

TRIATHLON  
INTERNATIONAL  
DE MARTINIQUE

[SAINTE-LUCE]  
[6 AVRIL 2025]

[L / M / XS]  
[RELAIS]  
[AQUATHLONS]  
[DÈS 6ANS]

MADIN  
TRI

2ÈME EDITION



f i INFOS SUR [WWW.MADINTRI.FR](http://WWW.MADINTRI.FR)



TRIATHLON  
INTERNATIONAL DE  
MARTINIQUE

# BRIEFING BÉNÉVOLES 2025

CHAMPIONNAT DE  
MARTINIQUE M ET L

SAINTE-LUCE  
6 AVRIL 2025



# *MERCI!!*

*En tant qu'organisateur nous vous remercions du fond du cœur de donner de votre temps tôt un dimanche et de nous aider à faire du MadinTri une course phare de Triathlon de la Caraïbe. On n'y arriverait pas sans vous! Donc encore une fois un grand MERCI!*





# *OBJECTIFS DU BÉNÉVOLE*

- Aider les participants triathlètes à avoir la meilleure expérience de course possible. C'est-à-dire concrètement:
- Aider à **renforcer la sécurité des participants** sans se mettre en danger soi-même
- **Diriger les participants sur le parcours**
- **Proposer et préparer des boissons fraîches** sur les points de ravitaillement
- **Encourager** dans la bonne humeur



**MARTINIQUE**



# POINTS À PRENDRE EN CONSIDÉRATION

- Pour **ne pas entraver la progression des athlètes** ou se faire renverser, attention, c'est facilement arrivé même sans les professionnels qui seront présents et qui peuvent aller à plus de 50kmh en vélo et plus de 20kmh en course à pied. Les athlètes arrivent tous très vite, **soyez vigilants**.
- Nous organisons la course un dimanche matin tôt quand la circulation est minimale et les températures modérées, **attention quand même aux chauffards**.
- Le triathlon est un sport où on peut aller au bout de l'effort et souvent on termine dans un combat avec soi-même, parfois dans la souffrance. Il est parfois très difficile de sourire ou de dire merci, parfois on devient irritable. Soyez indulgent et même si il n'y a aucun retour, soyez assuré que chaque encouragement est enregistré et apprécié. Ceci ne dispense évidemment aucun athlète de respecter les bénévoles et de suivre le règlement du MadinTri et l'athlète sera disqualifié dans le cas contraire. **N'hésitez pas à nous signaler tout abus**.



# *NOTES ET CONSEILS POUR LES SIGNALEURS VÉLO*

- Le parcours vélo est entièrement ouvert à la circulation automobile.
- Les athlètes ont reçu comme consigne stricte de respecter le code de la route.
- **Le but des signaleurs est d'arrêter les automobilistes pour donner la priorité aux cyclistes, pour ne pas entraver leur progression ou ne pas les obliger à s'arrêter, grâce à leur panneaux présence, avec gilets jaunes et sifflets.**
- Les bénévoles signaleurs feront toujours attention à ne pas se mettre en danger et ne pas essayer de forcer un automobiliste récalcitrant à s'arrêter.
- **Nous aurons des policiers municipaux qui nous assisteront** mais ils ne pourront pas être présents sur tous les ronds-points



# NOTES ET CONSEILS POUR LES SIGNALEURS VÉLO

- Aux rond-points:
  - Les 2 points à occuper prioritairement sont indiqué sur le schéma à droite.
  - Il s'agit d'arrêter les automobilistes qui veulent contourner le rond-point et qui couperaient la route aux coureurs.
  - Vous donnerez donc la priorité aux coureurs.





# *NOTES ET CONSEILS POUR LES SIGNALEURS COURSE À PIED:*

- Les signaleurs course à pied seront positionnés à quelques points stratégiques pour orienter les athlètes et leur faciliter leur orientation sur le parcours.
- Le but est donc d'être visible de relativement loin et de clairement indiquer par des gestes vers où le coureur est censé aller.
- L'athlète est censé connaître le parcours, il sera donc toujours de sa responsabilité de savoir où aller, mais votre mission est de lui faciliter la tâche à ces quelques points clés pour qu'il n'y ait pas de doute possible
- N'oubliez pas les encouragements, la course à pied est la dernière partie et quand la course devient vraiment difficile.

# NOTES ET CONSEILS POUR LES BÉNÉVOLES AUX RAVITAILLEMENTS

- Nous avons la chance d'être sur une île paradisiaque et de faire la course dans un cadre magnifique, mais ça veut aussi dire qu'il fait très chaud, surtout quand on fait du sport intense. Il s'agit donc d'aider les athlètes à se rafraîchir et dans une moindre mesure de reprendre des forces.
- **Priorité numéro 1 est donc de servir des boissons fraîches.** On aura des glacières avec de la glace et de l'eau pour pouvoir offrir des boissons aussi fraîches que possible.
- **Évitez d'avoir trop de gobelets remplis sur votre table pendant trop longtemps car les boissons vont perdre leur fraîcheur très vite.**
- **Nouveauté en 2025:** Nous aurons 2 ravitaillements sur le parcours vélo. Ils seront en cote, quand les coureurs seront suffisamment lents pour pouvoir attraper les gourdes.
- **Essayez de tendre un gobelet aux athlètes qui arrivent,** ça leur fera perdre moins de temps et réduira le risque de renverser pleins de gobelets en essayant d'en attraper un en passant à toute allure
- Laissez de l'espace entre les gobelets sur la table pour que les coureurs puissent les attraper sans trop ralentir et sans renverser d'autres gobelets.
- **N'oubliez pas les encouragements,** la course à pied est la dernière partie quand la course devient difficile et quand chaque petit mot aide énormément.
- Mettez les gobelets jetés et gourdes jetés dans les sacs poubelle fournis pour laisser le parcours aussi propre après notre passage qu'avant que nous soyons venus.





# POINTS BÉNÉVOLES ET HORAIRES DE COUVERTURE:



POINT		EPREUVE	EMPLACEMENT	en Place	jusqu'à
0	Natation	XS/M/L	Anse Corps de Garde	5h45	8h00
1	T1	XS/M/L	Départ Corps de garde	6h10	11h00
2	Vélo/Run	XS/M/L	Carrefour en bas de montée gros raisin	6h10	8h00
3	Vélo	XS/M/L	Rond Point en haut de montée gros raisin	6h10	9h40
4	Vélo	XS/M/L	Rond Point Désert	6h10	10h55
5	Vélo	XS/M/L	Rond Point Sortie 3 Rivières	6h10	10H50
6	Vélo	XS	Rond Point Départementale avant 3 Rivières	6h10	7h00
7	T2	XS/M/L	Ravito Zone Arrivée et Run	6h10	13h30
8	Run	XS	Retour Sentier Littoral	6h30	7h30
9	Run	XS/M/L	Arrivée Corps de Garde	6h30	13h30
10	Vélo	M/L	Rond Point Poirier	6h45	9h35
11	Vélo	M/L	Rond Point Anse Figuier	6h45	9h30
12	Vélo	M/L	Rond Point Demi-tour Marin	6h45	9h25
13	Vélo	M/L	Rond Point Sortie 3 Ilets	7h00	10h10
14	Vélo	M/L	Rond Point 2 Sortie 3 Ilets	7h00	10h10
15	Vélo	M/L	Rond Point Espace Sud	7h00	10h10
16	Vélo	L	Rond Point Demi-tour 3 Ilets	7h00	10h15
17	Vélo	L	Ravito Vélo 2 Montée Domaine Gaillard	7h10	10h25
18	Vélo	L	Ravito Vélo 1 Montée Retour Marin	7h30	9h25
19	Vélo	L	Retour Nationale Rivière Salée	7h15	10h30
20	Vélo	M/L	Carrefour en bas de montée Désert	7h15	10h55
21	Run	M/L	Ravito 1 Départementale	8h00	13h15
22	Run	M/L	Ste Luce Gendarmerie	8h00	13h30
23	Run	M/L	Ravito 2 Parking Gros Raisin	8h00	13h30

# LA TEAM ORGANISATRICE



Boris Odry

Responsable  
Organisation

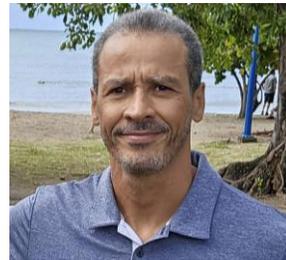
Triathlète et  
président de  
la Ligue de  
Triathlon de  
Martinique



Olaf Kasten

Responsable  
Organisation

Allemand,  
Champion du  
monde  
Ironman 2021  
entrepreneur et  
consultant



Manu Thibault

Responsable  
Organisation

Triathlète  
spécialiste  
digital et  
téléphonie



Josette Gustave



Fred Philippy



Andrée Duranville



Meggan Chevalier



Niels Olsen



Jean-Michel Gros

# *AGENDA DU MADINTRI:*

- N'hésitez pas à venir et nous aider si disponible à chacun de ces rdvs.
- **Mercredi 2 Avril 10h30-11h30:** Conférence de presse, présentation du MadinTri avec les professionnels et les médias dans le salon du showroom de Peugeot au Lamentin.
- **Vendredi 4 Avril:** récupération des dossards dans le showroom de Peugeot au Lamentin de 11h à 12h30 et à l'hôtel Karibea à Sainte-Luce de 13h30 à 14h et chez Terre de Running à Ducos de 15h à 18h.
- **Mardi 1er au Vendredi 4 Avril:** récupération des ravitaillements chez les partenaires et achat des dernières fournitures.
- **Samedi 5 Avril à partir de 14h:** Corps de Garde, Installation de la logistique, zone d'arrivée, barrières, banderoles, flammes, etc.
- **Dimanche 6 Avril 2025:** à partir de 4h30 derniers préparatifs, 5h30 accueil des athlètes et ouverture du parc à vélos. 6h15 départ XS et 6h20 départ course phare L et M.



# EDEN PARADISE

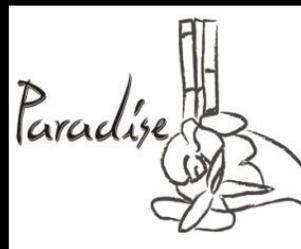
Ecolodges et Lounge Spa en Martinique

Détendez-vous en solo, en couple ou en groupe dans notre espace dédié au bien-être, que ce soit pour quelques heures, une journée, une nuit ou plus.



