

**REGLEMENT ET CONDITIONS GENERALES
TRIATHLON DECOUVERTE LAGO**

26 & 27/09/2025

Spécial entreprises

Vendredi 26/09/25

Objet de l'activité

L'ASBL EvenTri a pour objet l'organisation ou la participation à des événements sportifs en lien de près ou de loin avec le triathlon ainsi que toute activité sportive qui combine l'une ou plusieurs disciplines du triathlon en Belgique. Le but de l'ASBL est la sensibilisation par le sport à certaines causes sociales telles que la précarité, l'aide sociale à l'enfance ainsi que le soutien aux personnes atteintes de maladies graves. Dans ce cadre, elle organise les 26 et 27 septembre 2025, la 7^{ème} édition du Triathlon découverte LAGO. Le 26 sera dédié aux entreprises, le 27 au « tout public ».

L'événement se veut être convivial et familial, pas de compétition, pas de chronométrage ; conseils, entraide et soutiens sont les maître-mots.

La promotion du sport chez les plus jeunes fait aussi partie des priorités en proposant des triathlons réservés aux enfants, entre 6 et 14 ans.

Enfin, dans le cadre de la pratique sportive pour des personnes atteintes de maladies graves, un parcours de marche adapté et accessible à tous sera également proposé.

Les bénéfices de cet événement seront reversés aux associations Parkinson et Pêcheur de Lune.

Détail de l'évènement : Triathlon entreprises

Lieu de l'évènement

Centre aquatique LAGO Mons Piscine du Grand Large
Avenue de la Sapinette 20
7000 Mons

Horaire de l'évènement

De 8h30 à 13h

Les activités proposées

Tel que cité précédemment, diverses activités sont proposées durant la journée.

1. Triathlon adultes

Distances :

Possibilité de réaliser plusieurs fois le parcours durant la journée.

- ✓ Natation : 750 m (ou 20 minutes)
- ✓ Vélo : 36 km
- ✓ Course à pied : 4,5km

2. Triathlon adultes (Relais)

Distances :

Identiques au triathlon complet mais par équipe de 3, chaque participant prend part à une des 3 disciplines.

3. Triathlon adultes (partiel)

Distances :

Le/la participant (e) fait le choix de participer à une ou 2 des disciplines suivantes

- ✓ Natation : 750 m (ou 20 minutes)
- ✓ Vélo : 36 km
- ✓ Course à pied : 4,5km

4. Marches

Deux parcours sont proposés :

- ✓ Parcours de 4.5km (même parcours que la course à pied)
- ✓ Parcours de 3,5km (accessible aux PMR)

Horaires

Activités libres ou encadrées

- Activité libre :

Tout en respectant les différents règlements en matière d'hygiène et de sécurité, les participants peuvent réaliser librement les différentes disciplines entre 8h30 et 13h30. L'heure de départ et la/les disciplines choisies doivent être indiquées sur le bulletin d'inscription et de décharge.

- Activité encadrée : Départ 9h30

Participation financière

Choix du Pack	*	**
Prix inscription par personne/équipe (de 3)	35€	100€
Gourde(s) offerte(s)	1	3
Option accès au Wellness après l'effort	10€ 1 accès	30 € 3 accès

Un repas après effort peut être réservé (menu à 30€ comprenant 1 plat (carte suggestions, 3 boissons (hors cocktails) et un café).

Assurances et autorisations

- Assurances : Police AG n° 66857702 / Activité exercée : Festivité, Manifestation
- Autorisations :
 - SPW : 2025-14337
 - POLICE, VILLE DE MONS (Organisation et environnement) : D3, 303-3222

Inscription et décharge

Toute participation à L'Ultra Triathlon LAGO requiert l'obligation de remplir la fiche d'inscription et la décharge de responsabilité, tant pour les adultes que pour les enfants mineurs.

Ces fiches sont téléchargeables sur le site internet de l'Ultra Triathlon ou à disposition à l'inscription le jour de l'évènement.

