



INFORMATION PRÉ-COURSE

Nous sommes près de la 8^{ème} édition du Triathlon des Jeunes (Kids of Steel) et nous désirons pour transmettre quelques informations pour vous aider à vous préparer et préparer votre athlète à l'évènement.

Nous espérons que la température sera bonne pour la journée de la course, toutefois SVP arrivez préparés en conséquence.

2018 TRIATHLON DES JEUNES MIKE'S BIKE SHOP

Où: Centre Aquatique de Dieppe, New Brunswick

Quand: Dimanche le 17 juin 2018

Départ: 10:00 AM

Inscription en ligne: <http://kos.trisoutheaststorm.com/>

Inscription sur place: à partir 8:45 AM jusqu'à 9:00 AM; si l'inscription n'est pas fermée la journée de la compétition. Seulement 150 places sont disponibles.

Site Internet: <http://kos.trisoutheaststorm.com/>

Trousse de compétition à ramasser (Race Kit Pick-up):

Vendredi le 15 juin 2018 - 5:30 PM - 8:00 PM

Mike's Bike Shop, 67 Englehart St, Dieppe, NB

Dimanche le 17 juin 2018 - 8:45 AM à 9:30 AM

Centre Aquatique de Dieppe

(Ouverture des portes à 8:30 AM)



Nous sommes très heureux d'offrir, aux jeunes athlètes, l'opportunité de participer à un évènement sportif qui promouvoit un mode de vie sain et qui offre une expérience enrichissante afin de susciter l'intérêt pour le sport dans l'avenir.

À quoi s'attendre - S'il vous plaît, lire attentivement l'information "À quoi s'attendre" ci-dessous afin que vous puissiez préparer adéquatement tout l'équipement nécessaire pour le triathlon.

Stationnement – S'il vous plaît, veuillez utiliser l'entrée du Centre Aquatique de Dieppe sur la rue PASCAL (entre 97 et 105 Pascal) afin de réduire la circulation sur le parcours du triathlon.

Inscription – Les portes ouvrent à 08h30. L'inscription sera disponible à 08h45 à l'entrée au Centre Aquatique de Dieppe. Avant l'évènement, vous pouvez vous inscrire avec Triathlon NB afin d'être membre et de rester en contact avec ce qui se passe avec le sport du triathlon au NB qui est en constante croissance.

En tant que parent/tuteur légal, vous devrez inscrire votre enfant et signer un formulaire de consentement. Une fois le consentement signé, votre enfant recevra un t-shirt et sera admissible au tirage pour gagner un vélo offert par Mike's Bike Shop. De plus, votre enfant recevra un numéro de course (marquage) avant la course.

Informations sur le parcours – Les Directeurs du triathlon expliqueront le parcours à tous les groupes d'âge au cours de la rencontre pré-course. S'il vous plaît, veuillez écouter attentivement pour l'annonce de la rencontre pré-course. Veuillez aussi consulter les cartes routières démontrant le parcours pour les différentes distances que les athlètes doivent parcourir ainsi que la zone de pré-transition (assistance parental) et la zone de transition (où les vélos sont placés).

Piscine (natation) – Les parents peuvent aider leurs enfants à se préparer pour la piscine, puis ensuite les guider à leur chef de groupe âge. Après avoir laissé l'enfant avec le chef de groupe d'âge, les parents peuvent se rendre à la zone de visualisation ou se tenir près de la porte arrière de la piscine qui se trouve près de la zone de pré-transition. Ils pourront ensuite aider leurs enfants à se préparer pour le segment de vélo. Toutefois, ceux-ci doivent avoir des chaussures adaptées pour entrer sur le bord de la piscine (voir « À quoi s'attendre », ci-dessous).

Retrait du Triathlon – Le triathlon est un sport d'endurance qui peut être exigeant. Si l'enfant n'est pas en mesure de compléter le parcours pour une raison quelconque, s'il vous plaît, veuillez nous aviser du retrait de l'athlète afin que nous sommes conscients qu'un athlète s'est retiré de la course.

Ligne d'arrivée - S'il vous plaît, veuillez être présents pour voir votre enfant compléter le parcours de la course. À la fin de la compétition, votre enfant recevra une médaille de participation.

À quoi s'attendre au Triathlon des jeunes?

Les informations ci-dessous servent à soutenir les parents qui ont un athlète qui désire participer au Triathlon des Jeunes Mike's Bike Shop et qui se demandent à quoi s'attendre lors de l'événement. Voici quelques-unes des réponses aux questions que vous pourriez vous poser.

Question n ° 1: Que dois-je préparer pour que mon athlète soit prêt à participer à l'événement?