1 Villa Quartier  
Volcart  
Sainte-Luce 97228  
05 96 58 23 46

Code Réduction 15%  
MadinTri:  
**KREOLSPA**



# NOUS REMERCIONS AUSSI NOS SPONSORS ET PARTENAIRES





*HÂTE DE VOUS VOIR  
TOUS LE 6 AVRIL!*

*CONTACTS:*

Olaf KASTEN

0696 03 99 05

Boris ODRY

0696 21 56 49

Manuel THIBAUT

0696 90 09 00

Email:

[info@madintri.fr](mailto:info@madintri.fr)

Website:

[www.madintri.fr](http://www.madintri.fr)



# CAPTAIN DIDICO

*Sorties en catamaran*



*Parce que sur l'eau c'est bien mieux !*

Réservez vos prochaines vacances au :

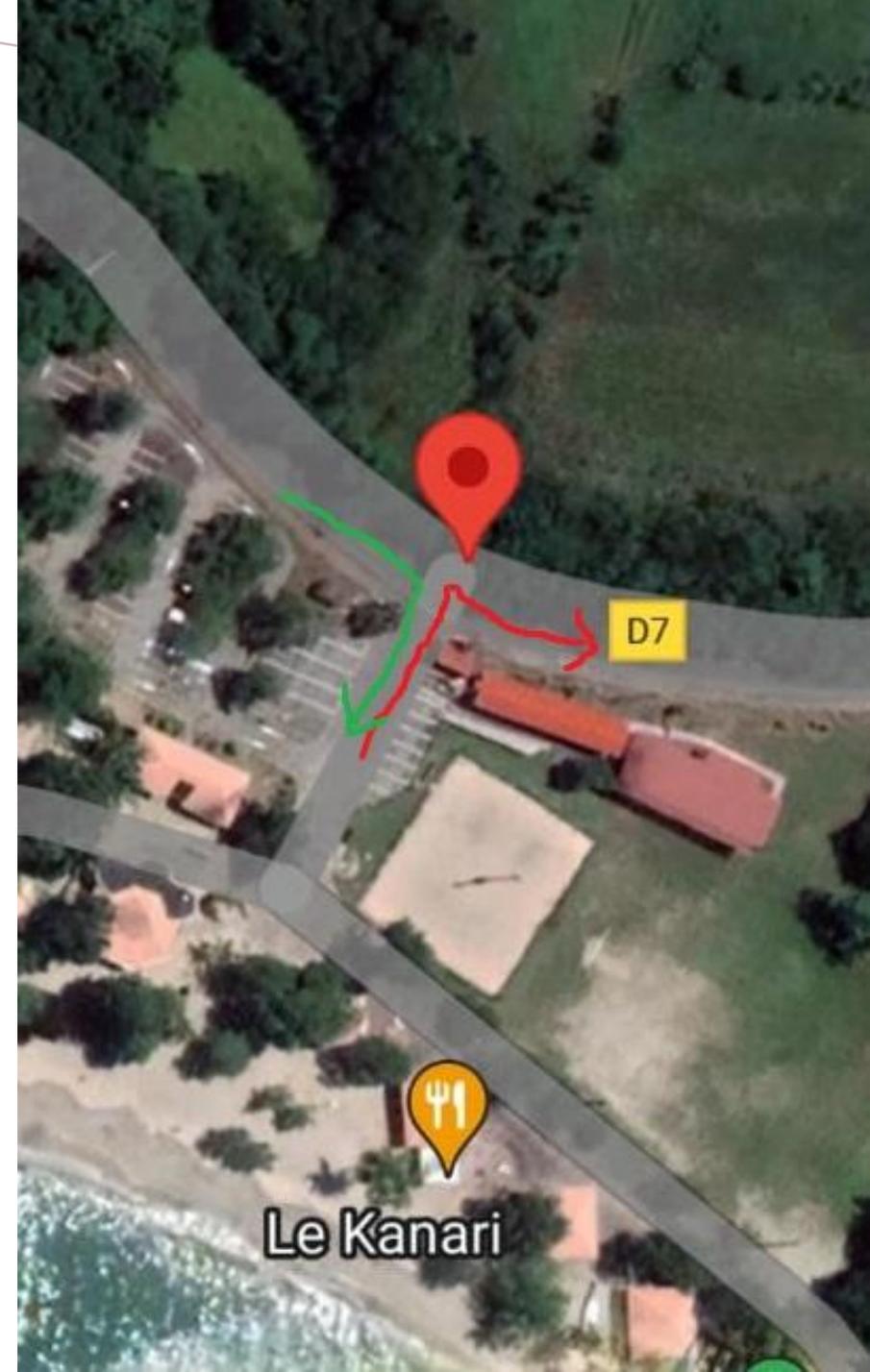
06 96 92 17 41

# *POINT BÉNÉVOLE 1: 6H10-11H00*

## *DÉPART/ARRIVÉE VÉLO CORPS DE GARDE*

[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/U7CBWO7ON4W4NDFH6](https://maps.app.goo.gl/U7CBWO7ON4W4NDFH6)

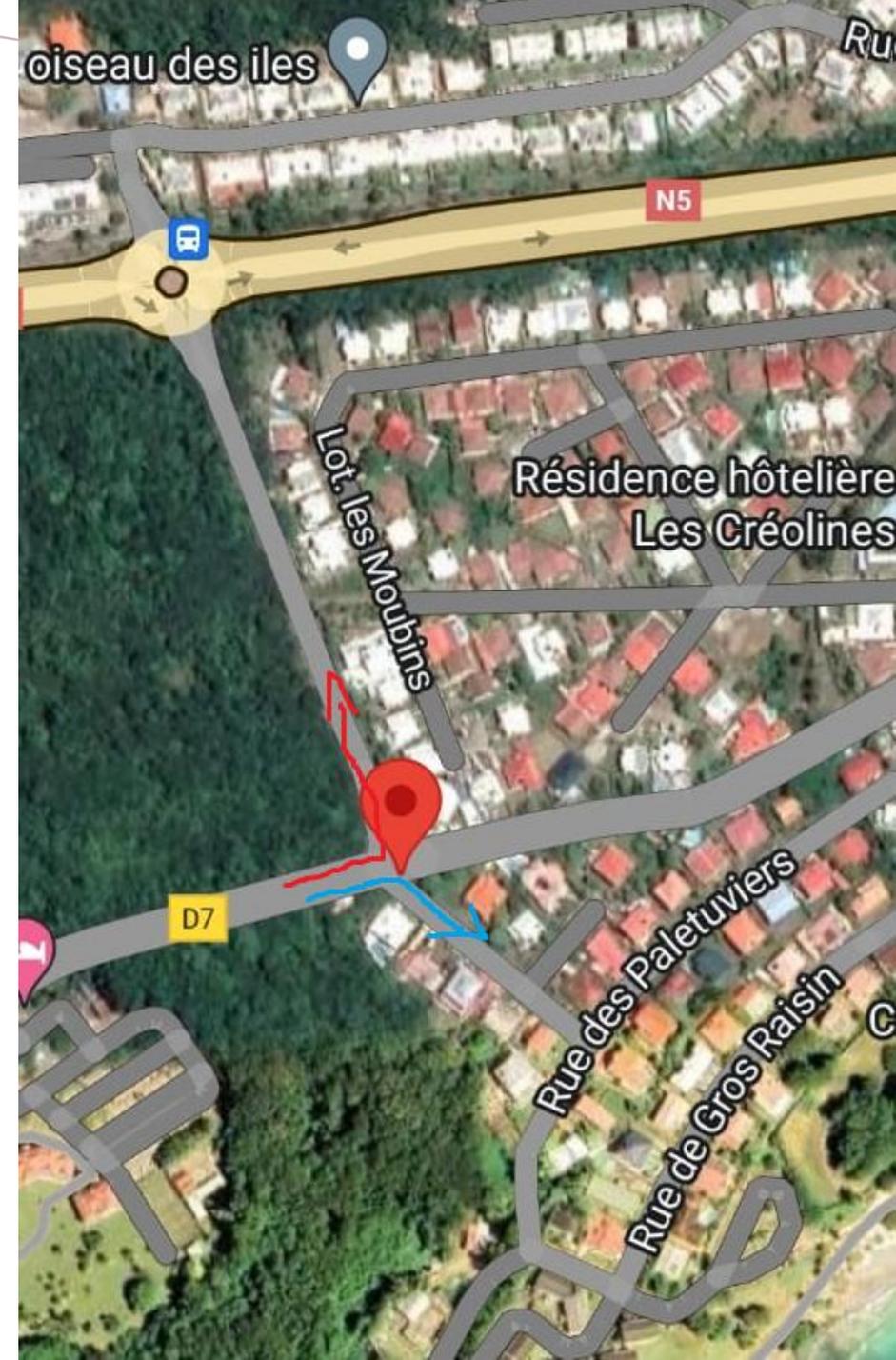
- Au départ du vélo (flèche rouge) le but est de rappeler aux athlètes de ne pas monter sur le vélo avant la ligne et de protéger les athlètes qui commencent le vélo en arrêtant le trafic arrivant de gauche et d'indiquer aux athlètes de partir vers la droite.
- A la fin du vélo (flèche verte) le but est de bien indiquer aux athlètes de rentrer vers la transition est de descendre du vélo avant la ligne
- Départ vélo XS env. 6h20-6h35
- Retour vélo XS env. 6h35-7h05
- Départ vélo M et L env. 6h45-7h25
- Retour vélo M env. 7h55-11h, le dernier coureur sera suivi d'une moto



*POINT BÉNÉVOLE 2: 6H10-8H00*  
*CARREFOUR BAS DE MONTÉE GROS*  
*RAISIN*

[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/XUE588APQCMANZCF8](https://maps.app.goo.gl/XUE588APQCMANZCF8)

- Flèche rouge: tous les cyclistes du XS, M et L doivent prendre la montée vers la nationale ici. Le but est de protéger les athlètes en arrêtant le trafic arrivant des 2 cotés et d'indiquer aux athlètes de prendre la montée.
- Flèche bleue: les coureurs du XS doivent tourner vers la droite ici (bas sur le plan). Il s'agit de leur indiquer le chemin.
- Vélo XS env. 6h22-6h35
- Course à pied XS env. 6h40-7h15
- Vélo M et L env. 6h50-7h35, le dernier sera suivi d'une moto
- Pour la course à pied du M et L il faudra aller en face et nous ne nécessiterons plus de bénévoles à cet emplacement

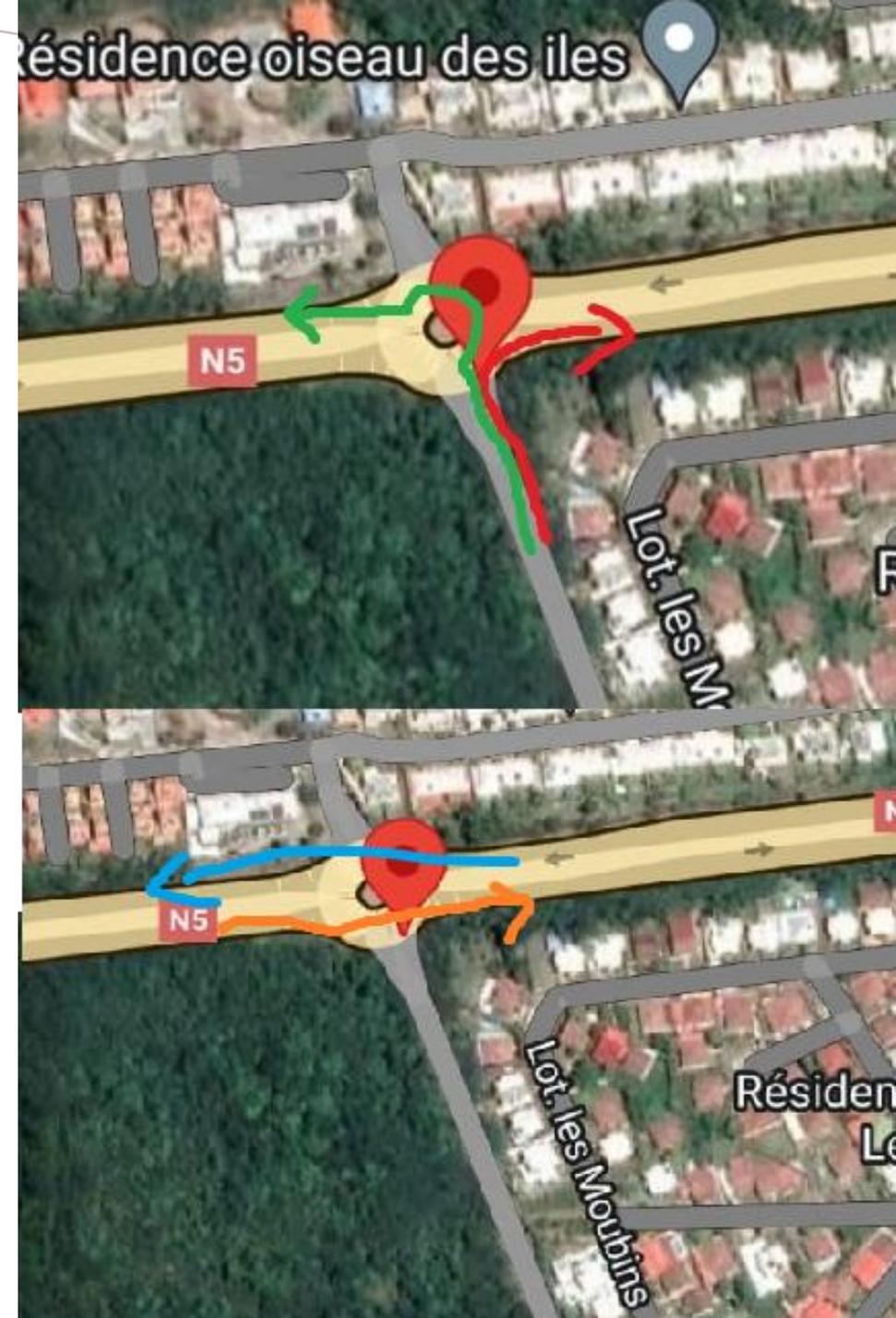


# *POINT BÉNÉVOLE 3: 6H10-9H40*

## *ROND POINT HAUT DE MONTÉE GROS RAISIN*

[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/W7KHJ8Q3FE2JW2VQ9](https://maps.app.goo.gl/W7KHJ8Q3FE2JW2VQ9)

