OPEN
BELGIUM
LAKES

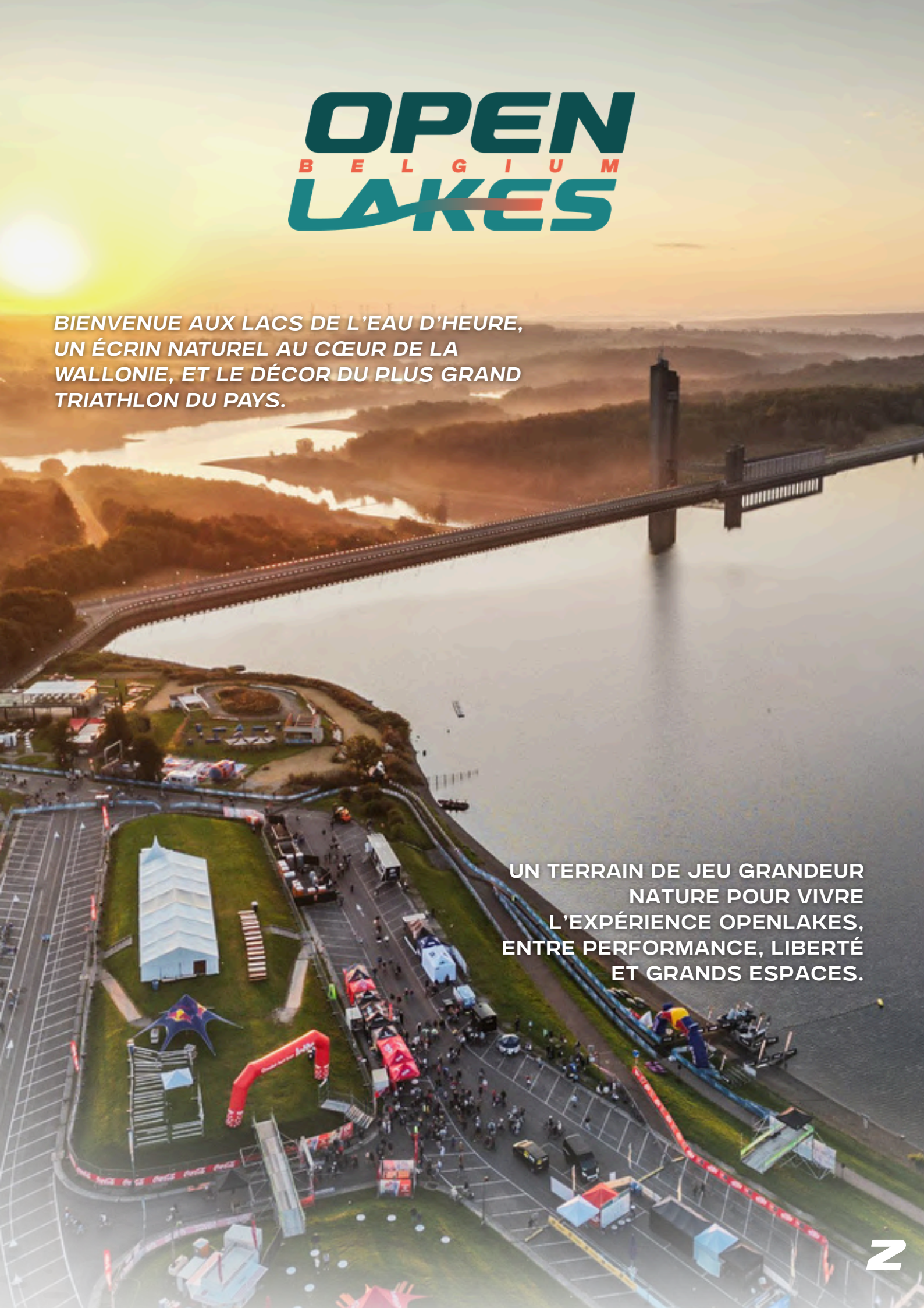
19 & 20 SEPTEMBRE 2026

GUIDE ATHLETE

À LIRE ATTENTIVEMENT

OPEN
BELGIUM
LAKES

BIENVENUE AUX LACS DE L'EAU D'HEURE, UN ÉCRIN NATUREL AU CŒUR DE LA WALLONIE, ET LE DÉCOR DU PLUS GRAND TRIATHLON DU PAYS.



UN TERRAIN DE JEU GRANDEUR NATURE POUR VIVRE L'EXPÉRIENCE OPENLAKES, ENTRE PERFORMANCE, LIBERTÉ ET GRANDS ESPACES.

SOMMAIRE

4 MESSAGE DE BIENVENUE
6 PROGRAMME
8 PLAN D'ACCES
10 PLAN DU VILLAGE
12 MERCHANDISING
13 RETRAIT DE DOSSARD
14 PACK ATHLÈTE
17 PARC DE TRANSITION
19 CHECK-IN
20 RÈGLEMENT
21 CUT-OFF
23 SÉCURITÉ
24 RAVITAILLEMENTS
25 GOBELET RÉUTILISABLE
26 6D
27 CHECK-LIST
28 URBAN TRI SPORTS
29 REMISE DES PRIX
32 HANDISPORT
34 MY FIRST TRIATHLON EXPÉRIENCE
38 TEENS
42 HALF
43 LIVE OPENLAKES
48 PROMO
53 ÉPREUVES KIDS
56 MINI KIDS
60 KIDS
64 OLYMPIC
69 SPORTOGRAF
70 PARTENAIRES

OPEN BELGIUM LAKES

MESSAGE DE BIENVENUE

CHERS TRIATHLÈTES, ET FUTUR TRIATHLÈTES,

C'EST AVEC UN IMMENSE PLAISIR QUE MON ÉQUIPE VOUS ACCUEILLA POUR CETTE 7e ÉDITION DE L'OPENLAKES BELGIUM.

AU FIL DES ANNÉES, OPENLAKES EST DEVENU BIEN PLUS QU'UN SIMPLE WEEK-END DE COMPÉTITION. C'EST UN RENDEZ-VOUS ATTENDU QUI MARQUE POUR BEAUCOUP LA FIN DE LA SAISON ESTIVALE, L'OCCASION DE SE RETROUVER UNE DERNIÈRE FOIS AVANT L'HIVER, DE PARTAGER DES MOMENTS ENTRE AMIS, EN FAMILLE ET ENTRE MEMBRES DE CLUBS.

QUE VOUS SOYEZ ICI POUR LA PERFORMANCE, DÉCOUVRIR UNE NOUVELLE DISTANCE, VIVRE UNE NOUVELLE EXPÉRIENCE SPORTIVE SUR CE SITE UNIQUE QUE SONT LES LACS DE L'EAU D'HEURE, NOUS ESPÉRONS QUE VOUS VIVREZ UN WEEK-END RICHE EN ÉMOTIONS, EN CONVIVIALITÉ ET EN SOUVENIRS.

