

15 Contacts & urgences

16 Mon diplôme

Informations & inscriptions

www.gtv70.fr · m-chrono.fr / njuko.net

à lire ensemble !

MA COURSE EN 3 ÉTAPES

Un triathlon, c'est trois sports à la suite, sans s'arrêter. Voilà ta course, dans l'ordre.

1



JE NAGE

50 mètres dans la piscine de Ludolac, c'est une seule longueur du grand bassin.

50
MÈTRES



2



JE PÉDALE

1 kilomètre à vélo. Ton casque reste attaché du début à la fin, même quand tu pousses ton vélo.

1
KM



3



JE COURS

500 mètres jusqu'à la ligne d'arrivée. Lève les bras, tout le monde t'encourage !

500
MÈTRES



Et à l'arrivée...

Un bénévole récupère ta puce, tu bois un verre d'eau, et tu retrouves tes parents. Tu es triathlète !



PROGRAMME & HORAIRES

DIMANCHE 30 AOÛT

Retrait des dossards dès 8h00

VOTRE ÉPREUVE – AVENIR 1

AVENIR 1

6-9 ans

DISTANCES

Nat. 50 m

Vélo 1 km

CAP 500 m

PARC À VÉLOS

10h30 → 11h15

DÉPART

11h30

VOTRE JOURNÉE, HEURE PAR HEURE

**dès
8h00**

Ouverture du retrait des dossards. Venez tôt, la file est plus courte.

10h30

Ouverture du parc à vélos : votre enfant y dépose son vélo et son casque.

11h15

Fermeture du parc à vélos. Après cette heure, plus d'accès possible.

11h30

Départ de l'Avenir 1 — natation à Ludolac.

12h00

Départ de l'Avenir 2 (10-13 ans), juste après.

Inscriptions en ligne uniquement jusqu'au **jeudi 27 août minuit** sur m-chrono.fr / njuko.net.
Aucune inscription sur place.

MON SAC EST PRÊT ?

Prépare ton sac avec tes parents et coche chaque case quand l'objet est dedans.

☐

Mon maillot de bain

☐

Mes lunettes de piscine

☐

Mon vélo

☐

Mon casque

☐

Mes baskets

☐

Mon tee-shirt et mon short ou ma trifonction

☐

Ma serviette

☐

Ma gourde d'eau

☐

Ma casquette

☐

Un petit encas

CE QUE LES PARENTS APPORTENT

☐

La pièce d'identité de l'enfant

☐

La licence FFTRI ou le Pass Compétition

Tout coché ? Alors bonne nuit, champion !



RETRAIT DE DOSSARD

Présentez-vous à la table « Retrait des dossards » en suivant la signalétique, avec la **pièce d'identité de votre enfant** et sa **licence FFTRI ou son Pass Compétition**. Prévoyez d'arriver largement avant l'ouverture du parc à vélos.

RETRAIT DIMANCHE 30

dès 8h00

PARC À VÉLOS

**10h30 →
11h15**

DÉPART

11h30

CE QUE CONTIENT LE SAC DE COURSE



Le dossard

Dans le dos à vélo, sur le ventre en course à pied. Non coupé, non plié.



La puce chronométrique

À attacher à la cheville gauche de l'enfant, à garder pendant toute la course. Un bénévole la récupère à l'arrivée.



Les autocollants numéro

À coller sur le cadre du vélo et sur le casque, bien visibles des arbitres. Faites-le avant d'entrer dans le parc.

AU DÉPÔT DU VÉLO, VÉRIFIEZ AVEC VOTRE ENFANT



Casque attaché, jugulaire fermée.



Freins en bon état, vélo contrôlé par un arbitre.



Vélo rangé à l'emplacement du numéro de dossard.

⚠ Important : aucun dossard ne sera remis sans pièce d'identité valide. Vérifiez le contenu du sac dès le retrait. En cas de perte du dossard ou de la puce le jour J, présentez-vous immédiatement à la tente de retrait des dossards.

LE SITE DE COURSE

Lac de Vesoul-Vaivre — Av. des Rives du Lac

Un cadre naturel exceptionnel : plage, eau calme, rives verdoyantes. Tout se passe sur un périmètre réduit — de la piscine à la ligne d'arrivée, vous ne marchez que quelques minutes.