Tout d'abord, un triathlon est un événement qui se compose de trois sports, alors vous devrez préparer l'équipement pour les trois sports. Voici ce que l'athlète aura besoin pour:

NATATION: Un casque de bain (TriNB fournira), un maillot de bain, des lunettes de natation, une serviette, des sandales (optionnel - pour marcher de la piscine à l'extérieur vers la zone de transition), un gilet de sauvetage approuvé par CSA est obligatoire pour les enfants de 5 ans et moins et facultatif pour tous les autres âges. Ceux-ci seront disponibles côté de la piscine.

VÉLO: Un vélo sécuritaire et bien ajusté (IMPORTANT - il est de la responsabilité des parents d'assurer que leur enfant ait un vélo sécuritaire et fonctionnel), un casque de vélo approuvé par CSA, des lunettes de soleil (optionnel), une bouteille d'eau, des chaussures de course, un t-shirt (un t-shirt KOS sera fourni selon les tailles disponibles), des culottes courtes (appropriés pour le vélo et la course), des espadrilles (appropriés pour le vélo et puis la course) et des bas. La plupart des triathlètes font les 3 parties du triathlon dans le même costume de compétition. Après la natation, l'enfant peut mettre une paire de culotte courte par-dessus leur maillot de bain.

À noter qu'une section du parcours du vélo, pour les groupes d'âges de 8 ans et plus, se fera sur les sentiers de marche/vélo, alors le vélo doit être muni des pneus appropriés pour les sentiers. Les roues d'appoints sont autorisées pour la compétition.

COURSE: L'athlète porte le même équipement (linge) que pour le vélo.

Question # 2: À quoi dois-je m'attendre avant que l'événement commence?

Lorsque vous arrivez, l'athlète devra passer par le processus d'enregistrement avec un parent ou tuteur légal et ramasser sa trousse de compétition (t-shirt, dossard avec l'autocollant de couleur pour identifier le groupe d'âge, épingles de sûreté et bonnet de bain). Le numéro de dossard sera marquée sur le corps de l'athlète avec un marqueur à encre permanente (peut être lavé avec savon à vaisselle après-course - marqueur permanent est utilisé puisque la plupart des autres encres s'efface rapidement lorsqu'il est mouillé dans la piscine ou par la sueur). Ensuite, vous serez en mesure de mettre en place l'équipement dans la zone de transition (endroit désigné pour que l'athlète puisse passer d'un sport à l'autre, voir ci-dessous pour plus d'explications). Vous serez autorisé à utiliser le vestiaire au Centre Aquatique de Dieppe pour se préparer pour la compétition. Avant de débiter le triathlon, tous les athlètes doivent assister à la rencontre pré-course pour revoir les règlements généraux, les règles de sécurité, les cartes routières des parcours et discuter des autres points importants concernant la course.

Question # 3: À quoi devrais-je m'attendre pendant la course?

Les départs seront effectués selon les différentes vagues de groupe d'âge à toutes les 3 - 5 minutes en commençant par les athlètes de 5 ans et moins. La première partie du triathlon est la natation, elle aura lieu à la piscine de 25 mètres au Centre Aquatique de Dieppe. Chaque groupe d'âge aura un temps de départ spécifiques afin de permettre à tous les athlètes de la catégorie précédente de compléter leur distance de natation. Une fois la distance de natation complétée pour son groupe d'âge, l'athlète devra quitter la piscine et se diriger à l'extérieur du bâtiment vers la zone de pré-transition, où un parent peut aider l'athlète selon les règles de la course (voir ci-dessous pour plus d'informations). L'athlète se préparera ensuite pour la deuxième partie de la compétition; le vélo. Après s'être habillé pour le vélo (y compris un casque avec sangle attachée obligatoire), il/elle pour alors prendre leur vélo et courir vers la sortie de la zone de transition pour se rendre à la ligne montage. C'est à ce point que l'enfant peut embarquer sur son vélo et commencer cette deuxième partie de la compétition. L'athlète suivra le parcours du vélo qui sera marqué par des cônes et supervisé par des bénévoles. Ceux s'assureront de guider les athlètes dans la bonne direction sur la parcours et d'assurer la sécurité sur le parcours.

Après avoir terminé le segment de vélo, l'athlète pourra ensuite revenir à la zone de transition, puis déposer son équipement de vélo à l'intérieur de la zone de transition (code couleur pour leur groupe d'âge). Le casque peut seulement être enlevé lorsque le vélo est placé en toute sécurité dans la zone de transition (alors le casque est le dernier équipement que l'athlète dépose avant de partir pour le segment de la course). L'athlète peut alors se préparer pour le segment de la course du triathlon, qui consiste de la dernière partie du triathlon. En sortant de la transition, l'athlète sera orienté par les bénévoles sur le parcours de la course. La ligne d'arrivée sera située près de la zone de transition en avant du Centre Aquatique de Dieppe, afin que chacun puisse applaudir leur l'athlète qui termine la compétition.