CET ÉVÉNEMENT EST LE FRUIT DU TRAVAIL DE TOUTE UNE ÉQUIPE, DE NOMBREUX BÉNÉVOLES, PARTENAIRES ET INSTITUTIONS PUBLIQUES QUI ŒUVRENT POUR VOUS OFFRIR UNE EXPÉRIENCE À LA HAUTEUR DE VOS ATTENTES. NOUS LES REMERCIONS SINCÈREMENT POUR LEUR ENGAGEMENT ET LEUR CONFIANCE.

AU NOM DE TOUTE L'ÉQUIPE D'ORGANISATION, JE VOUS SOUHAITE UN EXCELLENT WEEK-END, DE LA PASSION ET DES SOURIRE PARTAGÉS AVEC VOS PROCHES.

À TRÈS BIENTÔT SUR LA LIGNE DE DÉPART !



FLORIAN BADOUX
DIRECTEUR DE COURSE OPENLAKES BELGIUM

COURSES OPEN LAKES 2027

INSCRIPTIONS 01/10

OPEN LYON MÉTROPOLE LAKES

GRAND PARC MIRIBEL JONAGE
15 & 16 MAI - TBC

INSCRIPTIONS OUVERTES !

OPEN CHAMPAGNE LAKES

LAC DU DER
19 & 20 JUIN

INSCRIPTIONS 07/10

OPEN ATLANTIQUE LAKES

ROYAN
4 & 5 SEPTEMBRE - TBC

INSCRIPTIONS 14/10

OPEN BELGIUM LAKES

LACS DE L'EAU D'HEURE
18 & 19 SEPTEMBRE

PROGRAMME

VENDREDI

14:00-20:00	OUVERTURE VILLAGE OPENLAKES
14:00-15:00	ENTRAINEMENT NATATION SÉCURISÉ
16:00-20:00	RETRAIT DOSSARD - HALF, TEENS & MY FIRST
17:00-18:00	ENTRAINEMENT NATATION SÉCURISÉ
19:00	BRIEFING HALF DISTANCE

SAMEDI

06:30-08:15	RETRAIT DOSSARD - TEENS
06:30-08:30	RETRAIT DOSSARD - MY FIRST
06:30-08:20	CHECK-IN VÉLO - TEENS, MY FIRST
08:00-20:00	OUVERTURE VILLAGE OPENLAKES
08:30	DÉPART TEENS
08:40	DÉPART MY FIRST - HANDISPORT - DÉPART CONTINU
08:45	DÉPART MY FIRST - DÉPART CONTINU
10:30-12:45	RETRAIT DOSSARD - HALF
11:00-12:45	CHECK-IN VÉLO - HALF
12:45	DÉPART HALF DISTANCE - PTO HOMMES - MASS START
12:46	DÉPART HALF DISTANCE - PTO FEMMES - MASS START
12:50	DÉPART HALF DISTANCE - CB HOMMES - MASS START
12:55	DÉPART HALF DISTANCE - CB FEMMES - MASS START
12:56	DÉPART HALF DISTANCE - HANDISPORT - MASS START
13:05	DÉPART HALF DISTANCE - OPEN & RELAIS - MASS START
16:00-18:30	RETRAIT DOSSARD PROMO, OLYMPIC, (MINI) KIDS
20:00	REMISE DES PRIX - HALF

OPEN BELGIUM LAKES

PROGRAMME

DIMANCHE

07:00-08:30	RETRAIT DOSSARD PROMO
07:00-20:00	OUVERTURE VILLAGE OPENLAKES
07:00-08:45	CHECK-IN VÉLO PROMO
09:00-13:00	RETRAIT DOSSARD - OLYMPIC, KIDS & MINI-KIDS
08:50	DÉPART PROMO - HANDISPORT - MASS START
09:00	DÉPART PROMO - OPEN - DÉPART CONTINU
10:00-12:00	CHECK-IN VÉLO - KIDS & MINI-KIDS
12:00	REMISE DES PRIX - PROMO
12:30-14:15	CHECK-IN VÉLO - OLYMPIC
12:30	DÉPART MINI-KIDS - ROLLING START
13:00	DÉPART KIDS - ROLLING START
14:30	DÉPART OLYMPIC - HANDISPORT - DÉPART CONTINU
14:40	DÉPART OLYMPIC - HOMMES - DÉPART CONTINU
14:55	DÉPART OLYMPIC - FEMMES - DÉPART CONTINU
18:00	REMISE DES PRIX - OLYMPIC

OPEN BELGIUM LAKES

PLAN D'ACCES

ATTENTION : CIRCULATION FORTEMENT PERTUBEE LA DUREE DE L'EVENEMENT :

SAMEDI - 8H00 JUSQUE 19H00 **DIMANCHE - 8H30 JUSQUE 17H30**

RECOMMANDATIONS

- **ACCÈS OBLIGATOIRE DEPUIS BOUSSU-LEZ-WALCOURT POUR REJOINDRE LE VILLAGE**
- ANTICIPER VOTRE ARRIVÉE (NOUS VOUS CONSEILLONS DE PRÉVOIR D'ARRIVER 2H00 AVANT LE DÉPART)
- PRIVILÉGIER LE CO-VOITURAGE
- INFORMER VOS ÉVENTUELS SPECTATEURS
- PRÉCONISEZ WAZE COMME GPS

ADRESSE: ROUTE DE LA PLATE TAILLE 99, 6440 FROIDCHAPELLE, BELGIQUE

QUEL QUE SOIT LE MOMENT DU WEEKEND, NOUS VOUS CONSEILLONS VIVEMENT D'UTILISER L'APPLICATION WAZE EN SCANNANT LE QR CODE SUIVANT :

SUR LES 4 AXES PRINCIPAUX ENTOURANT LES LACS DE L'EAU D'HEURE (N53-N40-N99-N5), UNE SIGNALÉTIQUE SERA MISE EN PLACE AFIN QUE LES AUTOMOBILISTES AIENT ACCÈS AUX PARKING OPENLAKES (PARKING SUR LA SLIDE CI-DESSOUS).