Équipement et matériel

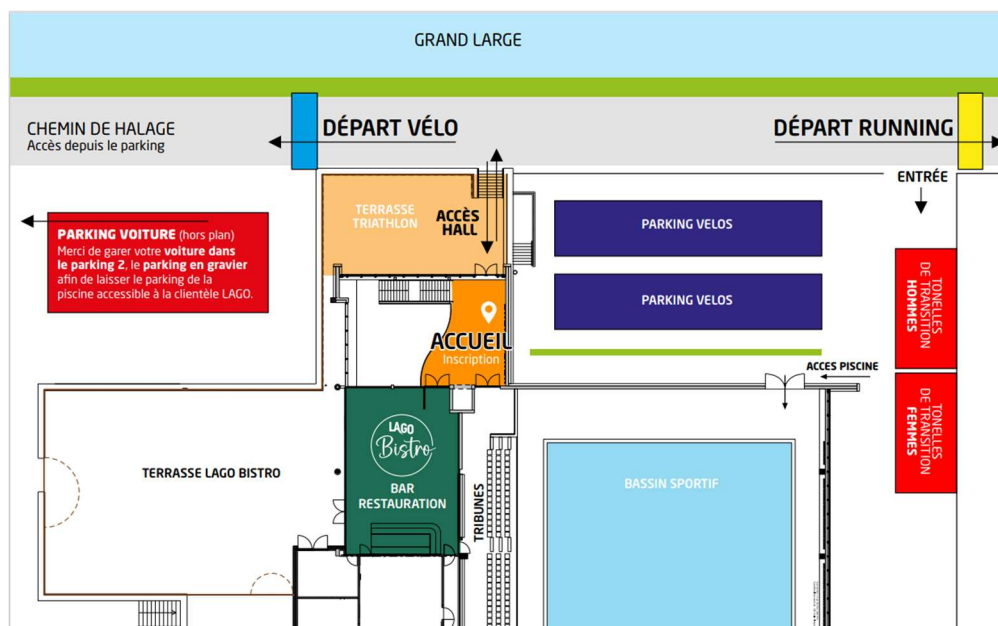
Chaque participant doit veiller à disposer de l'équipement et du matériel adapté à la discipline qu'il pratiquera, à savoir :

- Pour la natation :
 - Maillot - slip de bain (maillots shorts interdits pour les hommes) ou tri-fonction
 - Lunettes de natation
 - Essuie
- Pour le vélo :
 - Un vélo en ordre + petit matériel de réparation (crevaison) (l'assistance technique pour de simples réparations n'est pas assurée)
 - Un équipement pour vélo
 - Chaussures
 - Vêtements adaptés (+ survêtement et vêtement de pluie) ou tri-fonction
 - Casque (OBLIGATOIRE)
 - Gourde + barres de céréales ou fruit (pour les adultes) (pas de ravito)
- Pour la course à pied :
 - De bonnes baskets de course
 - Un équipement adapté (+ survêtement et vêtement de pluie) ou tri-fonction
- Pour la marche :
 - De bonnes chaussures de marche
 - Un équipement adapté (+ survêtement et vêtement de pluie)

Astuce : Pour les participants au triathlon, il est utile de prévoir une caisse afin de ranger les différents équipements et faciliter ainsi le transfert entre les disciplines.

Organisation

Plan du site



Arrivée à l'évènement

Il est fortement conseillé d'arriver au minimum 1/2h (au minimum) avant le départ, surtout si l'inscription se fait le jour-même.



Les athlètes se présenteront tout d'abord au stand « d'accueil » (situé à l'intérieur de la piscine du bâtiment, 1^{er} étage).

En échange de leur fiche d'inscription et/ou de décharge dûment complétée(s), ils recevront un « Welcome pack », avec notamment :

- 2 bracelets (jetables) numérotés, l'un à mettre autour du poignet, l'autre accroché au vélo.
- 1 bracelet en silicone **vert** permettant l'accès aux douches UNIQUEMENT après l'épreuve. L'accès au bassin pour l'épreuve de natation se fera obligatoirement par le parc à vélo.

Dès l'inscription validée, les athlètes se dirigeront avec leur équipement (vélo compris) au parc à vélo.

Le parc à vélo sera surveillé, le vélo ne pourra en sortir que sur présentation du bracelet au poignet ayant un numéro identique à celui placé sur le vélo.

Le placement des vélos dans le parc à vélo est libre mis à part une distinction entre les vélos destinés au triathlon adultes et ceux pour le triathlon Kids.

Les différents équipements seront placés à proximité des vélos ; en cas de pluie, prévoir de quoi les protéger.

2 tonnelles de transition, distinctes entre hommes et femmes seront à disposition UNIQUEMENT pour les changements de tenues durant les transitions. Ces tonnelles sont sponsorisées LAGO afin de les repérer. Ne laissez aucun effet personnel sous les tonnelles de transition, elles ne seront pas surveillées.

Pour les marcheurs, l'inscription se fait le jour J au même stand que celui destiné aux athlètes.