PLAN DU VILLAGE — REPÈRES CLÉS



Natation à Ludolac

Piscine 50 m, au bord du site



Restauration

Ouverte tout le week-end

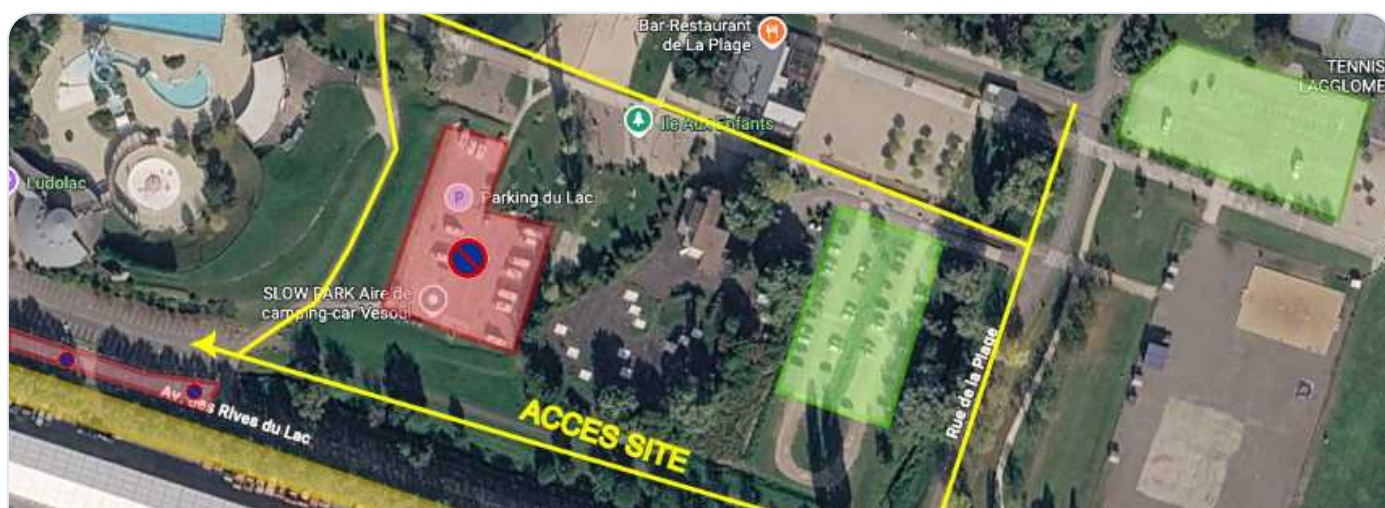


Village Partenaires

Stands, animations, fan zone

Le lac est un **site Natura 2000** — respectons cet espace ensemble : les déchets se jettent dans les poubelles du village.

ACCÈS & STATIONNEMENT



VUE D'ENSEMBLE – PARCOURS & PARKINGS

ADRESSE GPS

Lac de Vesoul-Vaivre

Av. des Rives du Lac, Vesoul (70)

PARKINGS

● **À privilégier**
Parking principal

● **Toléré**
Parking secondaire

● **Interdit de stationner**
Stationnement interdit

⚠ Pendant les courses

Des **difficultés de circulation** sont à prévoir aux abords du site pendant les deux jours. L'Av. des Rives du Lac est gérée par les bénévoles. Prévoyez du temps supplémentaire et suivez les consignes.

Arrivez large

Le parc à vélos ferme à **11h15**, sans exception. Comptez le temps de parking, la marche jusqu'au village, le retrait du dossard et l'habillage de votre enfant. Arriver deux heures avant le départ n'est pas de trop pour un premier triathlon.



OÙ REGARDER MON ENFANT

Les trois disciplines se suivent sur un site compact. Vous ne pouvez pas être partout, mais vous pouvez voir votre enfant plusieurs fois si vous choisissez bien votre place.

1

Au bord du bassin — Ludolac

Le départ et les 50 m de natation. C'est le moment où votre enfant a le plus besoin de vous voir. Placez-vous en amont, l'accès se fait en suivant la signalétique.

2

Aux abords du parc à vélos

Votre enfant y passe deux fois : pour prendre son vélo, puis pour le raccrocher. Le meilleur poste d'observation du livret — mais restez derrière les barrières, l'intérieur du parc est réservé aux athlètes et aux arbitres.

3

Sur la ligne d'arrivée

Les 500 m de course à pied se terminent au village. Placez-vous dans les derniers mètres : c'est là que la photo est belle et que l'enfant lève les bras.

À faire

- ✓ Convenez d'un point de rendez-vous après l'arrivée, avant le départ.
- ✓ Encouragez tous les enfants, pas seulement le vôtre.
- ✓ Laissez les allées de passage libres pour les coureurs.

À éviter

- ✗ Entrer dans le parc à vélos ou sur le parcours.
- ✗ Accompagner son enfant en courant à côté de lui.
- ✗ Lui passer à boire ou à manger en dehors des ravitaillements.



SÉCURITÉ & ENCADREMENT

L'épreuve Avenir 1 est encadrée de bout en bout. Voici qui veille sur votre enfant et ce qui est attendu de lui.

QUI EST SUR LE PARCOURS

Les bénévoles

Postés aux carrefours, aux entrées et sorties du parc et le long du parcours. Reconnaisables à leur tenue, ils indiquent la direction.

Les arbitres

Ils contrôlent les vélos et les casques à l'entrée du parc et veillent au respect des règles pendant la course.