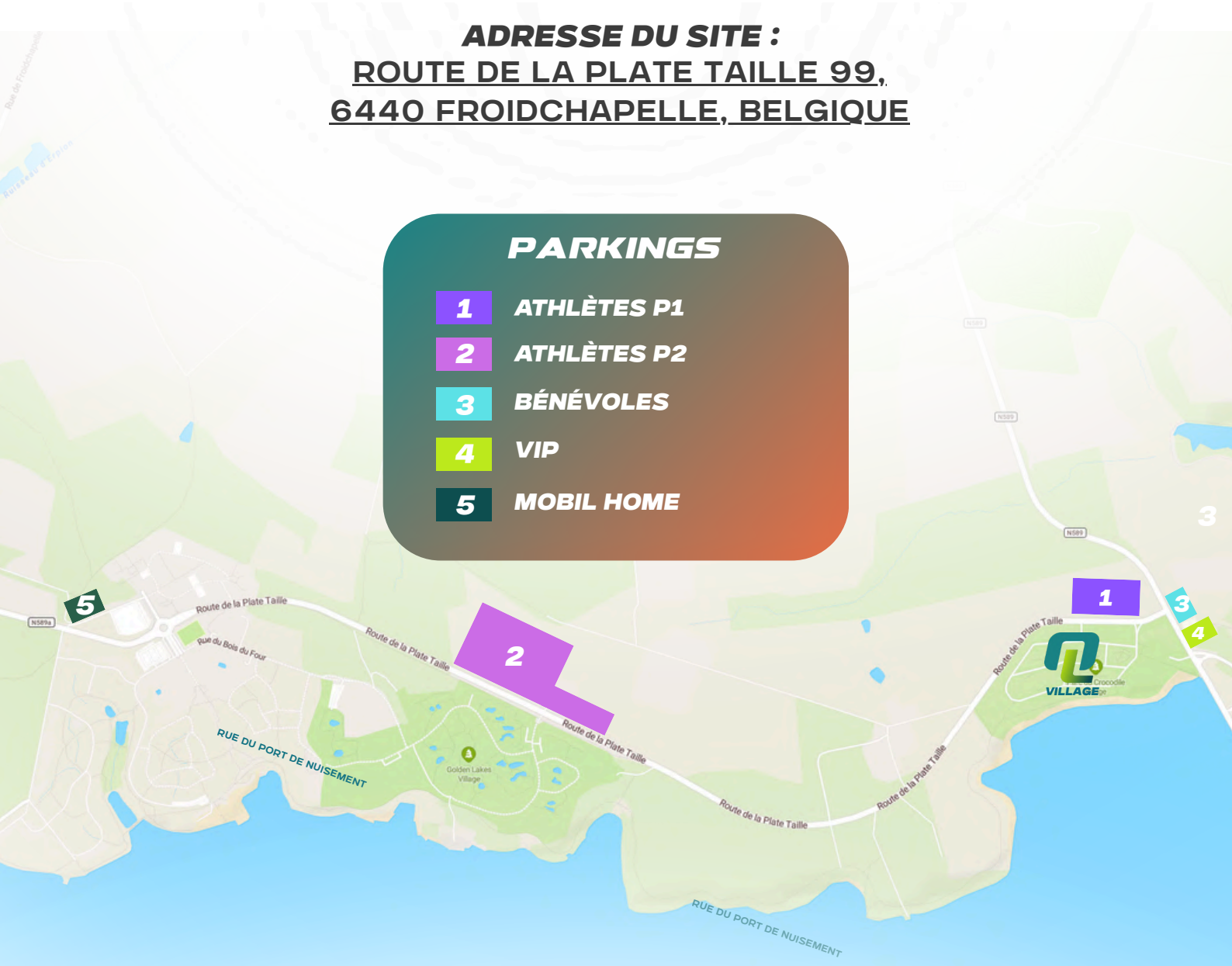


PLAN D'ACCES

ADRESSE DU SITE :
ROUTE DE LA PLATE TAILLE 99,
6440 FROIDCHAPELLE, BELGIQUE

PARKINGS

1. ATHLÈTES P1
2. ATHLÈTES P2
3. BÉNÉVOLES
4. VIP
5. MOBIL HOME



OPEN BELGIUM LAKES

PLAN DU VILLLAGE





ESCAPADE

SPORTIVE ET NATURE

AUX LACS DE L'EAU D'HEURE

GOLDEN LAKES VILLAGE

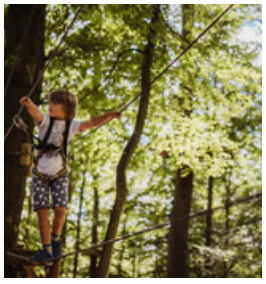
Situé au bord du lac de la PlateTaille,leGolden Lakes réunit plus de 150 villas et une résidence hôtelière 4 étoiles.

Offrez-vous une parenthèse bien-être avec le Spa Cinq Mondes et savourez la cuisine bistronomique de notre La Brasserie des Lacs. Un cadre naturel unique en Belgique, au cœur des Lacs de l'Eau d'Heure, pour un séjour ressourçant et inoubliable.

WWW.GOLDENLAKESVILLAGE.COM
WWW.GOLDENLAKESHOTEL.BE

Golden Lakes Village
LES LACS DE L'EAU D'HEURE | ARDENNES







NATURA PARC ET NATURA BIKE

Au borddes Lacsde l'Eaud'Heure, vivezl'expérienced'un parc aventure unique en Wallonie : 10 parcours accrobranche, tyroliennes au-dessus du lac, saut pendulaire, Explor Game, Bike Park, Laser Game, trottinettes électriques et bien plus encore.

Un découvertes ou partage dans un cadre naturel des plus beaux lacs de Belgique.

WWW.NATURAPARC.BE

MERCHANDISING

AU COEUR DU VILLAGE OPENLAKES
VIENS DÉCOUVRIR LA TOUTE NOUVELLE COLLECTION
SPORTWEAR ET LIFESTYLE !

VETEMENTS
ACCESSOIRES
GOODIES





5€

DE REDUCTION
DANS TON PACK ATHLETE

RETRAIT DOSSARD

VENDREDI

16:00-20:00	HALF, TEENS, MY FIRST

SAMEDI

06:30-08:15	TEENS
06:30-08:30	MY FIRST
10:30-12:45	HALF
16:00-18:30	OLYMPIC & PROMO

DIMANCHE

7:00-08:30	PROMO
9:00-13:00	KIDS, MINI-KIDS
9:00-14:30	OLYMPIC

AVANT LA COURSE

- *UN QR CODE VOUS SERA ENVOYÉ PAR EMAIL LA SEMAINE DE LA COURSE. VOUS DEVREZ PRÉSENTER CE CODE LORS DU RETRAIT DE DOSSARD*
- *ASSUREZ-VOUS D'ÊTRE EN DÉTENTION D'UNE **LICENCE** ANNUELLE, OU D'AVOIR SOUSCRIT À LA LICENCE D'UN JOUR DANS VOTRE FORMULAIRE D'INSCRIPTION.*

JOUR DE LA COURSE

LES ATHLÈTES DEVRONT OBLIGATOIREMENT PRÉSENTER :

- *LEUR CARTE D'IDENTITÉ*
- *LEUR LICENCE, S'ILS SONT LICENCIÉS À UNE FÉDÉRATION DE TRIATHLON*
- *SI CE N'EST PAS LE CAS : OBLIGATOIREMENT SOUSCRIRE AU PASS COMPÉTITION SPÉCIFIANT LEUR APTITUDE À FAIRE DU TRIATHLON EN COMPÉTITION*

IMPORTANT :

- *PRÉPAREZ VOS DOCUMENTS AVANT D'ARRIVER AU SECRÉTARIAT*

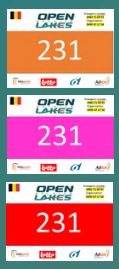
***NOTES :** EN CAS DE CHANGEMENT DE DERNIÈRE MINUTE, NOUS METTRONS TOUT EN ŒUVRE POUR RÉPONDRE À VOTRE DEMANDE (UN MONTANT DE 10€ SERA DEMANDÉ AFIN D'EFFECTUER CE CHANGEMENT).*

LE CERTIFICAT MÉDICAL EST UNIQUEMENT OBLIGATOIRE POUR LES MINEURS NON LICENCIÉS !

