



29 & 30 AOÛT 2026 · LAC DE VESOUL-VAIVRE

Format S /S DUO

votre guide de

L'ATHLÈTE

42^E TRIATHLON DE VESOUL

Deux formats sur la même boucle : le **Tri S** en individuel, le **Tri S Duo** à deux, les coéquipiers courant ensemble du départ à l'arrivée.



GROUPE TRIATHLON
VESOUL HAUTE-SAÔNE

WWW.GTV70.FR



MOT DE L'ORGANISATION

Chers athlètes,

C'est avec une immense fierté que le Groupe Triathlon Vesoul Haute-Saône vous accueille 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, véritable joyau naturel de la Haute-Saône.

Cette édition 2026 vous promet un week-end sportif exceptionnel, entre les eaux du lac, les routes de nos collines et l'énergie des rives. Le **Tri S** reste notre format de référence : 750 m de natation, 20 km de vélo, 5 km de course à pied. Le **Tri S Duo** reprend exactement le même parcours, à deux : les coéquipiers partent, roulent et franchissent la ligne ensemble.

Ce livret vous guide pas à pas : programme, retrait de dossard, parcours, transitions, règles du Duo et contacts. Lisez-le avant le jour J, et si vous avez la moindre question, nos bénévoles seront là pour vous.

Nous vous souhaitons à toutes et à tous une excellente course et un très beau week-end à Vesoul !