- Attention: les cyclistes du XS vont arriver en premier et partir sur la gauche (flèche verte), il s'agira de débutants et de jeunes à partir de 12 ans. Le but est de protéger les athlètes en arrêtant le trafic arrivant des 2 cotés et d'indiquer aux athlètes de bien contourner le rond-point et de partir vers la gauche.
- les cyclistes du M et L arriveront ensuite (flèche rouge). Le but est de protéger les athlètes en arrêtant le trafic arrivant de gauche et d'indiquer aux athlètes partir vers la droite. Les athlètes du M repasseront 1x, ceux du L 3x dans les 2 sens en allant en face (flèches bleue et orange)
- Vélo XS env. 6h23-6h45
- Vélo M et L premier passage env. 6h55-7h30
- Vélo M et L passages suivants env. jusqu'à 9h40, le dernier coureur sera suivi d'une moto

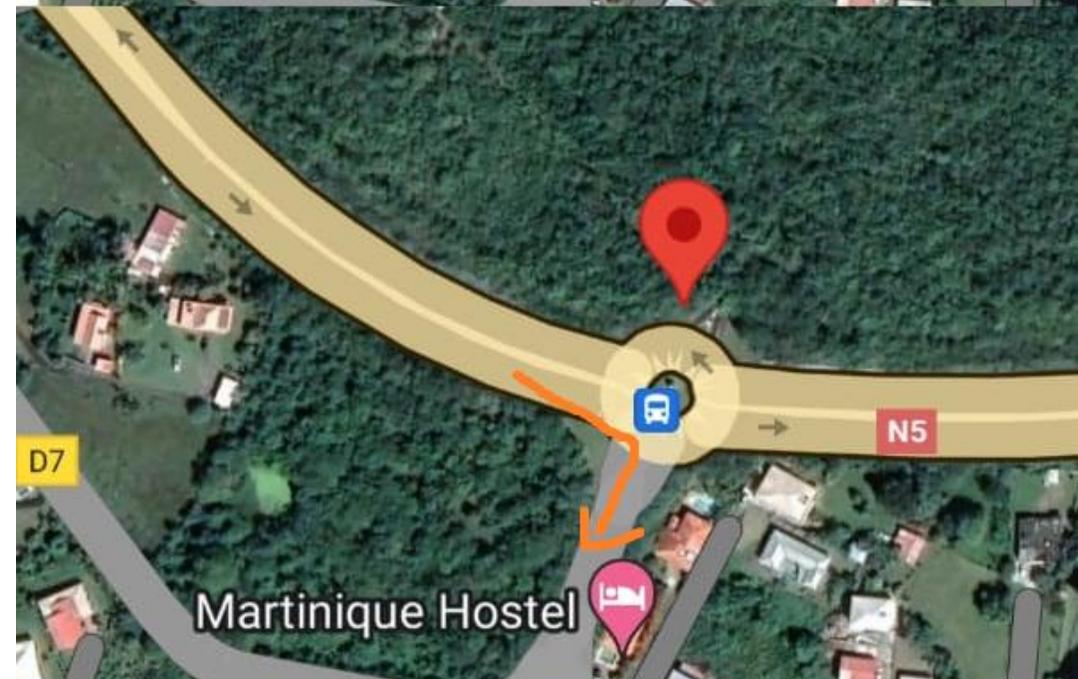


# POINT BÉNÉVOLE 4: 6H10-10H55

## ROND-POINT DÉSERT

[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/HHH77V3TM4US8MHC7](https://maps.app.goo.gl/HHH77V3TM4US8MHC7)

- Dans un premier temps (flèche verte et bleu) les athlètes traversent le rond-point et seulement à la fin du vélo du M les athlètes doivent prendre la descente vers la départementale. Il sera difficile de savoir si un athlète est sur le 1<sup>er</sup> ou le 2<sup>ème</sup> tour, donc ne pas indiquer aux athlètes ou aller, ils sont censés le savoir et on aura des indications au sol.
- Le but ici est de protéger les athlètes en arrêtant le trafic des voitures voulant contourner le rond-point et couper devant les athlètes.
- Vélo XS env. 6h25-6h50
- Vélo M et L env. 7h15-10H55, le dernier coureur sera suivi d'une moto



*POINT BÉNÉVOLE 5: 6H10-10H50*

*ROND POINT SORTIE 3 RIVIÈRES*

[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/ZE7ZD7MKDBDVDF2V8](https://maps.app.goo.gl/ZE7ZD7MKDBDVDF2V8)

- Lors du vélo XS (flèche rouge) les coureurs tournent à droite. Le but est de protéger les athlètes en arrêtant le trafic pouvant couper devant eux et d'indiquer aux athlètes de partir vers la droite.
- Ensuite lors du vélo M (flèche verte et bleue) les coureurs vont traverser le rond-point 4 fois, 2 fois dans chaque sens. Ils vont arriver à vive allure dans les 2 sens. Le but est de protéger les athlètes en arrêtant le trafic pouvant couper devant eux.
- Vélo XS env. 6h25-6h40
- Vélo M env. 7h20-10h450, le dernier coureur sera suivi d'une moto

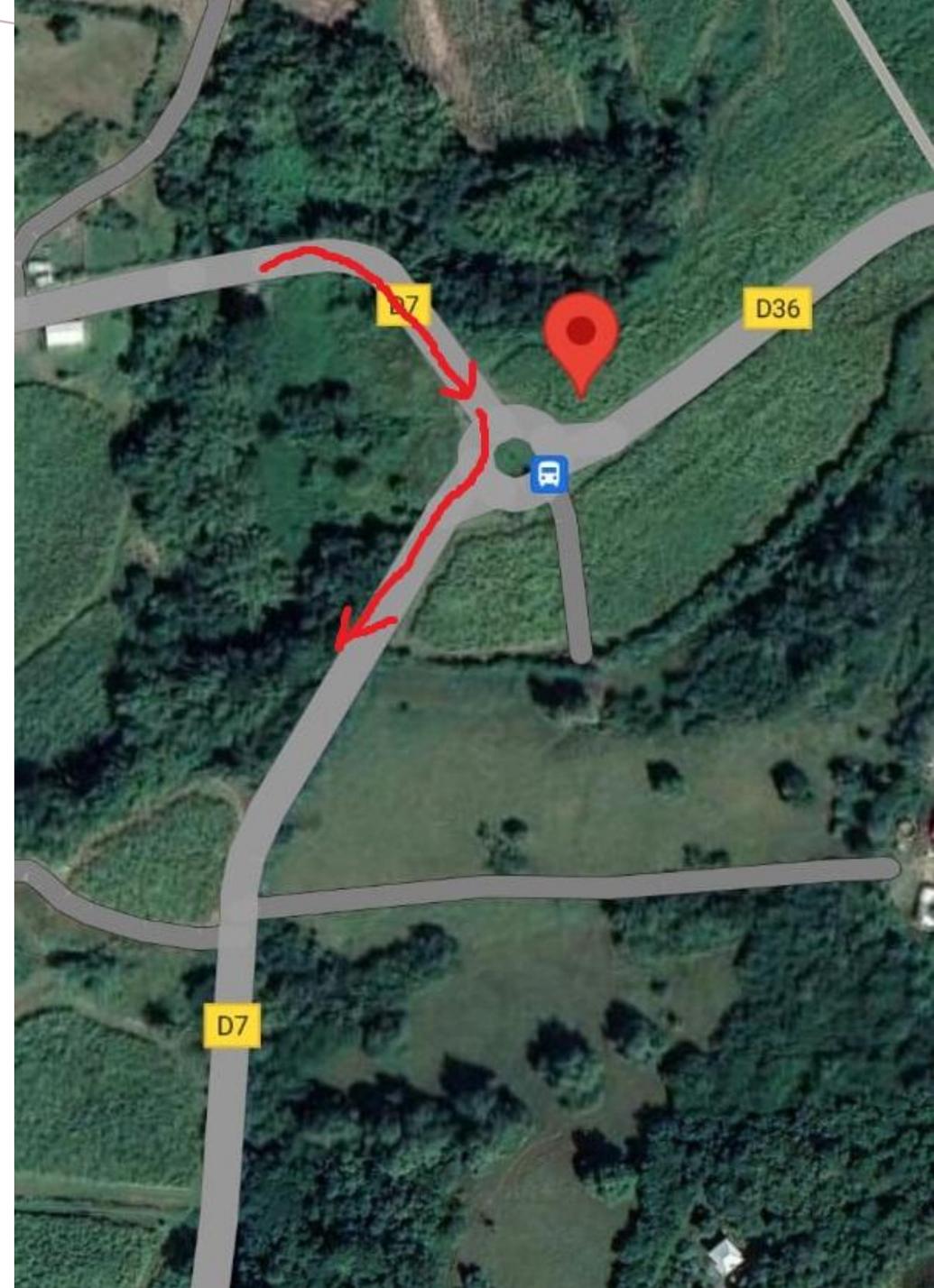


*POINT BÉNÉVOLE 6: 6H15-7H00*

*ROND POINT D7 AVANT 3 RIVIÈRES*

[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/ZVJY8EFMUKGN49A48](https://maps.app.goo.gl/ZVJY8EFMUKGN49A48)

- Uniquement le vélo XS passe ici (flèche rouge).
- Le but est de protéger les coureurs en arrêtant le trafic arrivant de droite pouvant couper devant les coureurs et d'indiquer aux athlètes la direction.
- Vélo XS env. 6h25-7h00



*POINT BÉNÉVOLE 7: 6H20-13H30*  
*RAVITO ZONE ARRIVEE ET RUN*  
[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/Z7YZFVZHZK5HXE268](https://maps.app.goo.gl/Z7YZFVZHZK5HXE268)

- Il s'agit ici de la zone de ravitaillement centrale illustrée par les 3 barres rouges au-dessus de l'arrivée.
- Elle sera utilisée par les athlètes qui commencent la course à pied pour le XS et le M, par les coureurs du M qui commencent le 2<sup>ème</sup> tour de la course à pied et par tous les athlètes après l'arrivée et également tous les bénévoles.
- Le but est d'offrir des boissons fraîches aux coureurs et pour la partie boissons et collation après course de vérifier les bracelets fournis aux participants et aux bénévoles et autres prestataires.
- Nonstop de 6h20 à 13h30