Les secours

Un poste de secours est présent sur le site pendant toute la durée des épreuves.

LES RÈGLES À EXPLIQUER À VOTRE ENFANT

- 1 Le casque reste attaché** du moment où il touche son vélo jusqu'au moment où il l'a raccroché. C'est la règle la plus importante.
- 2 On ne monte pas sur le vélo dans le parc** : on le pousse jusqu'à la ligne de montée, et on descend avant la ligne de descente.
- 3 On suit le fléchage et les bénévoles**, sans jamais couper le parcours.
- 4 Si ça ne va pas, on s'arrête et on lève la main** : un bénévole viendra tout de suite.

⚠ **Matériel et affaires personnelles**

Les sacs et caisses sont interdits dans l'aire de transition : déposez-les dans l'espace prévu à cet effet, en extrémité de parc à vélos. Chaque athlète est responsable du matériel qu'il laisse dans le parc — l'organisation ne peut être tenue responsable en cas de perte, vol ou détérioration.

En cas d'urgence sur le site, adressez-vous au bénévole le plus proche. Les numéros d'urgence figurent page 15.

MON RECORD

Garde une trace de ta course. Tu compareras l'année prochaine !

MON PRÉNOM

MON DOSSARD

MON ÂGE



Natation 50 m



Vélo 1 km



Course 500 m

MON TEMPS TOTAL

COMMENT JE ME SUIS SENTI



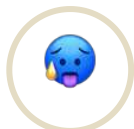
Génial



Bien



Dur



Très dur

entoure ton visage

CE QUE J'AI PRÉFÉRÉ

Bravo, tu as fini ton triathlon !



BUVETTE & VILLAGE

Le Village Triathlon reste ouvert après la course de votre enfant : de quoi se restaurer, célébrer l'effort en famille et repartir avec un souvenir de la journée.



Restauration

Ouverte tout le week-end sur le village.
Sandwichs, boissons et de quoi tenir jusqu'aux podiums.



Village Partenaires

Stands, animations et fan zone. C'est aussi là que se retrouvent les familles entre deux épreuves.

APRÈS L'ARRIVÉE

- › Un bénévole récupère la puce chronométrique de votre enfant. En cas de puce non restituée, elle est facturée.
- › Zone finishers : eau, ravitaillement et espace de récupération.
- › Le vélo se récupère au parc à vélos, une fois toutes les épreuves de la vague terminées.

PODIUMS & REMISE DES PRIX

Les podiums ont lieu peu après chaque épreuve, sur le village.

⚠ Tout enfant récompensé doit se présenter à la cérémonie. En cas d'absence, aucune récompense ne sera remise.

Profitez de la journée !

Résultats sur www.gtv70.fr et m-chrono.fr · Délai J+3

MES BADGES À DÉCOUPER

Découpe tes badges le long des pointillés et colle-les sur ton cahier, ta gourde ou ta trousse.



**J'AI NAGÉ
50 M**



**J'AI PÉDALÉ
1 KM**



**J'AI COURU
500 M**



**JE SUIS
TRIATHLÈTE**



**CASQUE
TOUJOURS
ATTACHÉ**

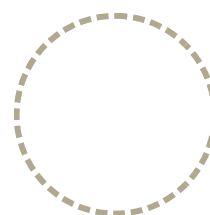
Vesoul

**42^E TRIATHLON
2026**



Un badge vide, pour toi

Dessine ton propre badge dans le cercle ci-dessous : ton prénom, ton numéro, ou ce que tu veux.





CONTACTS & URGENCES

ORGANISATION

Manu

Direction course

06 85 55 31 74

Guillaume

Direction course

06 89 40 81 86

Jean Philippe

Président GTV70

06 60 23 88 61

Alain

Responsable inscription

06 86 01 38 19

✉ Pour toute communication, privilégiez le courriel :
secretariatgtvhs@gmail.com

RÉSULTATS EN LIGNE

www.gtv70.fr
m-chrono.fr

URGENCES

112

Urgences

15

SAMU

18

Pompiers

Enfant perdu de vue

Signalez-le immédiatement au bénévole le plus proche ou à la tente de retrait des dossards. Avant le départ, écrivez votre numéro de téléphone sur le bracelet ou le dossard de votre enfant, et convenez ensemble d'un point de rendez-vous sur le village.

Notre point de rendez-vous

à écrire avant le départ



42^E TRIATHLON DE VESOUL
DIMANCHE 30 AOÛT 2026

diplôme du **PETIT TRIATHLÈTE**

DÉCERNÉ À

pour avoir nagé **50 m**, pédalé **1 km** et couru **500 m** lors
de l'épreuve Avenir 1, et avoir franchi la ligne d'arrivée
en triathlète.



50 m



1 km



500 m



Finisher

MON TEMPS

Le comité GTV70

SIGNATURE

Bravo et à l'année prochaine !

Résultats, photos & inscriptions sur www.gtv70.fr