Départ de l'épreuve

Le/la triathlète s'habillera en fonction de la discipline qu'il va entamer et se présentera 5 minutes avant le départ. Au lieu de rendez-vous, à savoir :

- ✓ Natation : Piscine sportive
- ✓ Vélo : Sous l'arche « Cycles Dusausoit »
- ✓ Course à pied : Sous l'arche LAGO, dès la sortie du parc à vélo vers chemin de halage

Fin de l'épreuve

Les douches sont accessibles aux athlètes dès la fin de leur épreuve via le bracelet en silicone vert fourni dans le welcome pack. Des vestiaires individuels sont mis à disposition. Une pièce d'1 euro est nécessaire pour la fermeture du casier à vêtement, la pièce sera récupérée après utilisation

Le bar est également là pour vous désaltérer 😊 .

TRIATHLON ENTREPRISES

DETAIL DES EPREUVES

NATATION

Infrastructure : Piscine de 25m – 4 couloirs

Heures de départ : 9h30

Heure et point de rendez-vous :

- ✓ 5 minutes avant le départ
- ✓ Bassin sportif (accès via le parc à vélo)

Equipement

- ✓ Obligatoire : maillot (Pour les hommes : slip de bain (maillots shorts interdits))
- ✓ Autorisé : Tri-fonction
- ✓ Facultatif : Bonnet de bain

Epreuve

- ✓ 750 m ou 20 minutes de nage

Règlement

- ✓ Type de nage au choix
- ✓ Pas de chrono
- ✓ Arrêts possibles – Pas d'élimination !

Fin de l'épreuve de natation :

Au terme du temps imparti, ou avant, tous les nageurs doivent être sortis de l'eau et se diriger vers la zone de transition.

Zone de transition 1 : 5 à maximum 10 minutes pour s'équiper et se ravitailler. Se diriger ensuite vers la zone de départ vélo

Zone de départ vélo : situé sur le chemin de halage – sous l'arche Dusausoit

TRIATHLON ENTREPRISES

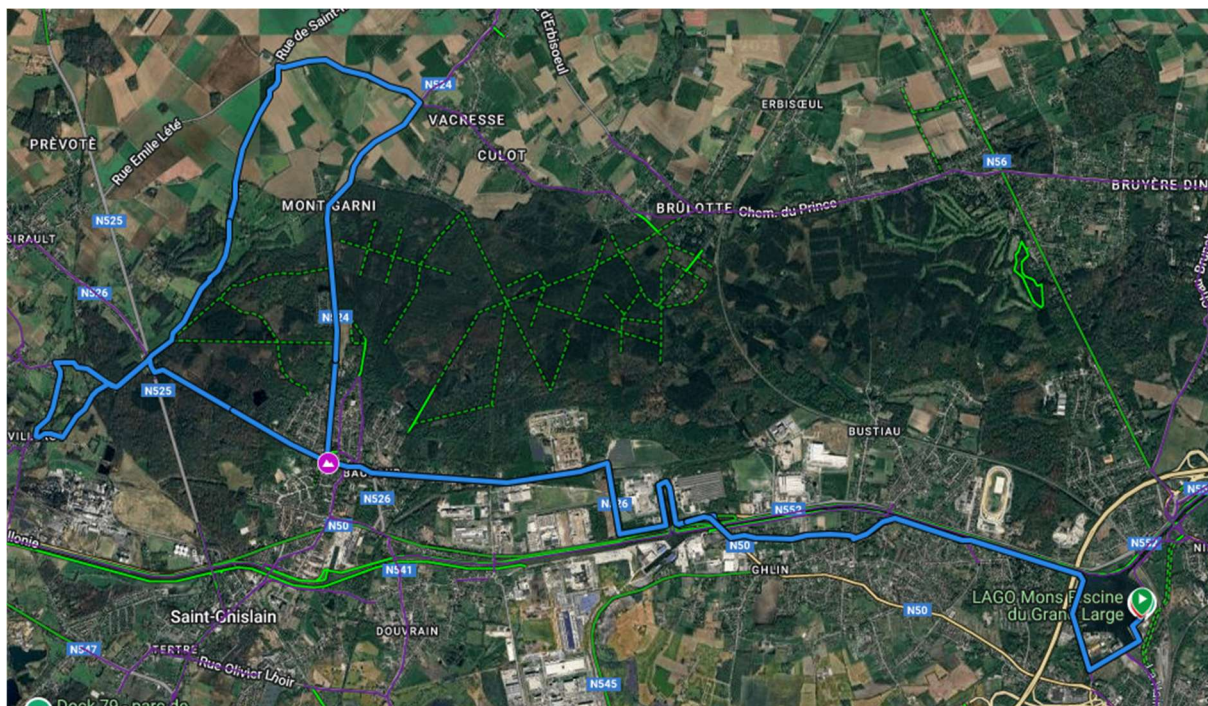
PARCOURS VELO

Heures de départ : +/- 10h00

Heure et point de rendez-vous :