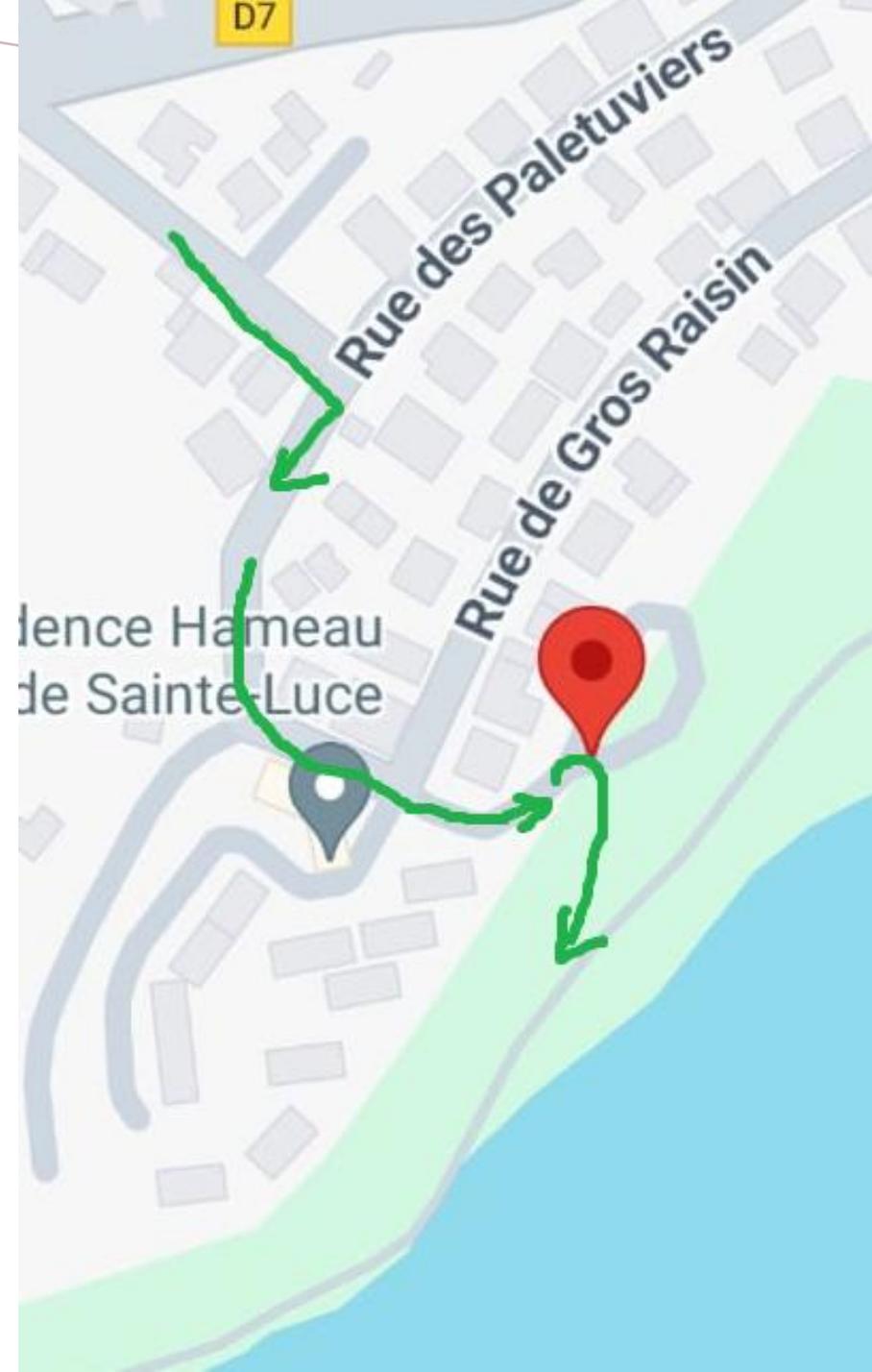


*POINT BÉNÉVOLE 8: 6H20-7H30*

*RETOUR SENTIER DU LITTORAL*

[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/C5LPUNT32DR15R6M9](https://maps.app.goo.gl/C5LPUNT32DR15R6M9)

- Il s'agit ici des coureurs du XS (flèche verte)
- Le but est d'indiquer aux athlètes la bonne direction pour partir vers Corps de Garde.
- Course à pied XS env. 6h30-7h30

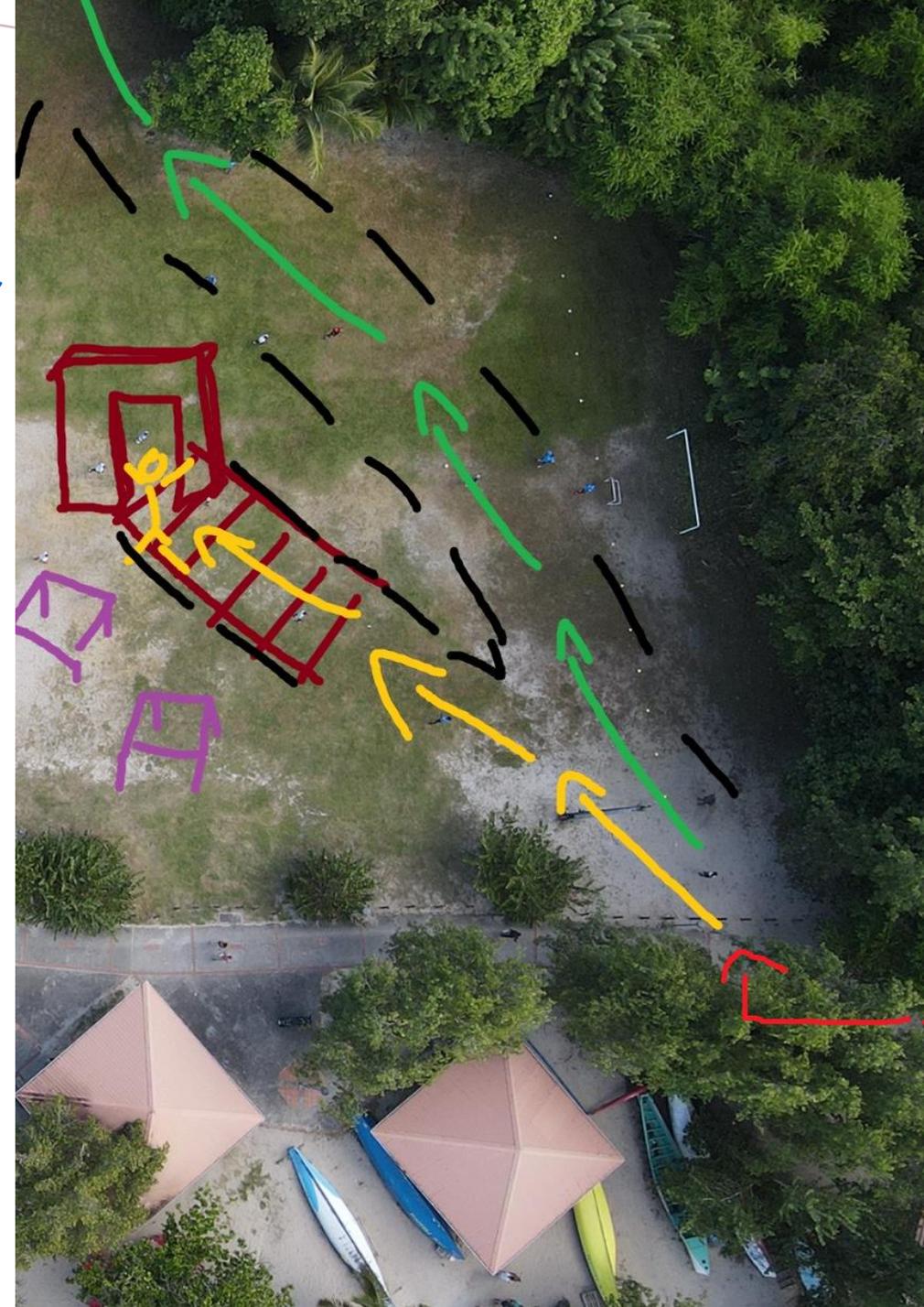


# *POINT BÉNÉVOLE 9: 6H30-13H30*

## *ZONE ARRIVÉE*

[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/ACBJJVHKXZ4CRHMG7](https://maps.app.goo.gl/ACBJJVHKXZ4CRHMG7)

- Il s'agit de diriger les coureurs vers le 2<sup>ème</sup> tour de course à pied et l'arrivée (flèche rouge).
- Le but est donc d'indiquer aux athlètes la bonne direction du parcours.
- Arrivée XS env. 6h45-7h30
- Course à pied M env. 8h25-13h30



# *POINT BÉNÉVOLE 10: ROND POINT POIRIER*

*6H45-9H45*

[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/M2QNUF1TVNXURRER6](https://maps.app.goo.gl/M2QNUF1TVNXURRER6)

- Uniquement les athlètes du M et L passeront ici, 2 fois pour le M et 4 fois pour le L (flèche rouge à l'aller et flèche bleue au retour de chaque tour).
- Le but est de protéger les athlètes en leur donnant la priorité et en arrêtant le trafic.
- Vélo M et L env. 6h55-9h45, le dernier coureur sera suivi d'une moto



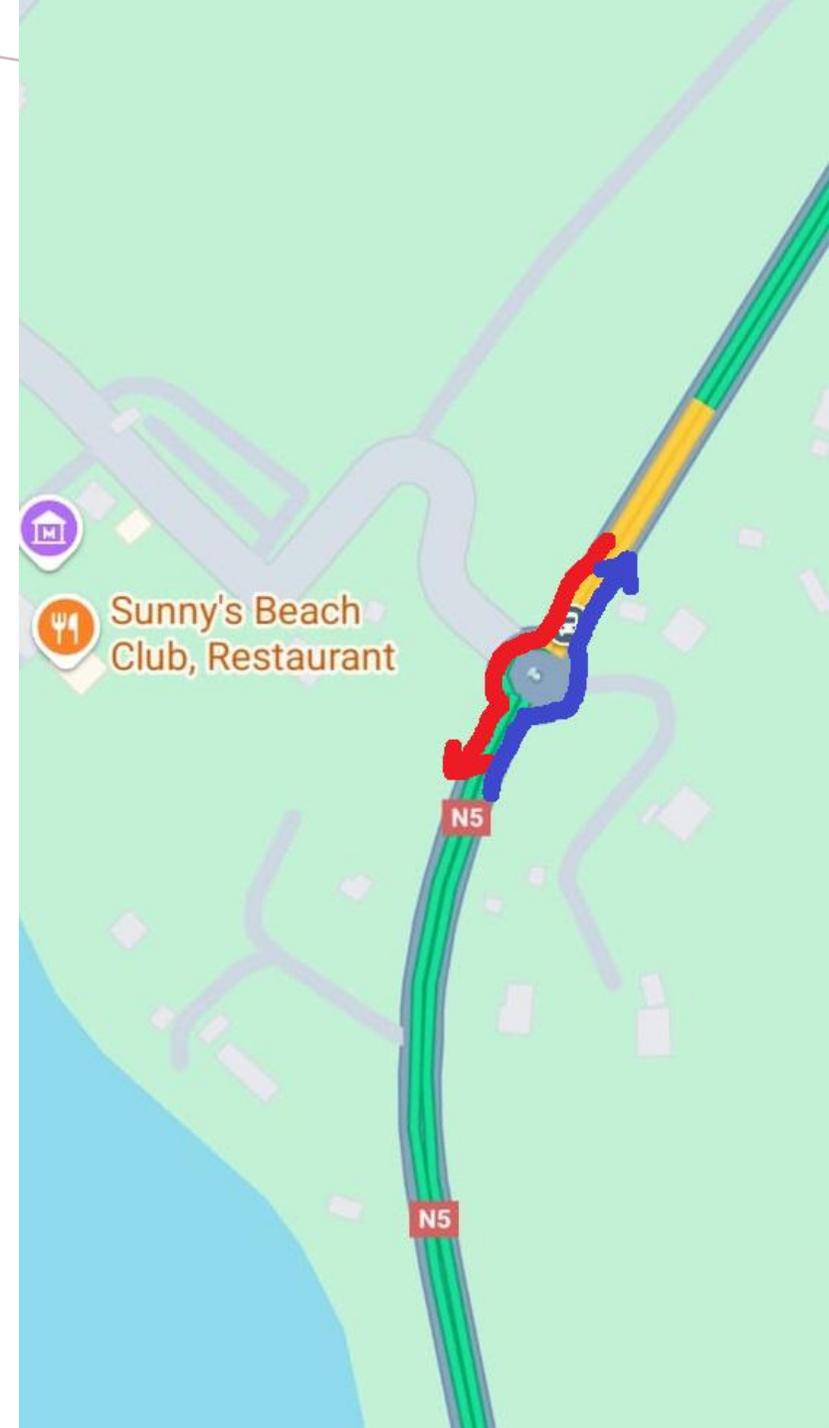
# *POINT BÉNÉVOLE 11:*

*6H45-9H30*

## *ROND POINT ANSE FIGUIER*

[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/E8VANFHEIPP4WNXL8](https://maps.app.goo.gl/E8VANFHEIPP4WNXL8)

