

## EQUIPE FAMILLE DUO



Ouvert à tous  
2 Athlètes par équipe qui font  
CHACUN les 2 épreuves ENSEMBLE

## DESCRIPTIFS de l'épreuve EQUIPE FAMILLE DUO

L'épreuve « EQUIPE FAMILLE DUO » consiste à parcourir, à 2 équipiers, une boucle constituée d'environ 50 mètres de natation et de 1'000 mètres de course à pied.

**Chaque équipe est constitué d'un enfant (- de 13 ans) et d'un adulte (+ de 18 ans), ayant ou non un lien de filiation.**

Chaque athlète fait la totalité du parcours (50 m. Natation ET 1'000 m. Course à pied).

### Parcours Natation 50 m.

Le départ de la Natation se fait du mur côté Bienne du bassin extérieur. Le départ se fait en mass-start.

Dans le sens contraire des aiguilles d'une montre, les athlètes nagent en direction de la bouée n°1, la contournent et prennent la direction de la bouée n°2, située à l'extérieur de la piscine. Dès que le DUO a passé la bouée n°2, il se dirige immédiatement vers la zone de transition.

L'utilisation de matériel (frite / planche / bouée ...) est autorisé pour cette catégorie.

**Le parcours initial sera fait par un ouvrier en canoé.**

### Zone de Transition

Dans la zone de transition, les athlètes y déposent, dans leur caisse respective, leur bonnet et leurs lunettes, enfilent chaussures et dossard (1 dossard par équipe), et enchainent avec la course à pied.

### Parcours Course à pied 1'000 m.

Les Duos d'athlètes sortent de la zone de transition en empruntant la sortie « course à pied », qui les dirige vers le parcours de 1'000 m. alternant herbe et goudron.

La sortie de l'enceinte de la piscine se fait par le garage, l'entrée par la grille d'accès public. Ils rallient ensuite en DUO, l'arrivée à la fin de la boucle.

**Le parcours initial sera fait par un ouvrier en VTT.**

### Inscriptions

La participation à cette compétition ne nécessite pas une licence annuelle de Swiss Triathlon.

**L'engagement à cette épreuve par Equipe DUO est d'un montant de CHF 20.-**

Les inscriptions pour cette épreuve sont à faire via le site internet du Red-Fish Neuchâtel

[www.rfn.ch](http://www.rfn.ch)

### Constitution des DUOS

Pour pouvoir participer à l'épreuve, chaque Equipe DUO doit être composée de 2 athlètes, capable de réaliser plus de 50m. en Natation.

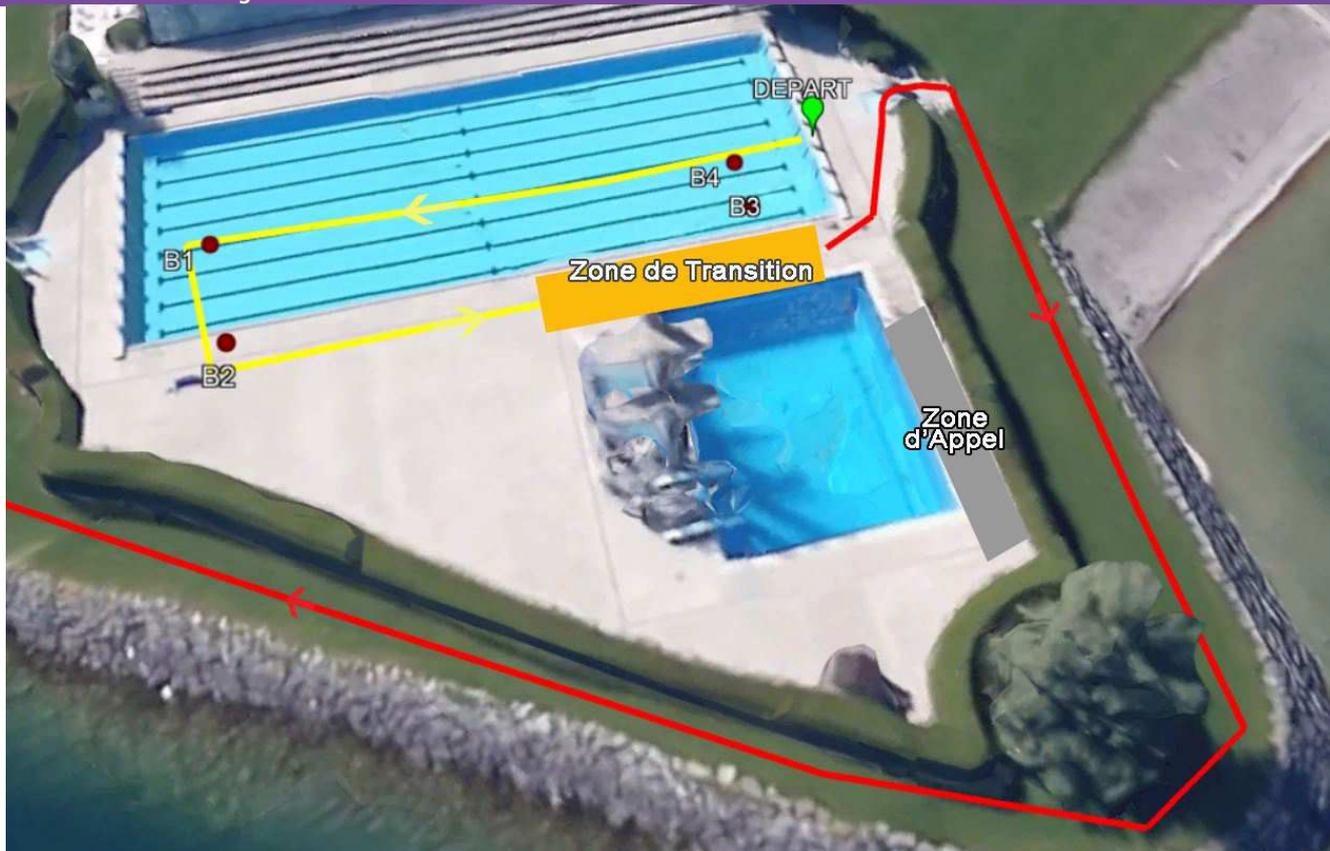
**Chaque équipe est constitué d'un enfant (- de 13 ans) et d'un adulte (+ de 18 ans), ayant ou non un lien de filiation ou de famille.**

### Départs

Pour respecter l'intégrité physique de tous les athlètes, 2 départs seront donnés à 10 minutes d'intervalles.

Les équipes constituées avec au moins un enfant de 11 à 13 ans partiront en premier. Les équipes avec au moins un enfant de 10 ans et moins partiront 5 minutes après

PARCOURS NATATION – 50m.



PARCOURS COURSE A PIED – 1'000m.

