

# GUIDE DE L'ATHLÈTE 2025



## Triathlon Joliette

DIMANCHE

1er JUIN 2025

PRÉSENTÉ PAR

**Harnois**  
Énergies



[triathlonjoliette.com](http://triathlonjoliette.com)

## Table des matières

Bienvvenue .....	3
Horaire Compétition .....	4
Horaire des réunions pré-course.....	5
Horaire des remises des médailles.....	5
AVANT LA COMPÉTITION .....	6
Inscription .....	6
Politique de remboursement.....	6
Direction .....	7
Hébergement.....	7
LE JOUR DE LA COMPÉTITION .....	8
Circulation routière.....	8
Stationnement.....	8
Enregistrement .....	8
Marquage .....	8
Puce électronique .....	8
Transition .....	8
Réunion d'avant-course.....	8
APRÈS LA COMPÉTITION .....	9
Repas d'après-course.....	9
Fermeture de la zone de transition .....	9
Remise des médailles.....	9
Objets perdus.....	9
Résultats .....	9
Services sur le site de la compétition .....	9
PARCOURS.....	10
Fonctionnement Natation en piscine .....	10
RÈGLEMENTS.....	11
NOS PARTENAIRES .....	12

## Bienvenue

C'est avec enthousiasme que nous vous invitons à participer à l'édition 2025 du Triathlon de Joliette, qui aura lieu dimanche le 1er juin. Que vous soyez un athlète d'expérience ou que ce soit votre premier triathlon, nous sommes impatients de vous accueillir pour une journée d'effort, de dépassement et de plaisir !

Le Triathlon de Joliette est un incontournable de début de saison depuis 1993. En effet, son emplacement dans le calendrier de la saison en fait un événement idéal pour tester sa forme, tester son nouveau matériel et voir les fruits de vos efforts d'entraînement depuis la dernière saison de triathlon. Petit bonus cette année, le meilleur temps dans chaque catégorie d'âge obtiendra une qualification directe pour les Championnats du Monde de Triathlon en octobre 2026 ! Tu veux représenter le Canada sur la scène mondiale ? C'est le moment de donner tout ce que tu as durant le Triathlon de Joliette !

Ce Guide de l'athlète a été conçu pour vous fournir toute l'information essentielle au bon déroulement de votre journée : horaire, règlements, consignes de sécurité et services offerts sur place et plus encore.

Nous vous encourageons à lire attentivement afin d'arriver prêt et de profiter pleinement de votre expérience.

Au plaisir de vous voir sur la ligne de départ !

L'équipe du Triathlon de Joliette

## Horaire Compétition

### Samedi 31 mai 2025

De 15h30 à 17h :

Distribution des sacs aux athlètes

17h à 18h TOUR GUIDÉ !!!

### Dimanche 1 juin 2025

À partir de 6h00

Distribution des sacs aux athlètes

Zone de transition ouverte

Heure départ	Description /Distance
7h30	DÉPART 1, COUPE QUÉBEC SPRINT HOMME ET CATÉGORIE OUVERTE 750m / 20km / 5km
7h35	DÉPART 2, COUPE QUÉBEC SPRINT HOMME 750m / 20km / 5km
7h40	DÉPART 3, COUPE QUÉBEC SPRINT HOMME + SPRINT ÉQUIPE 750m / 20km / 5km
8h00	DÉPART DUATHLON + DUATHLON ÉQUIPE + COURSE À PIED 5 KM + 2,5 KM 5km / 20km / 2,5km
8h00	DÉPART 1, COUPE QUÉBEC SPRINT FEMME 750m / 20km / 5km
8h05	DÉPART 2, COUPE QUÉBEC SPRINT FEMME 750m / 20km / 5km
9h15	DÉPART SÉRIE GRAND-PRIX HOMME 750m / 20km / 5km
10h00	DÉPART SÉRIE GRAND-PRIX FEMME 750m / 20km / 5km
10h50	DÉPART COUPE QUÉBEC U15 AVEC SILLONNAGE FINALE RÉGIONALE LANAUDIÈRE/SUD-OUEST (13-17 ANS) HOMME 375m / 10km / 2,5km
10h53	DÉPART COUPE QUÉBEC U15 AVEC SILLONNAGE FINALE RÉGIONALE LANAUDIÈRE/SUD-OUEST (13-17 ANS) FEMME 375m / 10km / 2,5km
11h30	DÉPART COUPE QUÉBEC U13 HOMME FORMAT CONTRE-LA MONTRE AUX 20 SECONDES (PISCINE) 300m / 10km / 2,5km