Question n ° 4: Est-ce que mon enfant est en mesure de participer s'il présente un handicap?

Oui, les participants qui présentent un handicap sont autorisés à participer dans le groupe d'âge qui convient à ses habiletés. S'il vous plaît, veuillez communiquer avec les Directeurs du triathlon pour aider à inscrire votre enfant dans la catégorie appropriée. Notre événement vise le plaisir de chacun, la participation et l'inclusion de tous les enfants.

Question n ° 5: Qu'est-ce qu'une zone de transition?

La zone de transition est une section réservée aux athlètes pour leur permettre de changer d'un sport à l'autre. C'est-à-dire, de la natation au vélo et du vélo à la course. L'athlète peut trouver une place dans la zone de transition où il/elle peut laisser

tout son équipement dans une façon ordonnée afin d'être en mesure de le trouver facilement – une bonne façon de laisser l'équipement est sur une serviette de couleur. Dans la zone de transition, il n'y a qu'une entrée et qu'une sortie, par conséquent, tous les athlètes doivent circuler dans la même direction pour entrer et sortir de la zone de transition (voir la carte).

Conseil - Assurez-vous que votre enfant dépose leurs lunettes de soleil (optionnel) en toute sécurité à l'intérieur du casque avant et après le segment de vélo - elles pourraient être endommagées pendant la compétition lorsque les athlètes circulent dans la zone de transition.

Question # 6: Vais-je être capable d'aider mon athlète pendant la course

Les parents des participants de 5 ans et moins sont invités à participer, à pied, avec leur enfant lors de la partie vélo et de la course. Pour tous les autres groupes d'âge, l'athlète n'a pas le droit d'avoir une aide extérieure pendant la compétition, il y aura une section juste avant d'entrer la zone de transition, que nous appelons la zone de pré-transition, où les parents seront autorisés à aider les athlètes à faire la transition de la natation au vélo. Les parents peuvent donc aider l'athlète à s'essuyer et assurer qu'il/elle soit équipé en toute sécurité d'un casque et des autres équipements nécessaires pour le segment de vélo. Rappelez-vous, seuls les athlètes sont autorisés dans la zone de transition où les vélos sont installés. Les parents sont autorisés seulement dans la section réservée à l'assistance (zone de pré-transition). C'est pour cette raison que, les parents peuvent seulement aider l'athlète avec l'équipement nécessaire dans la zone de pré-transition (casque, t-shirt, serviette et vêtements/chaussures, etc ...). Après avoir aidé l'athlète à s'essuyer et s'habiller, il/elle devra se déplacer dans la zone de transition pour aller chercher son vélo et son casque (s'il n'est pas déjà installé dans la zone de pré-transition), puis ensuite se diriger vers le parcours de vélo. Si nécessaire, l'assistance parentale sera permise pour les participants handicapés dès l'approbation préalable des Directeurs du triathlon.

Question n ° 7: Quel est le parcours de la compétition de mon athlète?

Les parcours seront exposés la journée de l'événement de sorte que vous pouvez revoir le parcours avec votre athlète. Chaque groupe d'âge sera identifié à l'aide d'un dossard numéroté et un autocollant de couleur identifiant leur groupe d'âge. Ce dossard devrait être épinglé au t-shirt qu'il/elle portera lors de la compétition. Cela permettra aux bénévoles d'identifier les athlètes pendant la compétition et de les diriger à travers les bons parcours. Pendant le segment de vélo, des bénévoles à vélo se retrouveront en avant du peloton et à l'arrière du peloton pour diriger les athlètes et assurer la sécurité sur le parcours.

Question n ° 8: Qui compte les tours pour les athlètes qui font de multiples boucles sur le parcours?

Il est de la responsabilité des parents et des athlètes de compter les boucles effectuées. Nous vous suggérons que votre athlète porte un chandail de couleur qui le distingue et que vous vous situez à un endroit où vous serez en mesure de bien compter les boucles de votre athlète. Assister à la réunion pré-course avec votre athlète afin que chacun comprenne le parcours de vélo. Vous pouvez guider votre athlète en lui indiquant le nombre de boucles qui lui reste à compléter. Par exemple : « Beau travail, continue il te reste qu'une boucle ». « Trois autres boucles. Continue!! »

Assurez-vous que vous et votre jeune athlète assister à la réunion pré-course pour obtenir les informations et instructions importantes avant la course.

Pour plus d'informations, s'il vous plaît contacter l'un des officiels de la course sur place.

Directeurs du Triathlon de Jeunes, Southeast Storm Triathlon Club

Lennie MacDonald & Manon Lévesque