

Triathlon de Gatineau 2024										Race Schedule
Horaires des Courses 6 juillet 2024										July 6th, 2024
V9.0 (3 juillet 2024)										
Épreuve Race	Réunion Pré course (à la ligne de départ) Pre-Race Briefing (at the start line)	Groupe Group	Départ Start	Médailles Medals	Natation (# boucles) Swim (# of laps)	Vélo (# boucles) Bike (# laps)	Course (# boucles) Run (# laps)	Longueur de boucle Lap length	Temps limite imposé	
1	Coupe Québec Triathlon - Championnat Québécois Distance Olympique Groupe d'âge présenté par Tourisme Outaouais et la Ville de Gatineau (sans sillonnage) CNFAC (militaire) distance olympique Triathlon Olympique en Équipe Coupe Quebec Triathlon - Québec Championship Olympic Distance Age Group presented by Outaouais Tourism and the City of Gatineau (Draft Illegal) CAFNC (military) olympic distance Olympic Triathlon - Team	FAC / CAF	7h00	10h30	1500 m (2 tours/laps)	40 km (6 tours/laps)	10 km (4 tours/laps)	Vélo / Bike 6,6 km Course / Run 2,5 km	Natation : 40 mins après départ (7h46). Tout participant n'ayant pas complété la première boucle de natation (750m de complétés sur 1,5 km) sera dirigé en transition pour commencer la portion vélo. Vélo: 2h05 après départ (9h11). tout participant n'ayant pas commencé la dernière boucle de vélo (33,4 km de complétés sur 40 km) sera redirigé en transition pour commencer la course à pied.	
		Hommes / Men	07h03							
		Femmes / Women/Équipes/Teams	07h06							
2	Aquathlon Sprint Sprint Aquathlon	Masse Mass	08h00	10h00	750 m (1 tour/lap)	-	5 km (2 tours/laps)	Course / Run 2,5 km		
3	Course 5 km 5 km Run	Tous / All	08h45	10h40	-	-	5 km (2 tours/laps)	Course / Run 2,5 km		
4			Course 10 km 10 km Run	09h00	11h15	-	-	10 km (4 tours/laps)	Course / Run 2,5 km	
5	Série Grand Prix Enduro(2/3-1/3) Sprint avec sillonnage Coupe Québec Junior Enduro(2/3-1/3) Sprint avec sillonnage Série Grand Prix Enduro(2/3-1/3) Triathlon Draft Legal Coupe Quebec Junior Sprint Triathlon	Hommes Men	9h45	12h45	375 m (1 tour/lap) 375 m (1 tour/lap)	13.2 km (2 tours/laps) 6.6 km (1 tour/lap)	2.5 km (1 tour/lap) 2.5 km (1 tour/lap)	Vélo / Bike 6,6 km Course / Run 2,5 km		
		Femmes Women	10h45							
6	Duathlon Sprint (sans sillonnage) Sprint Duathlon (draft illegal)	Tous / All	11h50	14h15	Course / Run 5 km (2 tour/laps)	20 km (3 tours/laps)	2,5 km (1 tour)	Vélo / Bike 6,6 km Course / Run 2,5 km		
7	Triathlon Sprint (sans sillonnage) CNFAC (militaire) distance sprint Triathlon Sprint en Équipe Coupe des Entreprises Sprint Triathlon (draft illegal) CAFNC (militaire) sprint distance Sprint triathlon - Team Corporate Challenge	FAC / CAF Équipes/Teams	11h45	14h45	750 m (1 tour/lap)	20 km (3 tours/laps)	5 km (2 tours/laps)	Vélo / Bike 6,6 km Course / Run 2,5 km		
		Hommes / Men/	12h00							
		Femmes / Women	12h25							
8	Coupe Québec U15 avec sillonnage U15 Quebec Cup draft legal	Hommes / Men	13h40	15h30	375 m (1 tour/lap)	10 km (2 tours/laps)	2,5 km (1 tour/lap)	Vélo / Bike 5 km Course / Run 2,5 km		
Femmes / Women		13h43								
9	Coupe Québec U13 avec sillonnage U13 Quebec Cup draft legal	Hommes / Men	14h10	15h45	375 m (1 tour/lap)	10 km (2 tours/laps)	2,5 km (1 tour/lap)	Vélo / Bike 5 km Course / Run 2,5 km		
Femmes / Women		14h13								
10	Triathlon Initiation / Super Sprint (sans sillonnage) Triathlon Initiation / Super Sprint en Équipe Try a Tri / Super Sprint Triathlon (draft illegal) Try-a-tri/Supersprint Triathlon - Team	Hommes / Men	14h45	-	200 m (1 tour/lap)	5 km (1 tour/lap)	2 km (2 tours/laps)	Vélo / Bike 5 km Course / Run 1 km		
Femmes et Équipes/ Women + Teams		14h48								
11	Jeunesse 4 Youth 4	Hommes / Men	15h20	-	200 m (1 tour/lap)	5 km (1 tour/lap)	2 km (2 tours/laps)	Vélo / Bike 5 km Course / Run 1 km		
		Femmes / Women	15h23							
12	Jeunesse 3 Youth 3	Hommes / Men	15h50	-	100 m (1 tour/lap)	3 km (2 tours/laps)	1 km (2 tours/laps)	Vélo / Bike 1,5 km Course / Run 500 m		
		Femmes / Women	15h53							
13	Jeunesse 2 Youth 2	Hommes / Men	16h05	-	50 m (1 tour/lap)	1,5 km (1 tour/lap)	500 m (1 tour/lap)	Vélo / Bike 1,5 km Course / Run 500 m		
		Femmes / Women	16h08							
14	Course 1 km familiale 1 km Family fun run	Tous / All	16h10	-	-	-	1 km (2 tours/laps)	Course / Run 500 m		