Le comité d'organisation GTV70

Jean Philippe - Président du GTV 70





SOMMAIRE

- 01** Mot de l'organisation

- 02** Le site de course

- 03** Accès & stationnement

- 04** Programme — Samedi 29 août

- 05** Programme — Dimanche 30 août

- 06** Le Duo — à deux, ensemble

- 07** Retrait de dossard

- 08** Natation

- 09** Transition

- 10** Vélo & Course à pied

- 11** Arrivée & Contacts

Informations & inscriptions

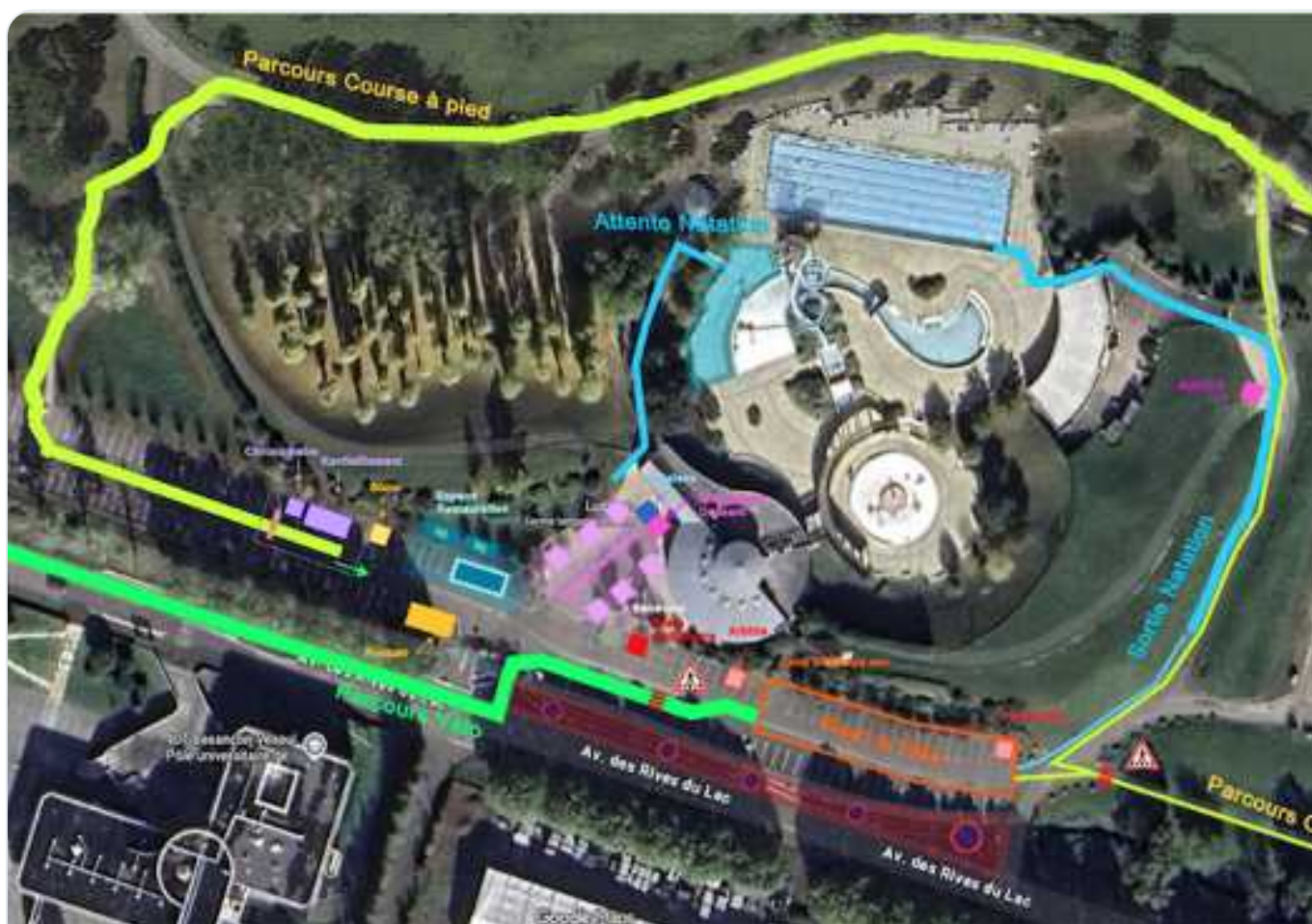
www.gtv70.fr

m-chrono.fr / njuko.net

LE SITE DE COURSE

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

Un cadre naturel exceptionnel dans la Haute-Saône : plage, eau calme, rives verdoyantes. Site Natura 2000 — respectons cet espace ensemble.



PLAN DU VILLAGE — REPÈRES CLÉS

SITE DU VILLAGE



Restauration

Ouverte tout le week-end



Village Partenaires

Stands, animations, fan zone



Natation à Ludolac

Piscine 50 m, au bord du site

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, tolérée

● **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.



PROGRAMME

SAMEDI 29 AOÛT

Retrait des dossards dès **12h00**

SUPER VÉSULIENNE

dès 16 ans

DISTANCES

Nat. 200 m

Vélo 3x2 km

CAP 3x1 km

3 triatlons enchaînés (200m /
2km / 1km chacun)

PARC À VÉLOS

13h15 → 13h55

DÉPART

Open 14h00
Elite 15h15

TRI RELAIS

équipe de 3

DISTANCES

Nat. 500 m

Vélo 30 km

CAP 5 km

1 discipline par relayeur · dossard
& puce transmis à la transition

PARC À VÉLOS

15h30 → 16h15

DÉPART

16h30

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

PROGRAMME

DIMANCHE 30 AOÛT

Retrait des dossards dès 8h00

TRIXS

dès 14 ans

Nat. 200 m

Vélo 10 km

CAP 2,5 km

Parc
9h30–10h15

DÉPART

10h30

AVENIR 1

6–9 ans

Nat. 50 m

Vélo 1 km

CAP 500 m

Parc
10h30–11h15

DÉPART

11h30

AVENIR 2

10–13 ans

Nat. 200 m

Vélo 4 km

CAP 1,5 km

Parc
10h30–11h15

DÉPART

12h00

TRIS

dès 16 ans

Nat. 700 m

Vélo 20 km

CAP 5 km

Parc
13h15–13h45

DÉPART

14h00

TRIS DUO MIXTE

binôme mixte

Nat. 700 m

Vélo 20 km

CAP 5 km

Les 2 athlètes évoluent ensemble — drafting autorisé entre coéquipiers.

Parc
13h15–14h00

DÉPART

14h15



LE DUO

Le **Tri S Duo** se court en binôme mixte, sur le parcours du Tri S. Les deux athlètes réalisent l'intégralité des trois disciplines **ensemble**, du départ à la ligne d'arrivée : ce n'est pas un relais, il n'y a pas de passage de témoin.