- Uniquement les athlètes du M et L passeront ici, 2 fois pour le M et 4 fois pour le L (flèches rouges).
- Le but est de protéger les athlètes en leur donnant la priorité et en arrêtant le trafic.
- Vélo M et L env. 6h55-9h45, le dernier coureur sera suivi d'une moto



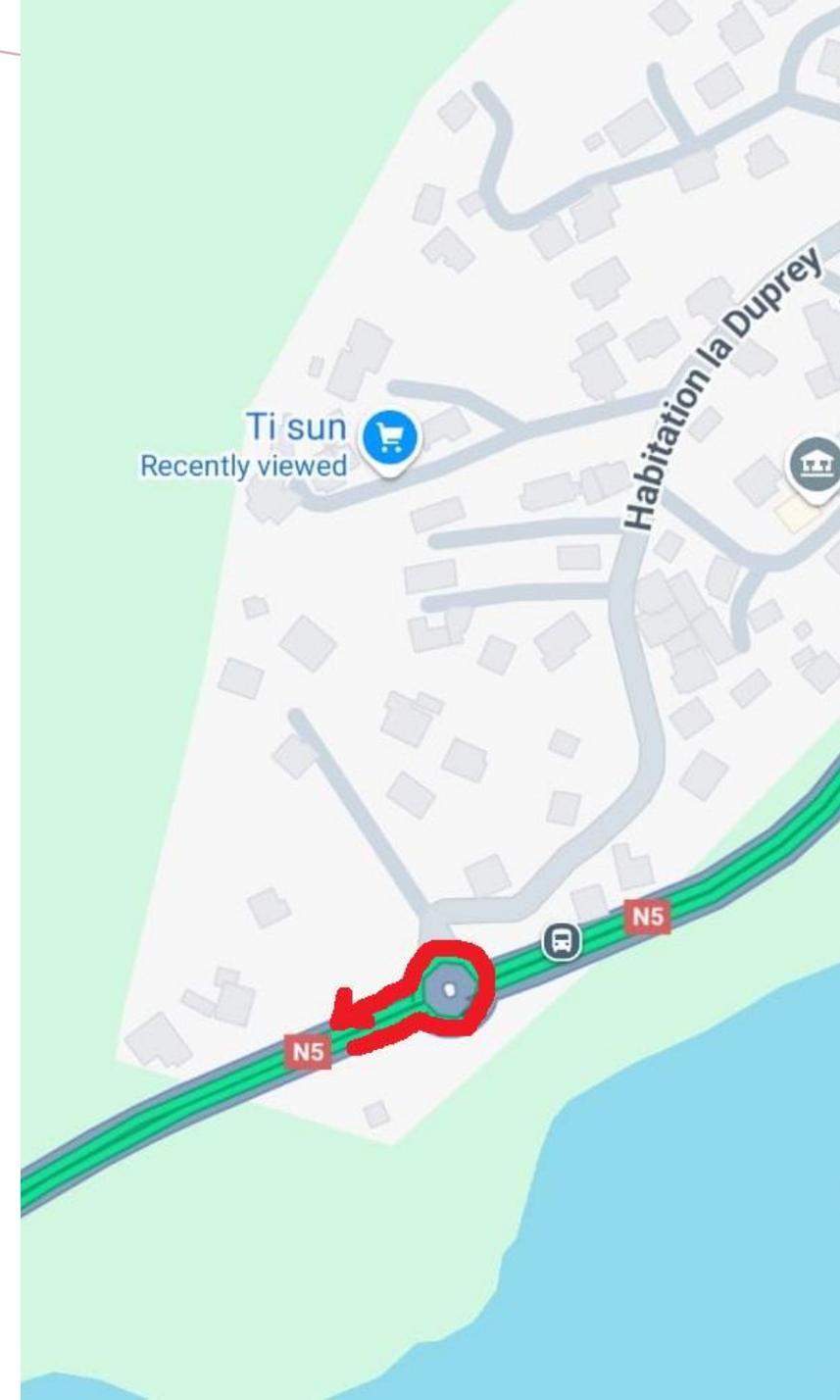
## *POINT BÉNÉVOLE 12:*

*6H45-9H25*

## *ROND POINT DEMI-TOUR MARIN*

[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/7HqGMENKKE3V1MPP9](https://maps.app.goo.gl/7HqGMENKKE3V1MPP9)

- Les athlètes du M et L passeront ici, 1 fois pour le M et 2 fois pour le L (flèches rouges).
- Le but est de protéger les athlètes en leur donnant la priorité et en arrêtant le trafic.
- Vélo M et L env. 6h55-9hé(, le dernier coureur sera suivi d'une moto



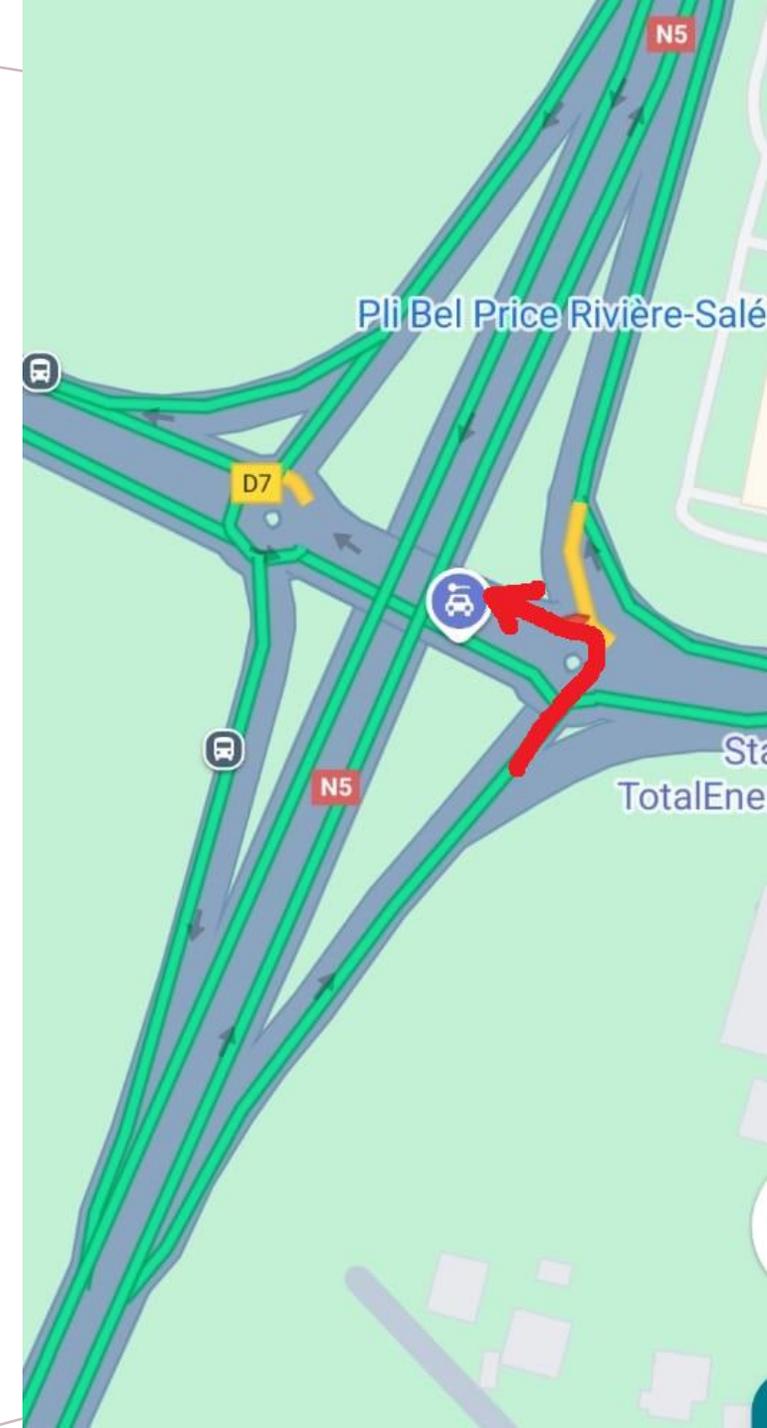
## *POINT BÉNÉVOLE 13:*

*7H00-10H10*

## *ROND POINT SORTIE TROIS ILETS*

[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/WETHJO8PNCAERLGE8](https://maps.app.goo.gl/WETHJO8PNCAERLGE8)

- Uniquement les athlètes du M et L passeront ici, 2 fois pour le M et 4 fois pour le L (flèches rouges).
- Le but est de protéger les athlètes en leur donnant la priorité et en arrêtant le trafic.
- Vélo M et L env. 6h55-9h45, le dernier coureur sera suivi d'une moto

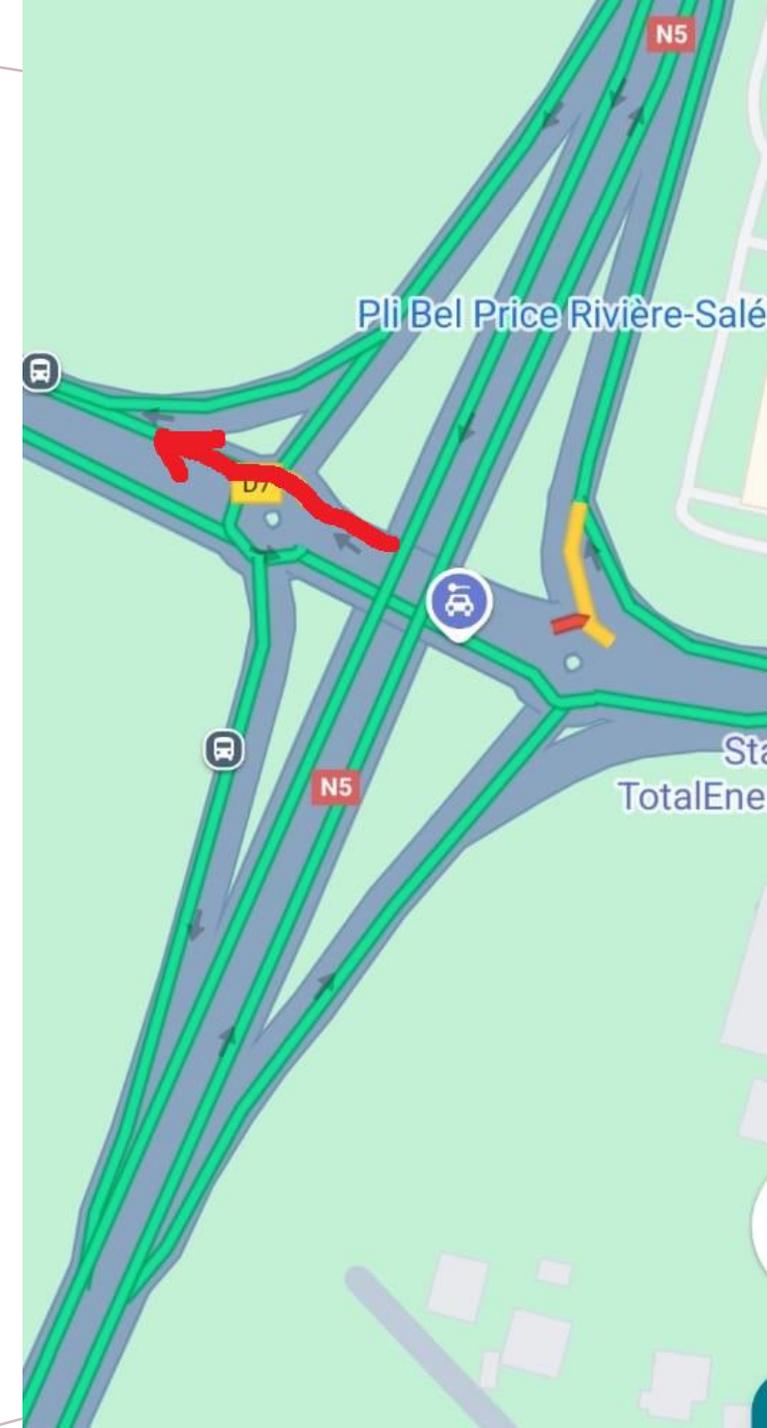


*POINT BÉNÉVOLE 14: 7H00-10H10*

*ROND POINT SORTIE TROIS ILETS 2*

[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/HNXQ7ZBXMUGPXYIF8](https://maps.app.goo.gl/HNXQ7ZBXMUGPXYIF8)