AUCUN TRANSFERT DE DOSSARD OU CHANGEMENT DE CATÉGORIE NE SERA AUTORISÉ LA SEMAINE PRÉCÉDENT LA COURSE NI LE JOUR J POUR LA COMPÉTION HALF

PACK ATHLETE

HALF ELITE – CB – OPEN



DOSSARD

- ELITE = ORANGE
- CHAMPIONNAT DE BELGIQUE = JAUNE
- OPEN = ROUGE



PLANCHE DE STICKERS

- 1 STICKER À COLLER SUR LE DEVANT DE VOTRE CASQUE DE VÉLO
- 1 STICKER À COLLER SUR LA TIGE DE SELLE DE VOTRE VÉLO
- 1 STICKER POUR VOTRE SAC DE CONSIGNE
- 1 STICKER POUR VOTRE SUPPORTER NUMÉRO 1 !
- 1 STICKER BONUS



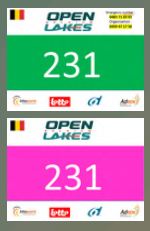
BRACELET ATHLETE



BONNET DE NATATION

- VERT POUR LE HALF ELITE HOMMES
- BLEU POUR LE HALF ELITE FEMMES
- JAUNE POUR LE HALF CB HOMMES
- ROSE POUR LE HALF CB FEMMES
- ROUGE POUR LE HALF OPEN

OLYMPIC



DOSSARD

- DO HOMME = VERT
- DO FEMME = ROSE



PLANCHE DE STICKERS

- 1 STICKER À COLLER SUR LE DEVANT DE VOTRE CASQUE DE VÉLO
- 1 STICKER À COLLER SUR LA TIGE DE SELLE DE VOTRE VÉLO
- 1 STICKER POUR VOTRE SUPPORTER NUMÉRO 1 !
- 1 STICKER BONUS

BRACELET ATHLETE



BONNET DE NATATION

- VERT POUR LES HOMMES
- ROSE POUR LES FEMMES
- JAUNE POUR LES HANDISPORTS

PROMO



DOSSARD



PLANCHE DE STICKERS

- 1 STICKER À COLLER SUR LE DEVANT DE VOTRE CASQUE DE VÉLO
- 1 STICKER À COLLER SUR LA TIGE DE SELLE DE VOTRE VÉLO
- 1 STICKER POUR VOTRE SUPPORTER NUMÉRO 1 !
- 1 STICKER BONUS



BRACELET ATHLETE



BONNET DE NATATION

PACK ATHLETE

MY FIRST



DOSSARD



PLANCHE DE STICKERS

- 1 STICKER À COLLER SUR LE DEVANT DE VOTRE CASQUE DE VÉLO
- 1 STICKER À COLLER SUR LA TIGE DE SELLE DE VOTRE VÉLO
- 1 STICKER POUR VOTRE SUPPORTER NUMÉRO 1 !
- 1 STICKER BONUS

BRACELET ATHLETE



BONNET DE NATATION

TEENS



DOSSARD



PLANCHE DE STICKERS

- 1 STICKER À COLLER SUR LE DEVANT DE VOTRE CASQUE DE VÉLO
- 1 STICKER À COLLER SUR LA TIGE DE SELLE DE VOTRE VÉLO
- 1 STICKER POUR VOTRE SUPPORTER NUMÉRO 1 !
- 1 STICKER BONUS



BRACELET ATHLETE



BONNET DE NATATION

KIDS



DOSSARD



PLANCHE DE STICKERS

- 1 STICKER À COLLER SUR LE DEVANT DE VOTRE CASQUE DE VÉLO
- 1 STICKER À COLLER SUR LA TIGE DE SELLE DE VOTRE VÉLO
- 1 STICKER POUR VOTRE SUPPORTER NUMÉRO 1 !
- 1 STICKER BONUS

BRACELET ATHLETE



BONNET DE NATATION

MINI KIDS



DOSSARD



PLANCHE DE STICKERS

- 1 STICKER À COLLER SUR LE DEVANT DE VOTRE CASQUE DE VÉLO
- 1 STICKER À COLLER SUR LA TIGE DE SELLE DE VOTRE VÉLO
- 1 STICKER POUR VOTRE SUPPORTER NUMÉRO 1 !
- 1 STICKER BONUS



BRACELET ATHLETE



BONNET DE NATATION

PACK ATHLETE

INFOS PRATIQUES

DOSSARD

DOIT ÊTRE PORTÉ DÈS LA PARTIE VÉLO DANS LE DOS. LORS DE LA PARTIE COURSE À PIED, IL DOIT ÊTRE VISIBLE À L'AVANT DU CORPS.

ETIQUETTE SAC AFTER RACE

EST UNE ÉTIQUETTE FOURNIE AUX ATHLÈTES PARTICIPANT À L'ÉPREUVE **HALF DISTANCE**. ELLE DOIT ÊTRE COLLÉE SUR VOTRE SAC. CE SAC NE POURRA ÊTRE LAISSÉ DANS LE PARC À VÉLOS, MAIS DEVRA ÊTRE DÉPOSÉ À LA SORTIE DU PARC À VÉLOS, AU MOMENT DE REJOINDRE LE DÉPART NATATION. CE SAC SERA À RÉCUPÉRER APRÈS L'ÉPREUVE AU RAVITAILLEMENT D'ARRIVÉE.

ETIQUETTE CASQUE AVANT

DEVRA ÊTRE PLACÉ À L'AVANT DU CASQUE

ETIQUETTE BOX PARC DE TRANSITION

DEVRA ÊTRE POSÉE SUR VOTRE BOITE. VOUS POUVEZ L'UTILISER POUR Y PLACER VOTRE MATÉRIEL DE COURSE DANS LE PARC VÉLO.

ATTENTION : BOITE OBLIGATOIRE POUR L'ÉPREUVE HALF DISTANCE !
FORMAT MAX: 30 CM X 40 CM X 50 CM
POUR LES AUTRES ÉPREUVES, UN SAC DE DIMENSION SIMILAIRE SERA ACCEPTÉ ÉGALEMENT.

ETIQUETTE TIGE DE SELLE VELO

DOIT ÊTRE COLLÉE SUR LE TUDE DE SELLE

BONNET DE NATATION

VOUS DEVEZ OBLIGATOIREMENT PORTER LE BONNET FOURNI PAR L'ORGANISATION DURANT LA PARTIE NATATION.