- ✓ 5 minutes avant le départ
- ✓ Sous l'arche « Cycles Dusausoit »

Parcours : 36,7 km



Parcours numérisé

Lien Gprx : via site Garmin [Garmin Connect](#)

Lienopenrunner: <https://www.openrunner.com/route-details/22543037>

Equipment

- ✓ Obligatoire :
 - Casque
 - Vélo en ordre
 - Matériel de réparation rapide (crevaisson)
- ✓ Conseillé :
 - Chasuble/survêtement fluo
 - Phares

Epreuve

- ✓ 36,7 km
- ✓ Départ en groupe encadré par un ou plusieurs meneurs. Le code de la route est applicable, et la responsabilité du respect de celui-ci incombe à chaque participant.
- ✓ Un balisage sera présent par le biais de flèches « aériennes » avec l'inscription ULTRA TRIATHLON BIKE



Règlement

- ✓ Pas de chrono
- ✓ Respect du code de la route

Assistance

- ✓ En cas de problème technique simple (déraillement, crevaison), l'athlète assumera la réparation de son vélo, avec l'aide d'un meneur d'allure. Le capitaine de route jugera l'opportunité d'attendre, ou de ralentir l'allure pour laisser rentrer les retardataires.
- ✓ En cas d'accident, le capitaine de route décidera d'appeler de l'assistance :
 - Médicale (ambulance)
 - Technique

Cette assistance technique propre à l'organisation est chargée de rapatrier le vélo endommagé et l'athlète si l'assistance médicale n'a pas été sollicitée.

Celle-ci peut être appelée via les numéros suivants :

ASSISTANCE TECHNIQUE : 0498/16.26.18- 0496/18.09.75
--

Fin de l'épreuve de vélo :

Zone de transition 2 : 5 à maximum 10 minutes pour s'équiper et se ravitailler. Se diriger ensuite vers la zone de départ course à pied

Zone de départ course à pied : situé sur le chemin de halage – sortie du parc à vélo

TRIATHLON Entreprises

PARCOURS Course à pieds (RUN)

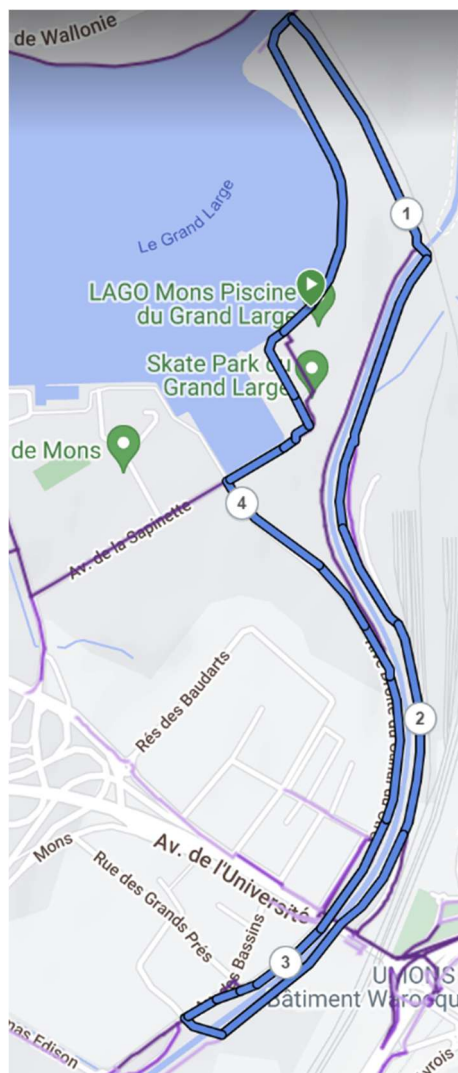
Heures de départ : +/- 11h40

Heure et point de rendez-vous :

- ✓ 5 minutes avant le départ
- ✓ Sur le chemin de halage, à la sortie du parc à vélo, sous l'arche LAGO



Parcours : 4,5 km



Points d'attention : Traversée de la route sur piste cyclable à proximité de l'arrivée.

Epreuve

- ✓ 4,5 km
- ✓ Départ en groupe encadré par un ou plusieurs meneurs.
Le parcours a été conçu sur des chemins pédestres non accessibles aux voitures. Une seule traversée « dangereuse » est à pointer, juste avant le virage qui aboutit sur le parking du centre aquatique. La traversée est balisée par une « piste cyclable ».



- ✓ Un balisage sera présent par le biais de flèches « aériennes » avec l'inscription ULTRA TRIATHLON RUN



Règlement

- ✓ Pas de chrono

Fin de l'épreuve : Passage sous l'arche bleue LAGO