- Uniquement les athlètes du M et L passeront ici, 2 fois pour le M et 4 fois pour le L (flèches rouges).
- Le but est de protéger les athlètes en leur donnant la priorité et en arrêtant le trafic.
- Vélo M et L env. 6h55-9h45, le dernier coureur sera suivi d'une moto



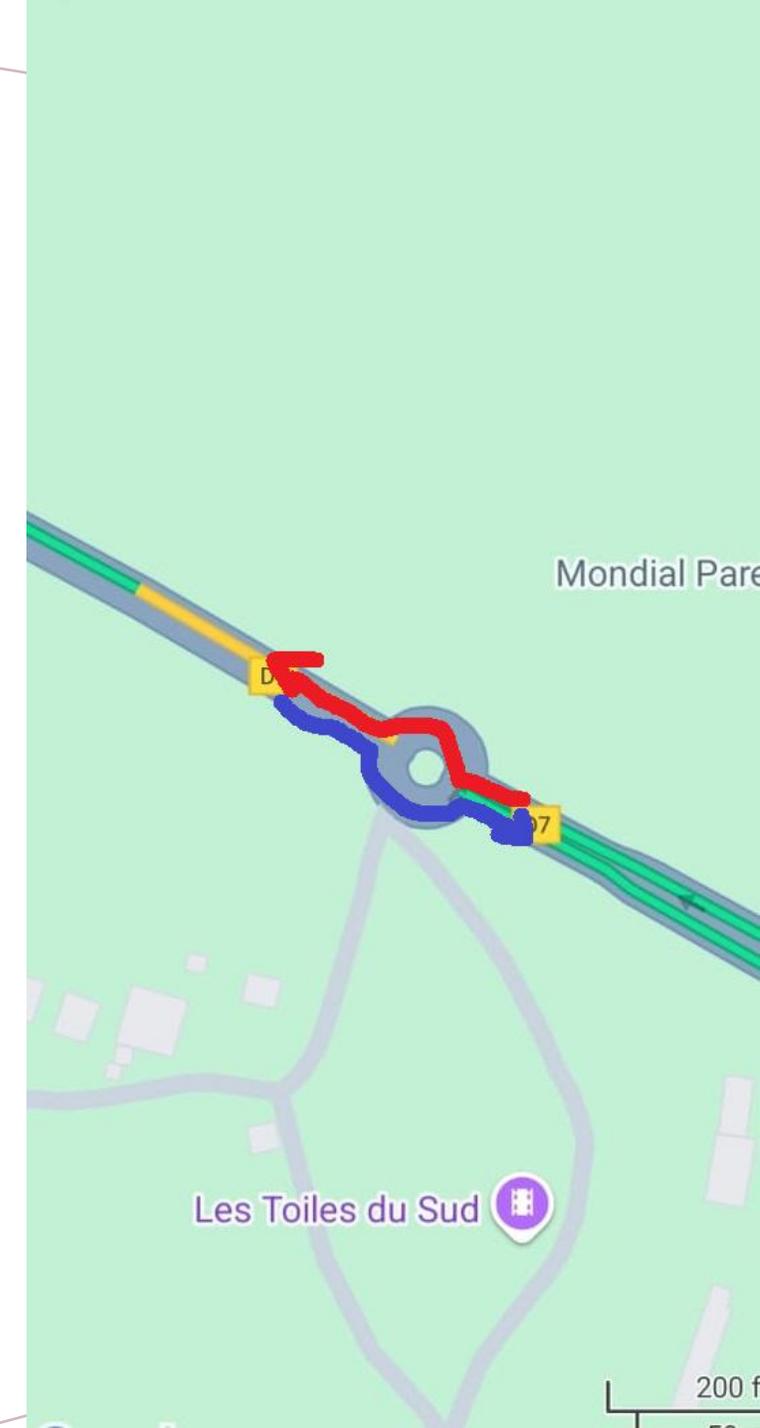
# *POINT BÉNÉVOLE 15:*

*7H00-10H10*

## *ROND POINT ESPACE SUD*

[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/M4DKJ6YG37Y3KQ61A](https://maps.app.goo.gl/M4DKJ6YG37Y3KQ61A)

- Uniquement les athlètes du M et L passeront ici, 2 fois pour le M et 4 fois pour le L (flèches rouges).
- Le but est de protéger les athlètes en leur donnant la priorité et en arrêtant le trafic.
- Vélo M et L env. 6h55-9h45, le dernier coureur sera suivi d'une moto



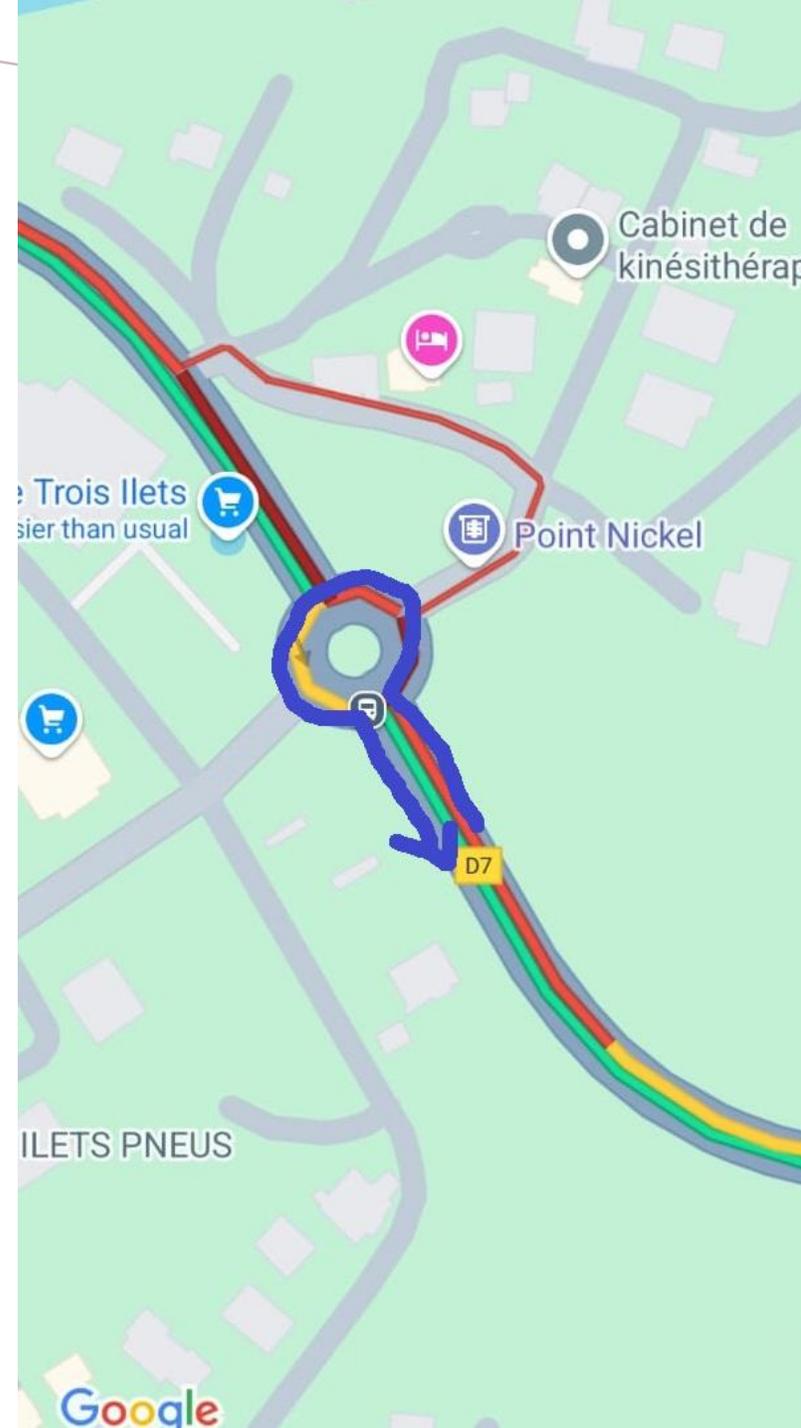
*POINT BÉNÉVOLE 16:*

*7H00-10H15*

*ROND POINT DEMI-TOUR 3 ILETS*

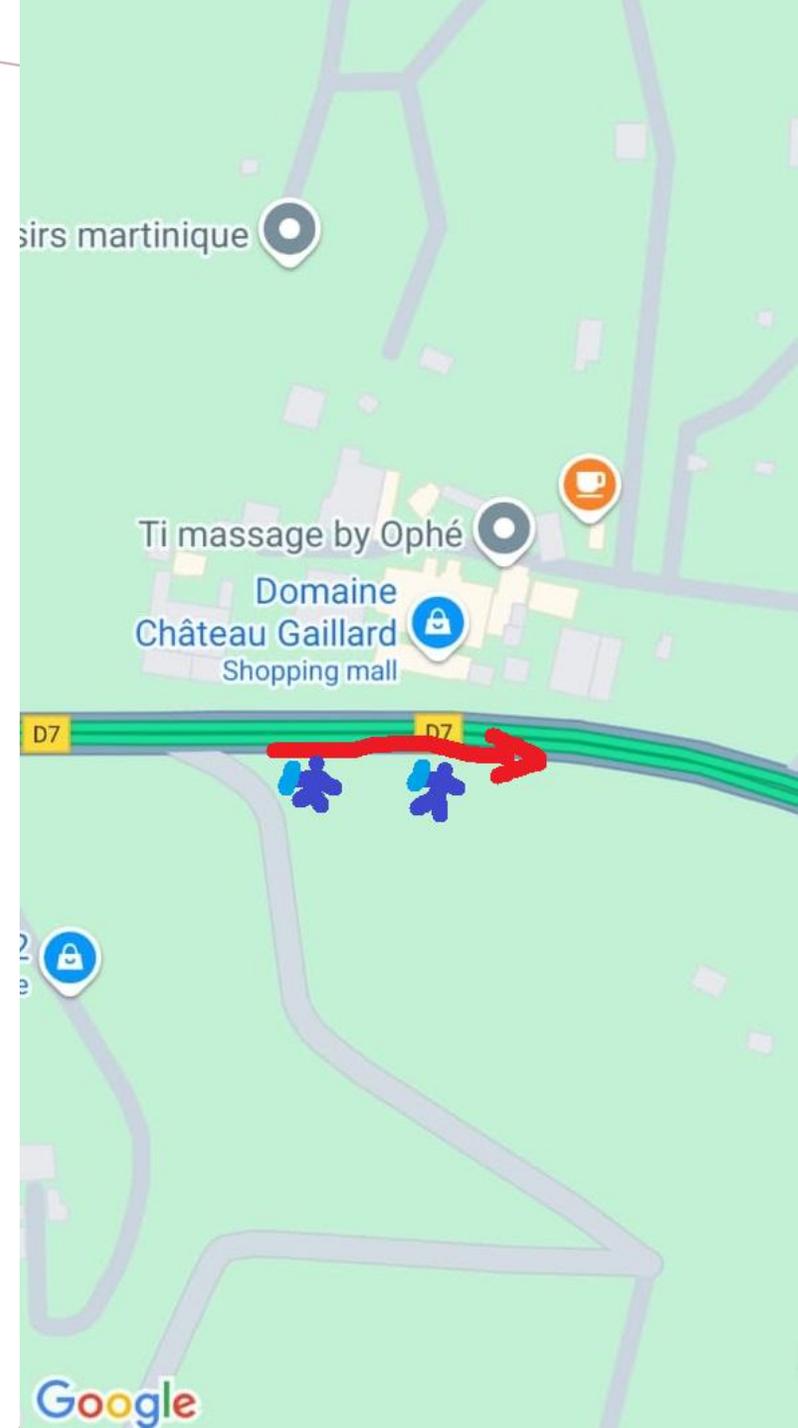
[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/EAKTIQSUNRC2XHBA6](https://maps.app.goo.gl/EAKTIQSUNRC2XHBA6)