11h35	DÉPART COUPE QUÉBEC U13 FEMME FORMAT CONTRE-LA MONTRE AUX 20 SECONDES (PISCINE) 300m / 10km / 2,5km
11h50	DÉPART INITIATION ET INITIATION ÉQUIPE (PISCINE) 300m / 10km / 2,5km
12h18	DÉPART JEUNESSE 4 HOMME (PISCINE) 200m / 5km / 1,5km
12h22	DÉPART JEUNESSE 4 FEMME (PISCINE) 200m / 5km / 1,5km
12h45	DÉPART JEUNESSE 3 HOMME (PISCINE) 100m / 3km / 1km
12h48	DÉPART JEUNESSE 3 FEMME (PISCINE) 100m / 3km / 1km
13h05	DÉPART JEUNESSE 2 MIXTE (PISCINE) 50m / 1,5km / 500m
13h25	DÉPART RELAIS DES CLUBS 200m / 6km / 1,25km

## Horaire des réunions pré-course

15 minutes avant chaque départ, au site du départ de la course.

## Horaire des remises des médailles

**Médaille de participation optionnelle à l'arrivée**

9h30 : Coupe Québec sprint

11h45 : Grand-prix

12h15 : Finale régionale des jeux du Québec

13h15 : Coupe Québec U13

14h25 : Bourse relais des clubs

## AVANT LA COMPÉTITION

### Inscription

Inscrivez-vous en ligne à l'adresse suivante :  
<https://www.ms1inscription.com/triathlonjoliette2025>

LA FERMETURE DES INSCRIPTIONS EST LE 25 MAI 2025 À 23H59

### Politique de remboursement

#### Transfert et changement d'épreuves

Pour effectuer un changement de distance ou un transfert à une autre personne, veuillez vous connecter à votre compte-client sur le site MS1 inscription ([www.ms1inscription.com](http://www.ms1inscription.com)) à l'aide de votre courriel et mot de passe.

Vous pouvez également modifier la réponse à toutes vos questions sans frais sur votre compte client. Exemple : grandeur de T-shirt ou votre temps estimé pour compléter une distance.

#### Politique d'annulation

Les inscriptions sont non-remboursables, sauf dans le cas d'une annulation de la part de l'organisation en raison d'une force majeure. Si l'événement est annulé, deux choix s'offrent aux participants. Le remboursement ou le report à l'année suivante.

#### Remboursement :

L'organisation remboursera le frais d'inscription payé par le participant. Le frais de licence d'un jour de Triathlon Québec (dans le cas d'un non-membre) ainsi que le frais administratif de MS-1 ne sont pas remboursable. Un frais de 2.50\$ pour le remboursement sera aussi facturé au participant.

#### Report :

Le participant peut aussi reporter son inscription pour l'édition 2026 mais devra payer à nouveau le frais de licence d'un jour de Triathlon Québec s'il n'est pas membre ainsi que le frais administratif pour le transfert.

#### Politique de remboursement des frais Triathlon Québec :

Les frais de membre d'un jour Triathlon Québec ne sont pas remboursables ni transférables.

#### Contact :

Pour toute information, veuillez utiliser la section contact du site internet :  
<https://triathlonjoliette.com/nous-joindre/>

## Direction

Adresse du site :

L'événement aura lieu au Parc Louis-Querbes, adjacent au Cégep de Joliette

140 Rue St Viateur, Joliette, QC J6E 2V5

De l'autoroute 40 E :

- Prendre la sortie 122 pour rejoindre Autoroute Antonio-Barrette/Autoroute 31 N en direction de Joliette
- Continuer sur Boulevard Dollard
- Au rond-point, prendre la 3<sup>e</sup> sortie et continuer sur Boulevard Dollard
- Continuer sur Boulevard Dollard jusqu'à votre destination

De l'autoroute 40 O :

- Prendre la sortie 122 pour rejoindre Autoroute Antonio-Barrette/Autoroute 31 N en direction de Joliette
- Continuer sur Boulevard Dollard
- Au rond-point, prendre la 3<sup>e</sup> sortie et continuer sur Boulevard Dollard
- Continuer sur Boulevard Dollard jusqu'à votre destination

## Hébergement

Voici un site web qui regroupe les hébergements de la région :

<https://www.tourismejoliette.com/ou-dormir/>

## LE JOUR DE LA COMPÉTITION

### Circulation routière

Certaines rues près du CÉGEP seront fermées 1h avant la compétition et jusqu'à 45 minutes après le dernier départ pour assurer la sécurité des athlètes.

