

Samedi 8 mars à St Etienne, piscine R. Sommet

2e TRIATHLON

à partir de 14 ans

Finales à 20h30*
avec les meilleurs Français

MULTI indoor MAN



cadre LOOK 585
(valeur 2500€)
à gagner pour les
spectateurs!

Et grand AQUATHLON découverte pour les enfants

de 8 à 13 ans enchainement natation (50 à 150m) et course (0,4 à 1km) à partir de 17h

Gratuit, cadeaux, tombola, etc..... et **super Challenge Enfants-Elites**



Infos

WWW.MULTRIMAN.COM

06 64 29 29 00

Samedi 8 mars piscine R. Sommet à St Etienne à partir de 17h

AQUATHLON

Tu as plus de 8 ans ?

MULTI **indoor** MAN



Tu courres ?
400m à 1000m suivant ton âge



Tu nages ?
50m à 150m suivant ton âge



**Challenge
Enfant - Elite**
Fais équipe avec
un des meilleurs
triathlètes Français !

Cadeaux - Tombola !



WWW.MULTRIMAN.COM et 06 64 29 29 00

Le 8 mars piscine Olympique R. Sommet à ST Etienne

L'Indoor MulTriMan est un triathlon " indoor ", avec la natation dans la piscine... !!

Mais aussi les transitions, le vélo et la course à pied dans l'enceinte de la piscine ! Le vélo se fera en fait sur des simulateurs ! Ce sont des home trainer reliés à un ordinateur, lui même relié à un vidéoprojecteur qui projète les images sur un écran géant afin que concurrents et spectateurs puissent suivre l'évolution virtuel en direct. Le pourcentage de d'erreur de ces simulateurs est de moins de 1% (appareil de laboratoire) ce qui garanti le même effort pour tous ! Pour la course à pied, un parcours de 400m est tracé dans l'enceinte de la piscine toujours devant le public. le Multr'indoor Man se dispute sur SON vélo personnel monté sur un home trainer

PROGRAMME

12h45' à 17h Inscriptions, retrait des dossards et affichage liste de départ
13h30' à 17h15' Triathlon qualificatif (250m nat - 4,5km vélo - 1,2km CP). Série de 8 triathlètes toutes les 30' environ
17h30' à 18h30' EPREUVES ENFANTS (aquathlons avenir)
18h30' à 20h30' Demi-finales : 2 filles (si plus de 12 filles engagées) et 3 hommes
20h30' à 22h Finales (minimes-cadets, puis femmes, puis hommes)
Vers 22h Remise des Prix et Tombola !

Challenge ENFANT-ELITE : Une équipe sera formée d'un(e) "elite" et d'au minimum 1 poussin, 1 pupille et 1 benjamin(e) Cela sera l'occasion pour les enfants de rencontrer et d'échanger avec un(e) champion(ne). Tous se supporteront dans leurs épreuves, car le challenge tiendra compte de l'addition de la place de "l'elite" avec celle du meilleurs poussin, pupille et benjamin de l'équipe !

Inscription Multr'Indoor Man

limité à 75 participants (triathlon), 30 participants pour chaque aquathlon et 50 pour l'initiation (fil rouge)
Inscription sur place possible dans la limite des places disponibles (fortement déconseillé !)

NOM (surname) : _____ Prénom (first name) : _____

Date de naissance (date of birth) : _____ Sexe (sex) : M F

Adresse (adress) : _____

Code postal (Zip code) : _____ Ville (city) _____

Pays (country) : _____ Nationalité (nationality) : _____

Téléphone (phone): _____ Mail : _____

Licencié FFTri Oui Non (certificat médical de – de 1 an obligatoire)

Si OUI, N° licence (licence) : _____ Club (club) : _____

Je participe au triathlon MulTr'Indoor Man limité à 75 participants (entourez la formule choisie)

Merci de préciser un horaire souhaitez (entrel3h30' à 17h): Si inscription avant le 2/03, vous serez informez de votre horaire de départ pour les qualifications (Horaires affichés aussi sur www.multriman.com)

Licencié (à partir de minimes) Avant 6/03/08 (*) 15Euros. Après le 6/03/08 20 €

Non licencié (à partir de cadet) Avant 6/03/08 (*) 16Euros. Après le 6/03/08 21 €

(*)Cachet de la poste faisant foi.

Je participe à l'aquathlon enfant 1 (né en 2000 et 99) 50m en natation et 400m en CP. GRATUIT

Je participe à l'aquathlon enfant 2 (né en 98 et 97) Distance 100m en natation et 600m en CP. GRATUIT

Je participe à l'aquathlon enfant 3 (né en 96 et 95) Distance 150m en natation et 1000m en CP. GRATUIT

Je participe au fil rouge (de 8 à 88 ans ou +..) = enchaînement 75 m nat - 2km vélo - 400m CP

Licencié GRATUIT

Non licencié GRATUIT

Ci-joint un chèque de: _____ à l'ordre d'Iron Loire Organisation

Je déclare avoir pris connaissance du règlement des épreuves du **Multr'Indoor Man** Stéphanois (Règlement de la FFTri) et je m'engage à le respecter.

Lieu et date (date and place) : _____

Signature de l'athlète (parents, si mineur)(signature) : _____