BRACELET

LE BRACELET FOURNI PAR L'ORGANISATION DOIT ÊTRE PORTÉ À TOUT MOMENT DURANT LE JOUR DE LA COURSE ET PERMETTRA D'ACCÉDER AUX ZONES RÉSERVÉES AUX ATHLÈTES

PUCE DE CHRONO

DOIT ÊTRE ATTACHÉE À LA CHEVILLE **GAUCHE** À L'AIDE DU SCRATCH FOURNI DANS LE PACK ATHLÈTES. SANS CETTE PUCE, IL N'Y A PAS DE CLASSEMENT NI DE RÉSULTATS

ATTENTION : LA PUCE DEVRA OBLIGATOIREMENT ÊTRE RENDUE SUR LA LIGNE D'ARRIVÉE. DANS LE CAS ÉCHANT, DES FRAIS DE 50€ VOUS SERONT FACTURÉS, VEILLEZ DONC À ÊTRE VIGILANT.

PARC DE TRANSITION

CHECK-IN

19/09

MFTE/TEENS	06:30-08:30
HALF	11:00-13:00

20/09

PROMO	07:00-08:45
(MINI) KIDS	10:00-12:00
OLYMPIC	12:30-14:45

CHECK-OUT

19/09

MFTE/TEENS	09:30-10:45
HALF	19:00-21:00

20/09

PROMO	11:30-12:15
(MINI) KIDS	13:30-14:30
OLYMPIC	17:30-19:30

TRANSITIONS

- ENTRÉE APRÈS NATATION
- DÉPART VÉLO
- RETOUR VÉLO
- DÉPART COURSE À PIED



GROUP DELRUE

ACIER ACCESSOIRES DU BATIMENT

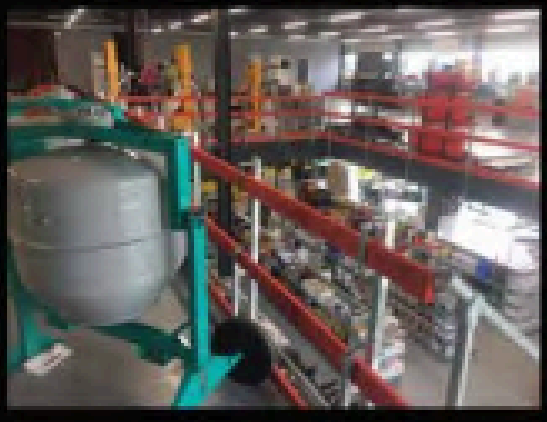






RUE SAINT ROCH 22 - 7712 HERSEAUX - WWW.GROUPDELRUE.BE





CHECK-IN

LORS DU CHECK-IN, LES ATHLÈTES DEVRONT OBLIGATOIREMENT :

- PRÉSENTER LE VÉLO EN ORDRE DE FONCTIONNEMENT AVEC ÉTIQUETTE SUR LA TIGE DE SELLE
- PORTER LE CASQUE AVEC ÉTIQUETTE NUMÉROTÉE CORRECTEMENT AJUSTÉ À LA TÊTE ET JUGULAIRE FERMÉE
- PORTER LE DOSSARD SUR LE PORTE DOSSARD, AVEC 3 POINTS D'ATTACHE
- PORTER LA PUCE ATTACHÉE À LA CHEVILLE GAUCHE À L'AIDE DU BRACELET SCRATCH FOURNI DANS LE PACK ATHLÈTE.
- **OBLIGATION DE POSSEDER UNE POSSÉDER UNE BOITE EN PLASTIQUE (FORMAT MAX. 30 CM X 40 CM X 50 CM)** AVEC L'ÉTIQUETTE NUMÉROTÉE DANS LAQUELLE SERA PLACÉ VOTRE MATÉRIEL DE COURSE.
- POUR LES AUTRES DISTANCES, SI PAS DE BAC, LES AFFAIRES POURRONT RESTÉS AU SOL.
- LE MATÉRIEL DES ATHLÈTES DOIT ÊTRE PLACÉ À DROITE DU VÉLO.
- SEULS LES ATHLÈTES SE PRÉSENTANT AVEC LEUR BRACELET POURRONT RÉCUPÉRER LEURS EFFETS PERSONNELS ET LEUR VÉLO.
- CETTE TÂCHE NE PEUT DONC PAS ÊTRE DÉLÉGUÉE À UN PROCHE.



REGLEMENT

POUR TOUTES LES ÉPREUVES DU WEEK-END, LES ATHLÈTES SERONT TENUS DE RESPECTER LES RÈGLES DE LA LIGUE FRANCOPHONE DE TRIATHLON LF3 (LIEN VERS LE RÈGLEMENT).

DRAFTING NON AUTORISÉ SUR LE HALF
DRAFTING AUTORISÉ SUR LE PROMO, OLYMPIC,TEENS & MFTE

EN ÉPREUVE NON-DRAFTING, UN ATHLÈTE DOIT ROULER SUR LA DROITE DE LA CHAUSSÉE S'IL/ELLE EST LE (LA) PREMIER(E) À AVOIR CETTE POSITION, SANS GÊNER LES AUTRES PARTICIPANTS. LORS DE LA PRISE DE POSITION, UN ATHLÈTE DOIT LAISSER SUFFISAMMENT DE PLACE POUR PERMETTRE AUX AUTRES PARTICIPANTS UNE LIBERTÉ DE MOUVEMENT NORMALE SANS CONTACT. IL DOIT Y AVOIR ASSEZ DE PLACE POUR UNE MANŒUVRE DE DÉPASSEMENT.

IL EST DE LA RESPONSABILITÉ D'UN ATHLÈTE QUI ENTRE DANS UNE POSITION DE DRAFTING, DE LA QUITTER LE PLUS RAPIDEMENT POSSIBLE.

DRAFTER CONSISTE À PÉNÉTRER DANS LA ZONE D'ASPIRATION D'UN AUTRE CONCURRENT. LA DISTANCE MINIMUM ENTRE LES VÉLOS EST DE 12M SUR 3M. CETTE MESURE S'EFFECTUE DU BOUT AVANT DE LA PREMIÈRE ROUE, JUSQU'À L'AVANT DE CELLE QUI LE PRÉCÈDE. LE DÉPASSEMENT EST AUTORISÉ SEULEMENT DU CÔTÉ GAUCHE.

UN ATHLÈTE EST DÉPASSÉ DÈS QUE LA ROUE AVANT D'UN AUTRE ATHLÈTE DÉPASSE SA ROUE AVANT, ET IL DOIT SE DÉCROCHER RAPIDEMENT. UNE FOIS RATTRAPÉ, L'ATHLÈTE DOIT SE LAISSER DÉCROCHER DANS LES 5 SECONDES ET SORTIR DE LA ZONE DE DRAFTING (12M) SINON IL SERA SANCTIONNÉ D'UNE PÉNALITÉ POUR DRAFTING. L'ATHLÈTE QUI LE DÉPASSE DISPOSE DE 25 SECONDES POUR EFFECTUER SA MANŒUVRE DE DÉPASSEMENT

PENALITES

***ZONE DE PÉNALITÉ** : ELLE EST SITUÉE SUR LA PARTIE COURSE À PIED, 20M APRÈS LE PARC DE TRANSITION. IL EST DU DEVOIR DE L'ATHLÈTE DE S'ARRÊTER À LA PENALITY BOX SI CELUI-CI A REÇU UN CARTON BLEU PAR LES ARBITRES.*

	Drafting (carte bleue)	Blocking (carte jaune)
Half	2 min.	30 sec.

