

# RÉSUMÉ DU DÉROULEMENT LE JOUR-J

1

Je retire mon dossard avec ma confirmation d'inscription aux horaires indiqués ;

2

Je prépare mon vélo pour le contrôle du matériel à l'entrée du parc de change (CHECK IN) : je colle l'étiquette vélo (allongée) sur la tige de ma selle et les étiquettes sur mon casque de vélo ;

3

Je fixe le transpondeur (puce de chronométrage) à ma cheville gauche (pour éviter de crocher dans le pédalier). Toute puce non retournée sera facturée CHF 50.- ;

4

Je me rends au bon CHECK IN selon les heures indiquées de ma catégorie pour procéder au contrôle du matériel ;

5

Je trouve ma place dans la zone de change qui correspond au 3 derniers chiffres de mon dossard. Je dépose et prépare mes affaires à gauche de ma place. A ne pas oublier : dossard à l'arrière durant le vélo et à l'avant durant la course à pied ;

6

Je prends mon bonnet et mes lunettes, et sors de la zone de change pour m'échauffer dans la zone dédiée et ensuite écouter le briefing de course 15' avant mon départ.



**Autocollants**



**Bonnet (Swiss Triathlon)**



**Dossard**



**Transpondeur**



**Cadeau souvenir**

**PACK DU / DE LA  
TRIATHLÈTE**