LES DEUX FORMATS, LE MÊME PARCOURS

TRIS

Individuel · dès 16 ans

Nat. 700 m

Vélo 20 km

CAP 5 km

PARC À VÉLOS

13h15 → 13h45

DÉPART

14h00

TRIS DUO

Binôme mixte · les deux ensemble

Nat. 700 m

Vélo 20 km

CAP 5 km

PARC À VÉLOS

13h15 → 14h00

DÉPART

14h15

LES RÈGLES PROPRES AU DUO

- ✓ **Le drafting est autorisé entre coéquipiers** — et seulement entre eux. Il reste interdit avec tout autre concurrent.
- ✓ Les deux athlètes **restent ensemble sur les trois disciplines** et franchissent la ligne d'arrivée ensemble.
- ✓ Chaque athlète porte **son propre dossard et sa propre puce**, et dispose de son emplacement dans le parc à vélos.
- ✓ Chacun réalise **l'intégralité des distances** : 750 m, 20 km et 5 km pour les deux.

⚠ **Ce n'est pas un relais**

Aucun passage de puce, aucune alternance des disciplines : si vous cherchez le format où chacun prend une discipline, c'est le **Tri Relais**, le samedi. En Duo, vous nagez, roulez et courez tous les deux, côte à côte.



RETRAIT DE DOSSARD

Présentez-vous à la table « Retrait des dossards » en suivant la signalétique, avec votre **pièce d'identité** et votre **licence FFTRI ou Pass Compétition**. En Duo, chaque coéquipier retire son propre dossard et sa propre puce.

SAMEDI 29

dès 12h00

DIMANCHE 30

dès 8h00

DANS VOTRE SAC DE COURSE

- **Dossard**
À porter dans le dos en vélo, sur le ventre en course. Non coupé, non plié.
- **Puce chronométrique**
À attacher à la cheville gauche. Gardez-la pendant toute la course.
- **Ceinture porte-dossard**
Obligatoire en Tri S comme en Tri S Duo. Portée au plus bas au niveau de la taille.
- **Autocollants numéro**
Sur le vélo (cadre) et le casque, visibles des arbitres.

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



TRANSITION

DÉPÔT DU VÉLO DANS LE PARC – AVANT D'ENTRER, VEILLEZ À

- ✓ Casque attaché, jugulaire fermée.
- ✓ Dossard fixé sur ceinture à 3 points.
- ✓ Puce à la cheville

UN CONTRÔLE SERA EFFECTUÉ PAR LES ARBITRES

- › Contrôle visuel de votre vélo.
- › Vérification des freins et du casque.
- › Vérification des autocollants (vélo et casque).
- › Vérification du port de la puce.

DANS LE PARC À VÉLOS, UNE FOIS ENTRÉ(E)

- › Ranger le vélo à l'emplacement de votre numéro de dossard.
- › Laisser le casque et les chaussures de course à pied.
- › Laisser la ceinture porte-dossard avec le dossard.
- › Repérez les entrées et sorties — un temps précieux le jour J.

⚠ 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 vélo. Chaque athlète est responsable de son matériel déposé dans le parc à vélos. L'organisation ne pourra en aucun cas être tenue responsable en cas de perte, vol ou détérioration



NATATION



Ludolac

Piscine 50 m. Le Tri S et le Tri S Duo nagent 750 m en bassin. En Duo, les deux coéquipiers nagent dans la même ligne d'eau.

RÈGLES ESSENTIELLES

- > Bonnet fourni par l'organisation.
- > Aides artificielles interdites (tuba, gilets...).
- > Marcher/courir sur le fond : départ & arrivée uniquement.

DÉPART

Par vagues successives, selon le temps de natation estimé transmis à l'inscription.

SAS D'APPEL

Présentez-vous 15 min avant votre vague. Bonnet de couleur remis avant l'entrée dans l'eau.

T1 – EAU → VÉLO

- 1 Sortir de l'eau, retirer la combinaison.
- 2 Récupérer votre vélo dans le parc, à l'emplacement de votre dossard.
- 3 Casque attaché avant de toucher le vélo, puis pousser jusqu'à la ligne de montée.