CUT-OFF

LES HORAIRES CI-DESSOUS INDIQUENT L'HEURE MAXIMALE POUR TERMINER ET ENTAMER LA PROCHAINE DISCIPLINE POUR LES COURSES HALF, PROMO ET OLYMPIC DISTANCE

EN CAS DE DÉPART PAR VAGUES, LE TEMPS APPLIQUÉ SERA CELUI AU MOMENT DE LA MISE À L'EAU.

TEMPS LIMITES HALF, OLYMPIC & PROMO

	HALF	OLYMPIC ♂	OLYMPIC ♀	PROMO
Natation	14h15	15h30	15h45	9h30
Natation + Vélo	19h05	17h40	17h55	10h45
Natation + Vélo + Course à pied	21h05	19h10	19h25	11h30

PAS DE TEMPS LIMITE MFTE, TEENS, KIDS, & MINI-KIDS



HIGH SECURITY
FOR A BETTER FUTURE

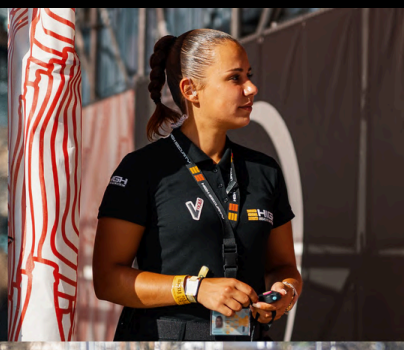
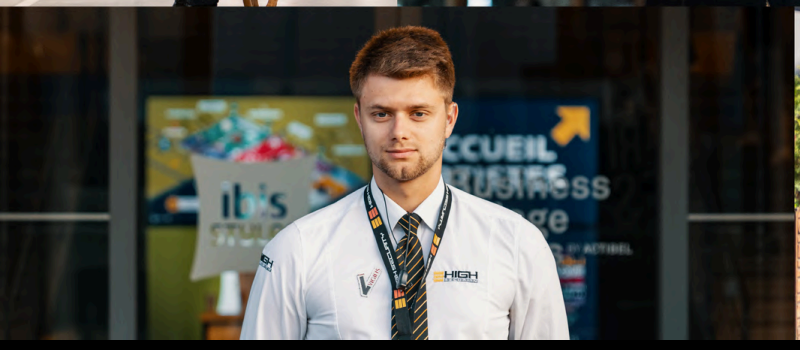
x

OPEN BELGIUM LAKES

MERCI À HIGH SECURITY

NOTRE PARTENAIRE DE CONFIANCE POUR CET ÉVÈNEMENT





GARDIENNAGE SUR SITE :

Surveillance de bâtiments administratifs & bureaux | Accueil & Réception | Centres commerciaux & Retail | Chantiers & sites industriels | évènementiel | K9

PATROUILLE MOBILE ET INTERVENTION APRÈS ALARME

TECHNOLOGIE :

Solutions de sécurité électronique-mécanique & cybersécurité

highsecurity.be 010 65 18 94 info@highsecurity.be | Follow us

La solution pour votre sécurité.

SERVICES SYSTEMS DRIVE

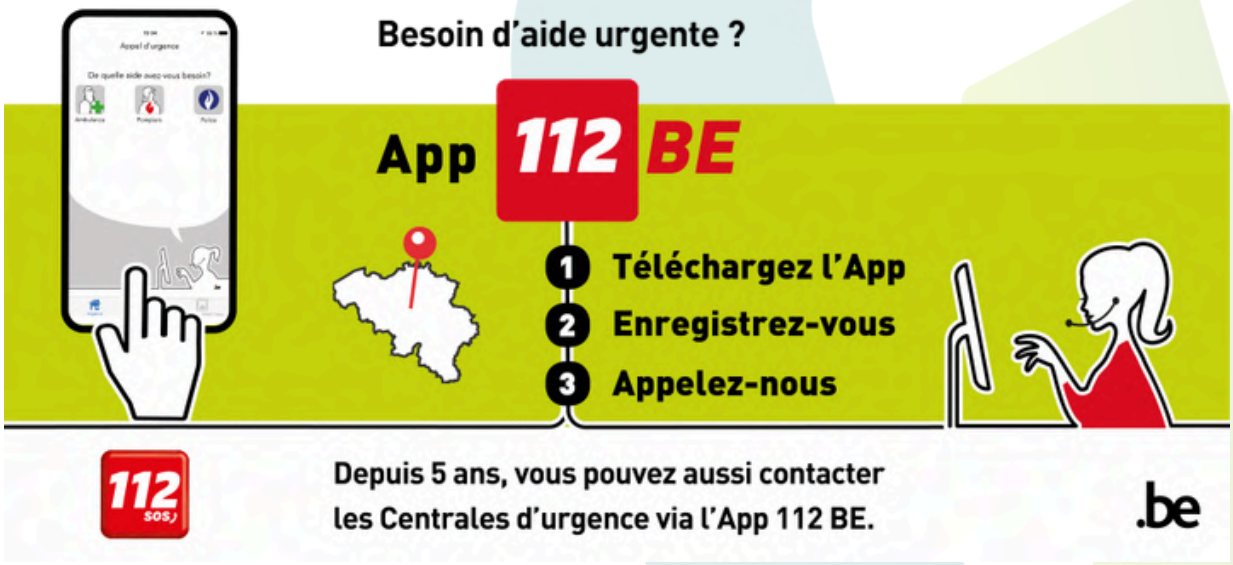
SECURITE

ATHLÈTES : LA SÉCURITÉ AVANT TOUT, NE PRENEZ PAS DE RISQUES INUTILES. ASSUREZ-VOUS DE DONNER À VOTRE CONTACT D'URGENCE, VOTRE NUMÉRO DE DOSSARD.

EN CAS D'INCIDENT, L'ORGANISATION CONTACTERA DIRECTEMENT LE SERVICE D'URGENCE PRÉSENT SUR PLACE.

