


Triathlon de Gatineau 2024										
		Horaire des Courses 6 juillet 2024			Race Schedule July 6th, 2024					
V6.0 (16 juin 2024)										
Epreuve 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 Épreuve de Qualifications 2024 pour le championnat du monde 2025 *1 place par groupe d'âge/par sexe* 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 2024 Qualification for the 2025 World Championship *1 spot per age group/gender*	Hommes / Men	07h30	10h35	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 (8h13). 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.	
		Femmes / Women	07h33						Vélo: 2h05 après départ (9h38). 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.	
		Équipes / Teams	07h36							
2	Aquathlon Sprint Épreuve de Qualifications 2024 pour le championnat du monde 2025 *1 place par groupe d'âge/par sexe* Sprint Aquathlon 2024 Qualification for the 2025 World Championship *1 spot per age group/gender*	Masse Mass	08h15	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	09h15	10h40	-	-	5 km (2 tours/laps)	Course / Run 2,5 km		
4	Course 10 km 10 km Run	Tous / All	09h20	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 Québec Junior Sprint Triathlon	Hommes Men	09h45	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	10h40							
6	Duathlon Sprint (sans sillonnage) Sprint Duathlon (draft illegal)	Tous / All	12h00	14h00	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 (military) sprint distance Sprint triathlon - Team Corporate Challenge	Hommes / Men	12h10	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		
		Femmes / Women	12h13							
		Équipes / Teams	12h15						Vélo 1h10 après départ (13h25) tout participant n'ayant pas commencé la dernière boucle de vélo (13,4 km de complétés sur 20 km) sera redirigé en transition pour commencer la course à pied.	
8	Coupe Québec U15 avec sillonnage U15 Quebec Cup draft legal	Hommes / Men	13h40	15h30						
		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	-						
		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		