VÉLO

SÉCURITÉ VÉLO

Les parcours se déroulent sur routes ouvertes à la circulation. Le respect du Code de la route est obligatoire, notamment :

- › Interdiction de franchir les lignes blanches.
- › Respect des priorités.
- › Feux rouges et stops : franchissables uniquement si un bénévole est présent pour sécuriser le passage.

📍 Des arbitres seront présents tout au long du parcours.

✗ DRAFTING INTERDIT

Le drafting (le fait de rouler dans l'aspiration d'un autre cycliste) est strictement interdit en Tri S. En Tri S Duo, il est autorisé **entre les deux coéquipiers uniquement**. Des contrôles seront effectués par les arbitres tout au long du parcours.

🚲 VÉLOS AUTORISÉS

- ✓ Vélo de route
- ✓ Vélo de contre-la-montre
- ✗ Vélo couché interdit. Casque rigide homologué obligatoire, attaché en permanence.

📍 **Fléchage** : vertical jaune et au sol orange — suivez-le sur tout le parcours.

T2 – VÉLO → COURSE À PIED

- 1 Descendre du vélo avant la ligne de descente.
- 2 Raccrocher le vélo à l'emplacement numéroté.
- 3 Casque retiré seulement après avoir raccroché.

PENALTY BOX

Zone de pénalité en sortie Vélo/CAP. Purger avant de repartir. Barème FFTRI.

PARCOURS VÉLO



FORMAT S / S DUO – 20 KM



Scannez pour voir le tracé

Retrouvez le parcours détaillé et téléchargez le fichier GPX pour votre montre GPS.



COURSE À PIED

RÈGLES CAP

- ✓ Dossard sur le ventre, lisible de face.
- ✓ Trifonction fermée $\geq$ bas du sternum à 200 m de l'arrivée.
- ✗ Aides extérieures interdites (tiers portant, poussant...).

Fléchage : vertical vert — suivez-le sur tout le parcours.

VERS L'ARRIVÉE

- › Franchissez la ligne avec le dossard lisible de face.
- › Un bénévole récupère votre puce chronométrique.
- › Zone finishers : eau, ravito, espace récupération.

RAVITAILLEMENT

Eau + boissons sur le parcours (postes selon distance). Gobelets à jeter dans les zones désignées à 40 m après le poste.

PARCOURS COURSE À PIED



FORMAT S / S DUO – 5 KM

Fléchage : vertical vert. Ravitaillements en eau et boissons selon la distance — jetez vos gobelets dans les zones désignées.

ARRIVÉE & CONTACTS

ARRIVÉE

- Franchissez la ligne avec le dossard lisible de face — ensemble, en Duo.
- Un bénévole récupèrera votre puce chronométrique.
- Zone finishers : eau, ravitaillement, espace récupération.
- Puce non restituée : facturation en cas de perte.

PODIUMS & REMISES DES PRIX

Les podiums ont lieu peu après chaque épreuve, sur le village. Le Tri S est classé par catégories d'âge ; le Tri S Duo fait l'objet d'un classement binômes distinct.

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

VILLAGE & RESTAURATION

Le Village Triathlon reste ouvert après votre course pour vous restaurer, célébrer votre effort avec vos proches autour d'un verre, et repartir avec un souvenir de votre journée.

Bonne course à tous !

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

CONTACTS UTILES

ORGANISATION

Manu 06 85 55 31 74
Direction course

Guillaume 06 89 40 81 86
Direction course

Jean Philippe 06 60 23 88 61
Président GTV70

Alain 06 86 01 38 19
Responsable inscription

✉ 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

un immense **MERCI !**

Ce 42^e Triathlon de Vesoul n'aurait pas lieu sans la mobilisation de toutes celles et ceux qui donnent de leur temps, de leur énergie et de leur cœur pour faire vivre l'événement.

♥ LES BÉNÉVOLES

Plus de 80 femmes et hommes mobilisés sur deux jours — sur l'eau, sur la route et à l'arrivée. Chaque poste, chaque sourire, chaque encouragement compte.

💙 PARTENAIRES & SPONSORS

Leur soutien rend possible l'organisation, la sécurité et l'accueil de toutes et tous. Retrouvez-les sur le village et sur notre site.



Rendez-vous en 2027 !

Résultats, photos & inscriptions sur www.gtv70.fr