- Uniquement les athlètes du L passeront ici, 2 fois (flèche bleue).
- Le but est de protéger les athlètes en leur donnant la priorité et en arrêtant le trafic.
- Vélo L env. 7H15-10h15, le dernier coureur sera suivi d'une moto



*POINT BÉNÉVOLE 17: 7H10-10H25*  
*RAVITO VÉLO 1 MONTÉE GAILLARD*  
[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/FF5KNW6ZNQN7GZV89](https://maps.app.goo.gl/FF5KNW6ZNQN7GZV89)

- Uniquement les athlètes du L arriveront des 3 Ilets ici, 2 fois (flèche rouge).
- Le but est de protéger les athlètes en leur donnant la priorité et en arrêtant le trafic venant du rond point.
- Vélo L env.7h25-10h25, le dernier coureur sera suivi d'une moto



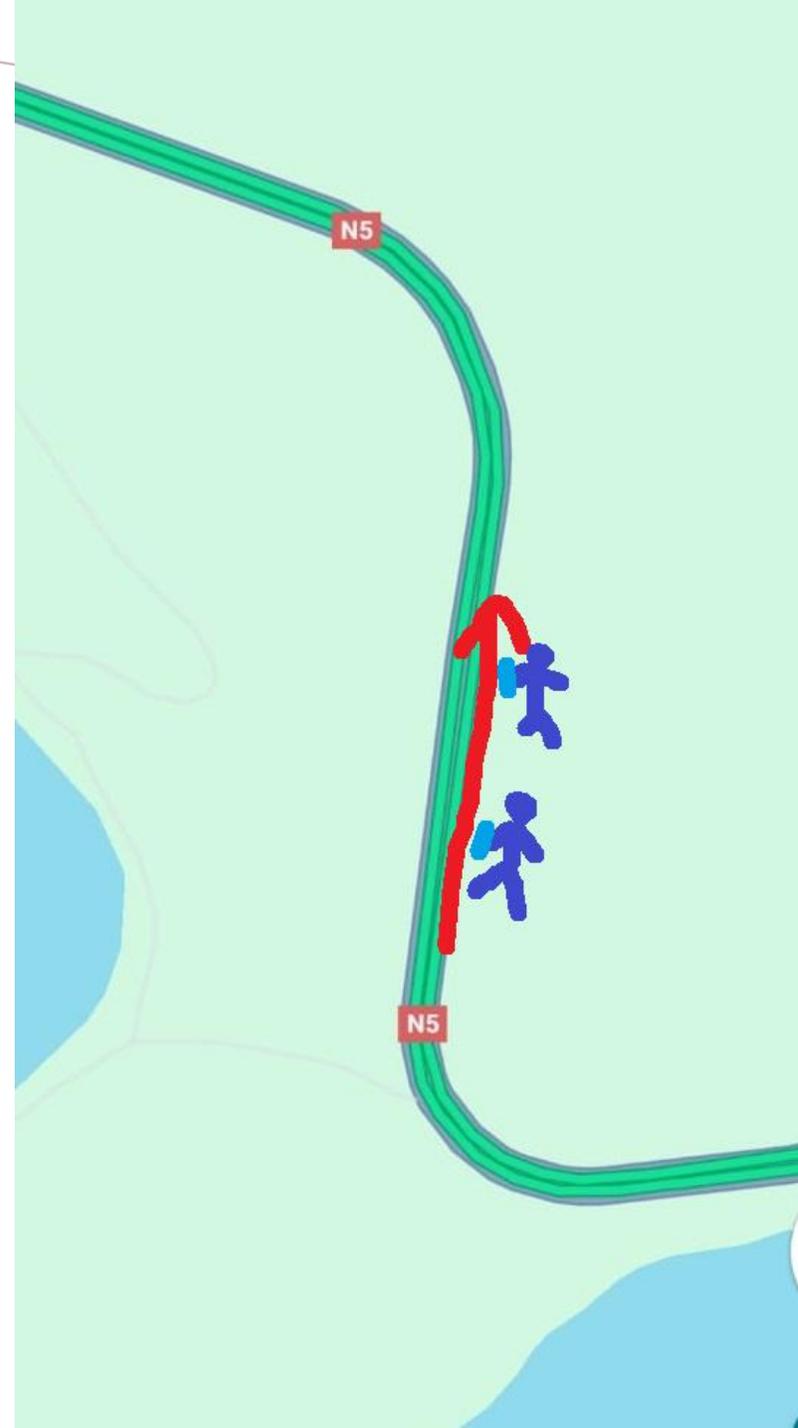
*POINT BÉNÉVOLE 18:*

*7H30-9H25*

*RAVITO MONTÉE MARIN*

[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/UP2AP4RKGSMsAQW67](https://maps.app.goo.gl/UP2AP4RKGSMsAQW67)

- Uniquement les athlètes du M et L passeront ici, 2 fois pour le M et 4 fois pour le L (flèches rouges).
- Le but est de protéger les athlètes en leur donnant la priorité et en arrêtant le trafic.
- Vélo M et L env. 6h55-9h45, le dernier coureur sera suivi d'une moto



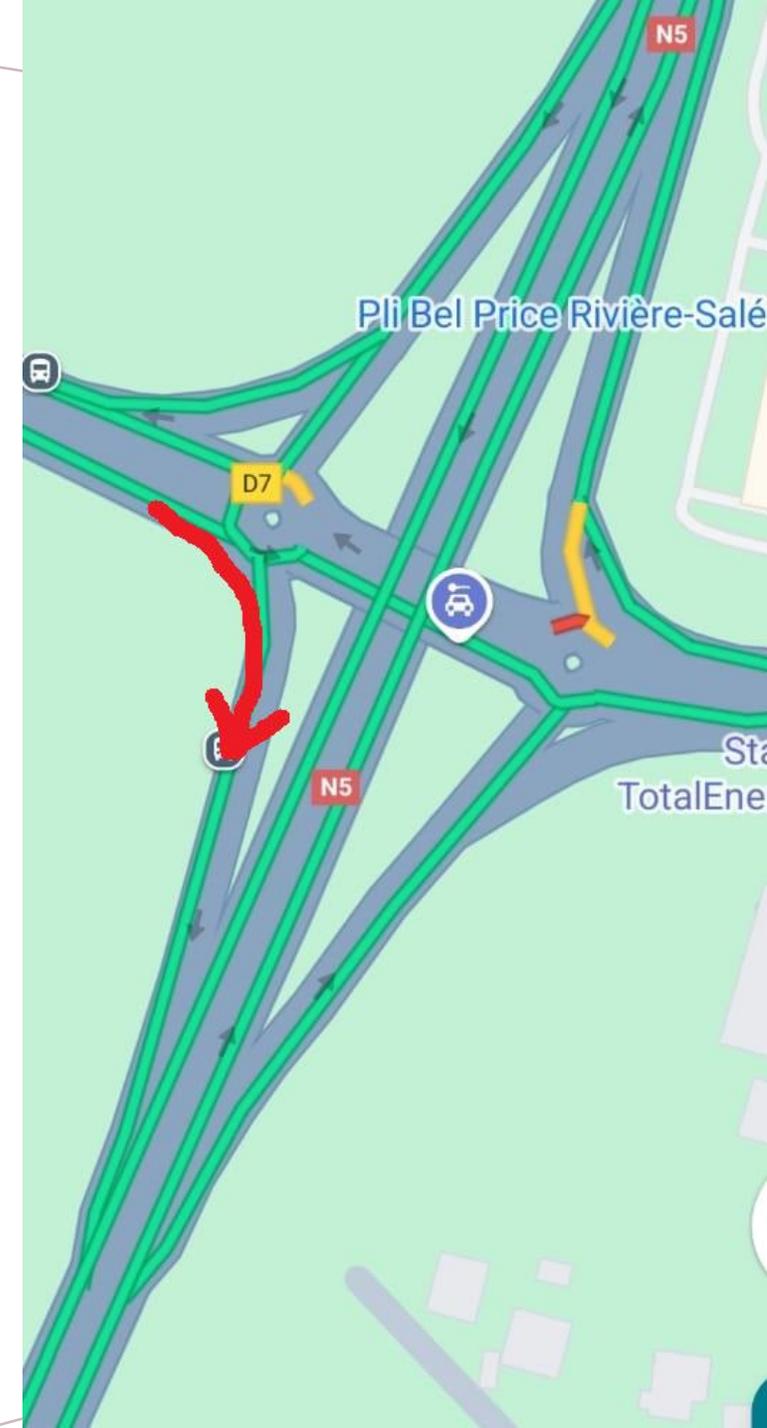
*POINT BÉNÉVOLE 19:*

*7H15-10H30*

*RETOUR NATIONALE RIVIERE SALÉE*

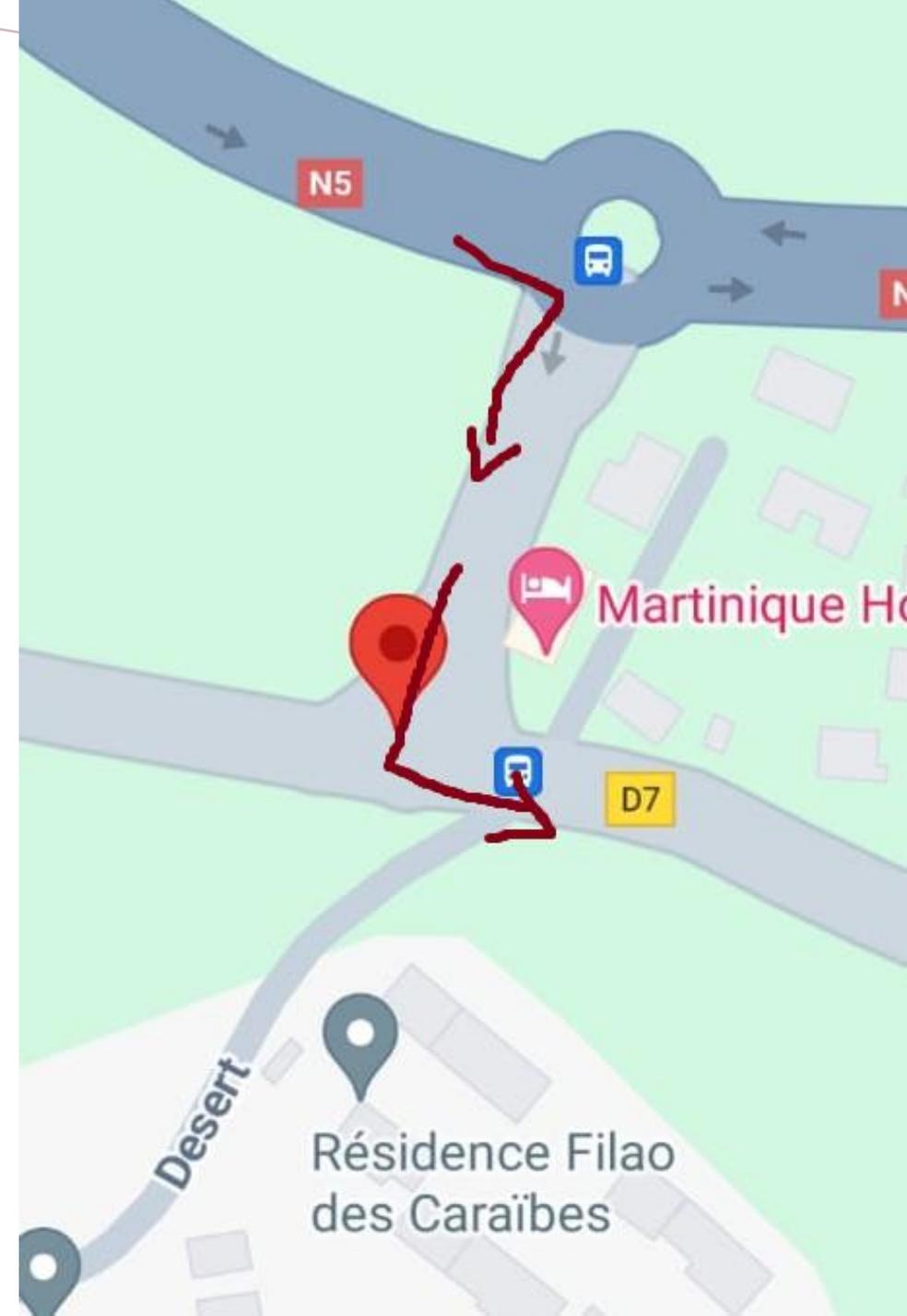
[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/PSMQUQHEGCVKXPEW6](https://maps.app.goo.gl/PSMQUQHEGCVKXPEW6)