### Stationnement

Des bénévoles seront présents pour vous guider avec le stationnement de votre voiture.

- Les participants qui arriveront **avant 7h** le matin, seront dirigés au stationnement du centre-ville ou à l'aréna - deux sites près du site de compétition.
- Les participants qui arriveront **après 7h** seront dirigés dans le stationnement du CÉGEP.
- Lorsque le stationnement du CEGEP sera plein, les participants devront se stationner dans un quartier résidentiel et les rues avoisinantes : Taché, St-Thomas, Alice, Marguerite-Bourgeois.

### Enregistrement

Tout le nécessaire à la course sera disponible à l'inscription qui se déroule au gymnase.

### Marquage

Les athlètes sont invités à se marquer eux-mêmes selon les exigences de Triathlon Québec. Une station de marquage sera également présente au gymnase la journée de la course.

### Puce électronique

Les puces électroniques sont remises par m-s-1 timing. En récupérant la puce qui vous est prêtée, vous vous engagez à remettre la puce après la compétition, à défaut de quoi son remplacement vous sera facturé. Si vous perdez votre puce durant l'événement, vous devez en aviser un bénévole rapidement afin qu'une puce de remplacement vous soit prêtée.

### Transition

La zone de transition **ouvre 1h avant votre départ**. Pour toutes les catégories, la zone de transition fermera 15 minutes avant le départ prévu à l'horaire de course. Le dossard est obligatoire pour entrer dans la zone de transition. Un contrôle serré par les bénévoles sera effectué afin de réduire la circulation dans la zone de transition tout au long des compétitions. Nous vous encourageons à apporter le moins d'effets personnels dans la zone de transition (sac à dos et bac de rangement ne seront pas tolérés). Une zone de dépôt surveillée de sac est prévue pour le remisage des effets personnels superflus durant la durée de l'événement dans le village des athlètes (gros chapiteau jaune). Les vélos pourront être entreposés dans la zone de dépôt surveillée pour les sacs, si désiré. Pour les épreuves en équipe, la puce électronique devra être transférée entre les membres de l'équipe dans la zone de transition. L'échange se fera au vélo.

### Réunion d'avant-course

Durant cette réunion, des précisions quant aux parcours et aux règlements vous seront transmises. Voir la section horaire pour les heures et lieux de réunion en fonction de votre catégorie. Votre présence est requise pour le bon fonctionnement de l'épreuve.



## APRÈS LA COMPÉTITION

### Repas d'après-course

Des rafraîchissements ainsi que de la nourriture seront offerts à la ligne d'arrivée pour les athlètes. Un repas, gracieuseté de Subway, sera également fourni aux participants. Vous devrez obligatoirement présenter votre dossard pour recevoir votre repas.

### Fermeture de la zone de transition

La zone de transition fermera 45 minutes après l'arrivée du dernier participant de la catégorie, alors ne tardez pas trop à aller récupérer votre vélo. Encore une fois, le dossard est obligatoire pour entrer et sortir de la zone de transition. Étant donné le nombre important de participants, il est demandé aux athlètes de sortir leur vélo le plus rapidement possible de la zone de transition une fois leur compétition terminée. Les vélos pourront être entreposés dans la zone surveillée de dépôt des sacs dans le village des athlètes (gros chapiteau jaune).

### Remise des médailles

Voir la section horaire pour plus de détails sur les heures des remises en fonction des différentes catégories.

### Objets perdus

Tous les objets perdus seront retournés à la zone d'inscription.

### Résultats

Les résultats seront disponibles sur leur site Internet dès que possible : <http://www.ms1timing.com>

### Services sur le site de la compétition

- AUCUNE BOUTEILLE D'EAU ne sera distribuée, apportez votre propre bouteille pour remplissage
- Chronométrage électronique par m·s-1 timing
- Service mécanique
- Repas de fin de course et ravitaillement fourni pour les participants
- Sécurité nautique et routière
- Soutien médical et Clinique de physiothérapie (Clinique Opti-Forme)

## PARCOURS

Pour détails sur les différents parcours se référer au site internet du Triathlon de Joliette :  
<https://triathlonjoliette.com/evenement/#parcours>