SI VOUS ÊTES TÉMOIN D'UN ACCIDENT OU D'UN PROBLÈME DE SANTÉ :

- ***VEUILLEZ CONTACTER LE SERVICE D'URGENCE DE LA COURSE PRÉSENT SUR LE DOSSARD DU PARTICIPANT.***
- *LORSQUE VOUS CONTACTEZ NOTRE SERVICE D'URGENCE, VEUILLEZ À :*
  - *RESTER CALME*
  - *ÊTRE PRÉCIS LORSQUE VOUS FOURNISSEZ LES INFORMATIONS SUIVANTES :*
    - *LE NUMÉRO DE DOSSARD DE L'ATHLÈTE*
    - *L'EMPLACEMENT EXACT (PAR EXEMPLE, LE LIBELLÉ D'UN POTEAU DE SIGNALISATION)*
    - *LA RAISON DE VOTRE APPEL*
    - *LA PRÉSENCE DE TÉMOINS*



RAVITAILLEMENTS

VELO



ISO



EAU



GELS



PATES DE FRUITS



BANANES



SALÉ

COURSE A PIED



ISO



EAU



COCA



GELS



PATES DE FRUITS



FRUITS



SALÉ



SUCRÉ

NOMBRE DE RAVITAILLEMENTS

	HALF	OLYMPIC	PROMO	MFTE	TEENS	KIDS ET MINI-KIDS
VÉLO	4	2	0	0	0	0
COURSE	9	4	2	1	1	0

APRES COURSE

POUR CHAQUE ÉPREUVE, NOUS INVITONS LES ATHLÈTES À REJOINDRE L'ESPACE DE RAVITAILLEMENT D'ARRIVÉE.

POUR LES ÉPREUVES KIDS ET MINI KIDS, UN SAC "RAVITO" SERA DISTRIBUÉ SUR LA LIGNE D'ARRIVÉE.

AUCUN ENFANT NE QUITTERA LA LIGNE D'ARRIVÉE SANS LA PRÉSENCE D'UN PARENT.

ZONES POUBELLES

DES ZONES POUBELLES SERONT MISES À DISPOSITION JUSTE AVANT ET JUSTE APRÈS CHAQUE RAVITAILLEMENT. CES ZONES DE DÉCHETS SERONT INDIQUÉES PAR DES PANNEAUX. TOUT JET DE DÉCHETS EN DEHORS DES ZONES DÉDIÉES EST PASSIBLE DE DISQUALIFICATION.

ATTENTION : TOUT DÉCHET JETÉ PAR TERRE = DISQUALIFICATION



TON GOBELET ECO-RESPONSABLE

TON NOUVEAU RÉFLEXE RAVITO EN 2026

À LA SORTIE DE LA ZONE DE TRANSITION, SOIT AU DÉPART DE LA COURSE À PIED, TU RECEVRAS UN GOBELET RÉUTILISABLE À UTILISER SUR TOUS LES RAVITAILLEMENTS.

UN GOBELET PLIABLE, PRATIQUE ET ÉCOLOGIQUE, INDISPENSABLE POUR TE RAVITAILLER SUR TOUS LES RAVITOS.

OBJECTIF ZÉRO GOBELET !

ECO FRIENDLY

ENSEMBLE, COURRONS PROPRE




KASK
CADEX
SPORTS GEL
Inspiré par les athlètes.
Fondée sur la science.
6d Sports Nutrition
Le choix de Bianchi Pro Triathlon Team
Découvrez et profitez* de -20 % avec le code “MIXED”
www.6d.eu
+ 1 FREE SPO
6D SPORTS NUTRITION
SPORTS GEL
2:1 CARB RATIO
5 MIXED FLAVORS
NATURALLY FLAVORED
+ SODIUM
+ CAFFEINE (1x)
x5
x1
INFORMED
WE TEST • YOU TRUST
SPORT
BANNED SUBSTANCE TESTED EVERY BATCH
(*=Code valable une seule fois par client.)

CHECK-LIST

IMPRIME TA CHECK-LIST POUR NE RIEN OUBLIER LE JOUR DE LA COURSE !

AVANT LA COURSE

- [ ] RÉCUPÈRE TON DOSSARD AU SECRÉTARIAT MUNI DE TA CARTE D'IDENTITÉ ET DE TA LICENCE SI BESOIN
- [ ] PRENDS CONNAISSANCE DU PARCOURS ET DES ZONES DE DÉPART/TRANSITION
- [ ] RENDS-TOI AU PARC À VÉLOS POUR LE CHECK-IN
- [ ] CHECK LA PRESSION DE TES PNEUS
- [ ] METS TES BOISSONS/TA NUTRITION EN PLACE SUR TON VÉLO
- [ ] RÉPARTIS CORRECTEMENT TON NUMÉRO DE DOSSARDS SUR TOUS TES ACCESSOIRES

CHECK-LIST NATATION

- [ ] METS BIEN TA PUCE EN PLACE À TA CHEVILLE GAUCHE
- [ ] TON MAILLOT DE BAIN (SI BESOIN)
- [ ] TON BONNET DE NATATION FOURNI DANS TON PACK ATHLÈTES
- [ ] TES LUNETTES DE NATATION

CHECK-LIST COURSE A PIED

- [ ] TES CHAUSSURES DE COURSE À PIED ET TES CHAUSSETTES
- [ ] TON PORTE-DOSSARD OU DES ÉPINGLES
- [ ] TA CASQUETTE/VISIÈRE
- [ ] NUTRITION/FLASQUES SUPPLÉMENTAIRES
- [ ] TA CRÈME SOLAIRE
- [ ] TES LUNETTES DE SOLEIL

CHECK-LIST VELO

- [ ] TON CASQUE DE VÉLO
- [ ] TES CHAUSSURES DE CYCLISME ET DES CHAUSSETTES
- [ ] TA POMPE À VÉLO
- [ ] TA MONTRE GPS
- [ ] TON KIT DE RÉPARAGE
- [ ] NUTRITION SUPPLÉMENTAIRE
- [ ] TA CRÈME SOLAIRE
- [ ] TES LUNETTES DE SOLEIL
- [ ] TON DOSSARD

LE + IMPORTANT

- TON SOURIRE
- TA MOTIVATION
- TON COURAGE



RÉSERVEZ VOTRE COMBINAISON DIRECTEMENT DEPUIS VOTRE ESPACE COUREUR POUR 45€

DISPONIBLE LE JOUR DE L'ÉVÉNEMENT SUR LE VILLAGE DES EXPOSANTS AU STAND :

- **INFINITRI (POUR LES COMBINAISON HUUB)**
- **UTS (POUR LES COMBINAISONS ORCA OU MAKO)**

UNE CAUTION DE 100€ SERA REQUISE, RESTITUÉE AU RETOUR DE LA COMBINAISON.
OFFRE LIMITÉE SELON LES STOCKS.

RESERVER

REMISE DES PRIX

HALF

- 5 PREMIERS HOMMES & FEMMES ELITES
  (SEULS LES ATHLÈTES PRENANT LE DÉPART EN ÉLITE SONT ÉLIGIBLES AU PRIZE MONEY)
- 5 PREMIERS HOMMES & FEMMES (OPEN)
- CHAQUE PREMIER HOMME & FEMME DE CHAQUE CATÉGORIE

HALF – CHAMPIONNAT DE BELGIQUE

- 3 PREMIERS HOMMES & FEMMES COMPRENANT ÉLITES ET GROUPES D'ÂGE
- 3 PREMIERS HOMMES & FEMMES DE CHAQUE CATÉGORIE (HORS ÉLITES)

RELAIS

PREMIÈRE ÉQUIPE HOMME, FEMME & MIXTE

OLYMPIC & PROMO

- 3 PREMIERS HOMMES & FEMMES
- CHAQUE PREMIER HOMME & FEMME DE CHAQUE CATÉGORIE

CATEGORIES

ESPOIR	20-23 ANS
SENIOR	24-29 ANS
MASTER A	40-49 ANS
MASTER B	50-59 ANS
MASTER C	60-69 ANS
MASTER D	+ 70ANS





OPEN BELGIUM LAKES

CROCODILE ROUGE
LACS DE L'EAU D'HEURE

À L'OCCASION DE L'openlakes

19 et 20 septembre 2026

AU PARC DU
CROCODILE ROUGE

20% OFF

sur toutes nos activités* !