- Uniquement les athlètes du M et L passeront ici, 2 fois pour le M et 4 fois pour le L (flèches rouges).
- Le but est de protéger les athlètes en leur donnant la priorité et en arrêtant le trafic.
- Vélo M et L env. 6h55-9h45, le dernier coureur sera suivi d'une moto



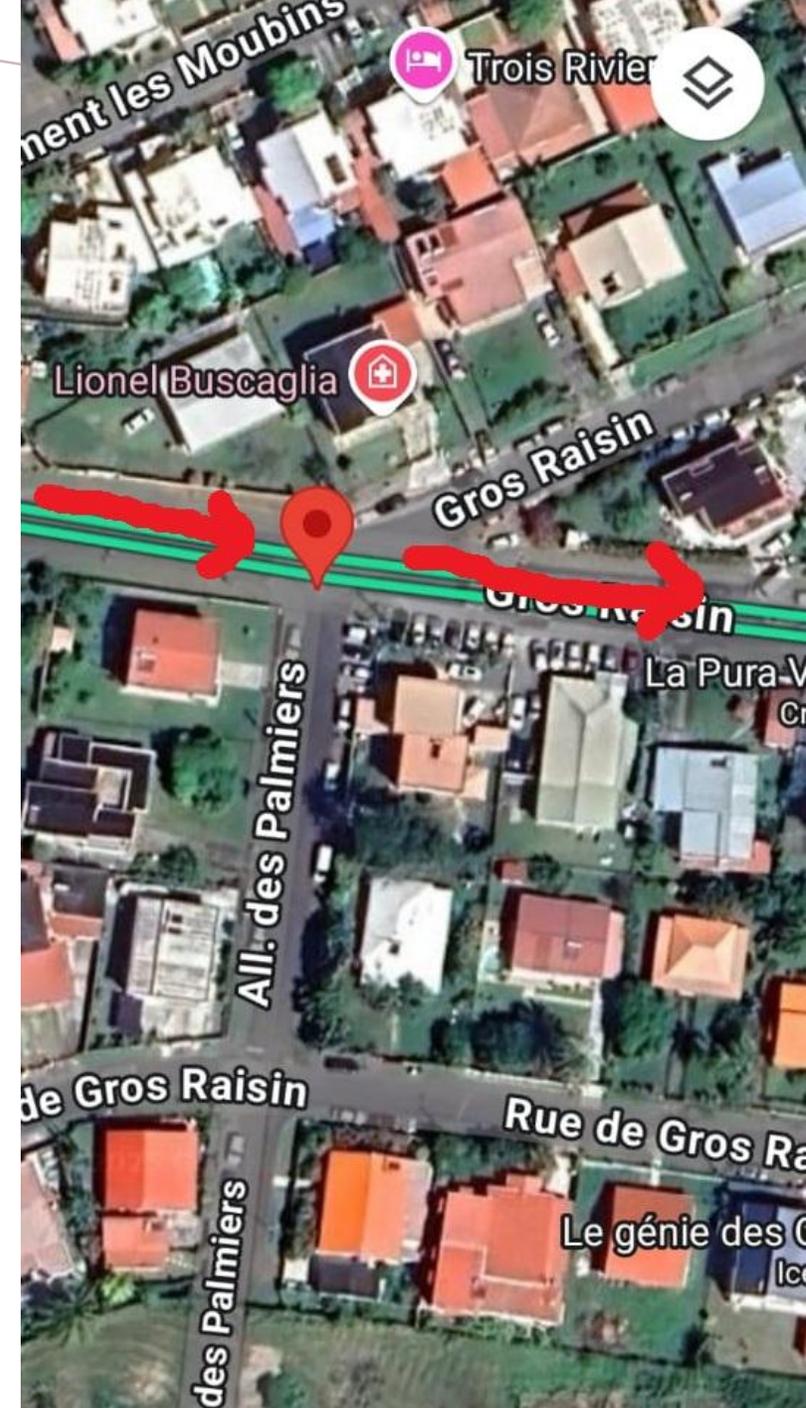
*POINT BÉNÉVOLE 20: 7H15-10H55*  
*CARREFOUR BAS DE MONTÉE DÉSERT*  
[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/L974MGPEKHHEHKFYR6](https://maps.app.goo.gl/L974MGPEKHHEHKFYR6)

- Uniquement les athlètes du M et du L passeront ici, 1 seule fois à la fin du vélo pour retourner à Corps de Garde (flèche rouge). Les athlètes du XS passeront ici mais en venant de la départementale, donc en ayant déjà la priorité.
- Le but est de protéger les athlètes en arrêtant le trafic venant de gauche et d'indiquer aux athlètes la direction.
- Vélo M env. 8h15-9h55, le dernier coureur sera suivi d'une moto



***POINT BÉNÉVOLE 21: 8H00-13H15***  
***RAVITAILLEMENT DÉPARTEMENTALE***  
[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/ZXQFF1Z74FWXYZUJA](https://maps.app.goo.gl/ZXQFF1Z74FWXYZUJA)

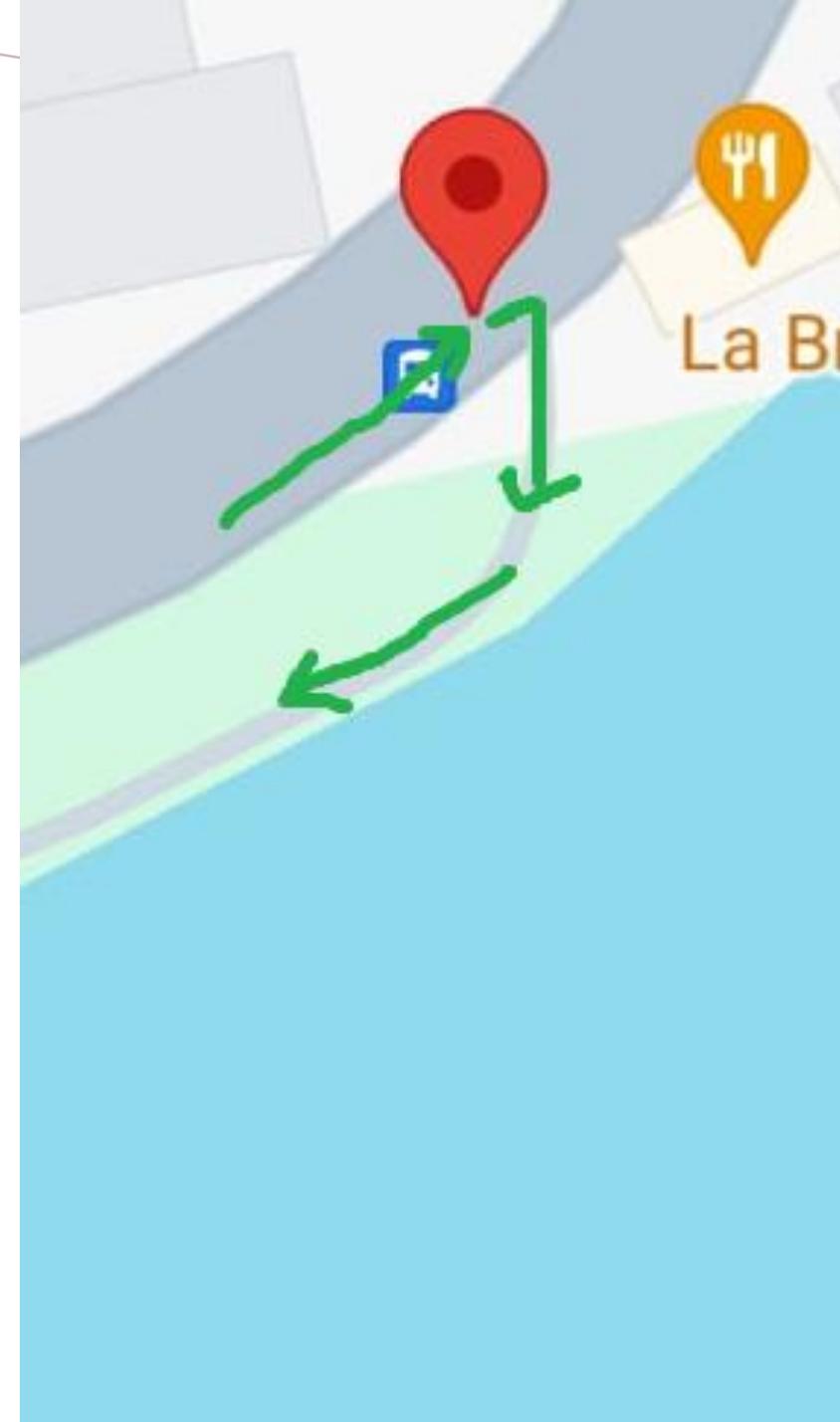
- Les athlètes du M passent ici 2 fois, ceux du L 4 fois
- Le but est de donner aux athlètes des boissons fraîches et de leur indiquer la direction.
- N'oubliez pas les encouragements
- Course à Pied M et L env. 8h20-13h15



*POINT BÉNÉVOLE 22: 8H00-13H30*  
*STE LUCE GENDARMERIE ENTRÉE*  
*LITTORAL*

[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/JSQKKV4GYEKDSBJ69](https://maps.app.goo.gl/JSQKKV4GYEKDSBJ69)

- Les athlètes du M passent ici 2 fois, c'est le point du parcours le plus éloigné de Corps de Garde et les coureurs font demi-tour et passent de la route sur le sentier du littoral (flèche verte) en descendant un escalier en terre.
- Le but est d'indiquer aux athlètes la direction et de les prévenir de l'escalier.
- N'oubliez pas les encouragements
- Course à Pied M env. 8h20-10h40



*POINT BÉNÉVOLE 23: 8H00-13H30*  
*RAVITAILLEMENT PARKING GROS*  
*RAISIN*

[HTTPS://MAPS.APP.GOO.GL/JAFQEQBG2QDZDE8X6](https://maps.app.goo.gl/JAFQEQBG2QDZDE8X6)

- Les athlètes du M passent ici 2 fois, ceux du L 4 fois
- Le but est de donner aux athlètes des boissons fraîches et de leur indiquer la direction.
- N'oubliez pas les encouragements
- Course à Pied M et L env. 8h20-13h15