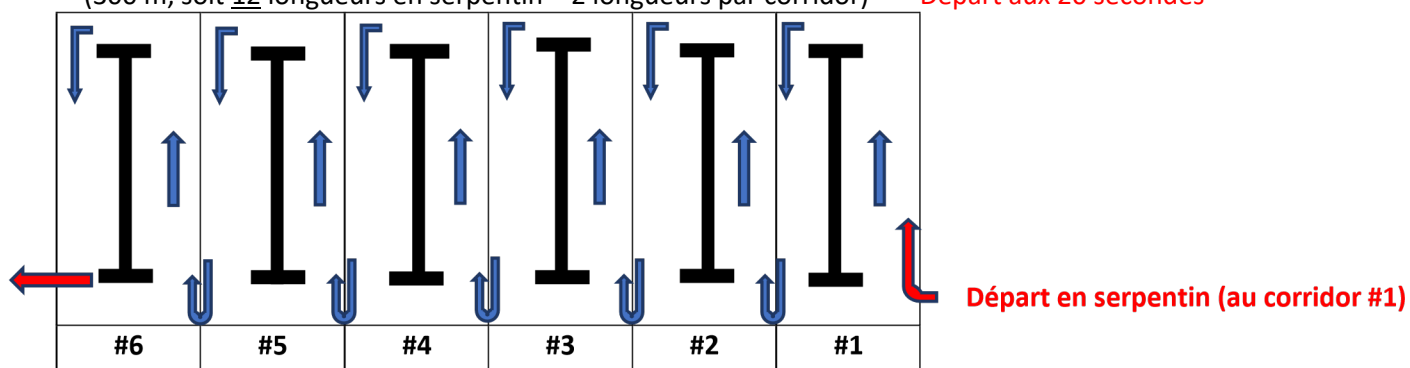
## Fonctionnement Natation en piscine

1 longueur de piscine = 25 mètres et 1 aller-retour = 50 mètres

\*nage en **serpentin** veut dire que les athlètes nagent 50 mètres dans chacun des corridors, puis passent sous le câble, **donc 2 longueurs dans le même corridor**.

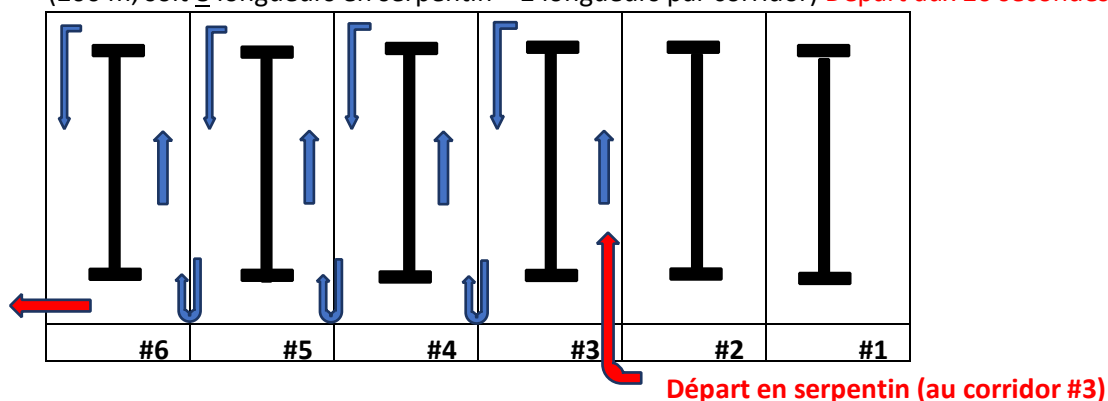
### TRIATHLON INITIATION (INDIVIDUEL OU EN ÉQUIPE) :

(300 m, soit 12 longueurs en serpentin = 2 longueurs par corridor) \*\*\*Départ aux 20 secondes



### JEUNESSE 4

(200 m, soit 8 longueurs en serpentin = 2 longueurs par corridor) Départ aux 20 secondes



### JEUNESSE 3

100 m piscine = **Départ aux 20 secondes** - 4 longueurs dans le même corridor (2 allers-retours)

### JEUNESSE 2

50 m piscine = **Départ aux 20 secondes** - 2 longueurs dans le même corridor (1 aller-retour)

## RÈGLEMENTS

Tous les règlements de Triathlon Québec s'appliquent. Pour les consulter, visiter le site suivant :  
<https://www.triathlonquebec.org/centre-de-documentation/#66-45-reglements-generaux>

Toutes infractions à ces règlements peuvent entraîner une pénalité ou la disqualification de l'athlète par les officiels de Triathlon Québec.

Une conduite antisportive entraîne aussi la disqualification du participant. À cet effet, vous pouvez consulter le code d'éthique de Triathlon Québec :  
<https://www.triathlonquebec.org/code-dethique/>

## MERCI À NOS PARTENAIRES