AMPHIBUS



CHATEAUX GONFLABLES



CROCO EXPRESS



TROTTINETTES

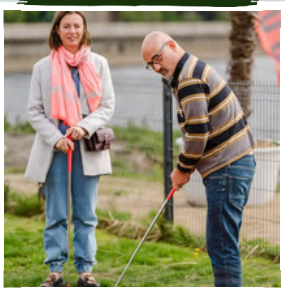


Profitez de
-20 % sur toutes
nos activités*!

CROCO VISIT



MINI-GOLF



E-BIKE



VÉLO DE VILLE



* Valable uniquement sur les activités mentionnées sur cette affiche avec le code EVENT20.

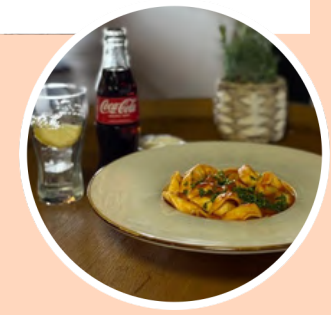


Ouvert le week-end

Ô Barrage by belicious

PRENEZ LE TEMPS DE SAVOURER !





VENDREDI SOIR 18/09

REPAS ATHLÈTES

PâtesBelpasta semi-complètes
Sauce provençale aux légumes saisonniers de notre propre exploitation

SUR RESERVATION

info@parcducrocodilerouge.be

Les Jardins du CROCO

UN PETIT CREUX ?

- Burgers et snacks chauds
- Frites croustillantes
- Boissons fraîches
- Glaces et gourmandises



BEAUCOUP DE ROUTES SERONT FERMÉES...
MAIS NOUS SERONS OUVERTS !

HANDISPORT



HANDISPORT

OPENLAKES OUVRE 4 DE SES ÉPREUVES AUX ATHLÈTES HANDISPORT, EN INDIVIDUEL OU EN RELAIS, PAR ÉQUIPE.

GRÂCE À SES JOUEURS, LA LOTERIE NATIONALE SOUTIENT NOS ATHLÈTES HANDISPORT ET LEUR PERMET DE BÉNÉFICIER DES MEILLEURES CONDITIONS POUR SE SURPASSER ET ATTEINDRE LEURS OBJECTIFS.



SOUTENEZ L'ASBL LEG'S GO

DEPUIS 2015, L'ASBL LEG'S GO PROPOSE DES ENTRAÎNEMENTS EN INCLUSION INVERSE, OÙ **SPORTIFS VALIDES ET HANDISPORTIFS S'ENTRAÎNENT ENSEMBLE.**



DE PLUS, LEG'S GO **FINANCE DES PROTHÈSES SPORTIVES** POUR LES PERSONNES ACCIDENTÉES, SOUVENT TRÈS COÛTEUSES ET NON REMBOURSÉES.

SOUTENEZ LEG'S GO
EN FAISANT UN DON VIA LE LIEN SUIVANT :



FAIRE UN DON

EN SAVOIR PLUS SUR L'ASBL LEG'S GO









MY FIRST

TRIATHLON EXPERIENCE

MY FIRST

NATATION – 200 M

Bonnet de natation JAUNE

Départ HANDISPORT
Départ continu entonnoir

Départ MFTE
Départ continu entonnoir

1 tour de 200m

Aucun échauffement dans l'eau avant le départ

C°

Port de la combinaison interdit

- 23°

Port de la combinaison non obligatoire

- 16°

Port de la combinaison obligatoire

La combinaison de natation ne pourra pas être retirée avant le parc de transition

Entraînement encadré le vendredi
de 14h00 à 15h00
et de 17h00 à 18h00



MY FIRST

VELO – 13 KM

Épreuve
DRAFTING
vélos TT interdits

1 boucle de 13km autour des
Lacs de l'Eau d'Heure

AUCUN
ravitaillement

135m de D+

Parcours fermé
à la circulation



MY FIRST

COURSE A PIED- 3 KM



100% chemin stabilisé



1 boucle de 3km



1 ravitaillement



TEAM



TEENS

NATATION – 400 M



Bonnet de natation
VERT FLUO



Départ TEENS
Départ continu entonnoir



1 tour de 400m



Aucun échauffement dans l'eau avant le départ



Port de la combinaison interdit

- 23°

Port de la combinaison non obligatoire

- 16°

Port de la combinaison obligatoire

La combinaison de natation ne pourra pas être retirée avant le parc de transition

Entraînement encadré le vendredi
de 14h00 à 15h00
et de 17h00 à 18h00

D DÉPART

A ARRIVÉE

BOUÉES DE PASSAGE



TEENS

VELO – 13 KM

Épreuve
DRAFTING
vélos TT interdits

1 boucle de 13km autour des
Lacs de l'Eau d'Heure

AUCUN
ravitaillement

135m de D+

Parcours fermé
à la circulation



TEENS

COURSE A PIED- 3 KM

100% chemin stabilisé

1 boucle de 3km

1 ravitaillement



HALF



PTO RANKINGS

BRONZE EVENT

SUIVEZ OPENLAKES EN DIRECT



- LES COURSES PROMO, OLYMPIC & HALF EN LIVE
- LES COMMENTAIRES DE LA CHAÎNE DU TRIATHLON
- SUIVEZ LES MOMENTS CLÉS EN TEMPS RÉEL
- ENCOURAGEZ VOS PROCHES À DISTANCE
- REVIVEZ VOTRE COURSE APRÈS L'ARRIVÉE
- L'EXPÉRIENCE OPENLAKES COMME SI VOUS Y ÉTIEZ

OPEN BELGIUM LAKES

LA CHAÎNE DU TRIATHLON

RENDEZ-VOUS DIRECTEMENT SUR LES PAGES FACEBOOK LA CHAÎNE DU TRIATHLON ET OPENLAKES

HALF

PTO RANKINGS
BRONZE EVENT

NATATION – 1900 M



ELITE HOMMES
Bonnet de natation
VERT FLUO



ELITE FEMMES
Bonnet de natation
BLEU CIEL



CB HOMMES
Bonnet de natation
JAUNE



CB FEMMES
Bonnet de natation
ROSE



OPEN & HANDISPORT & RELAIS
Bonnet de natation
ROUGE



Départ ELITE HOMMES
Mass Start



Départ ELITE FEMMES
Mass Start



Départ CB HOMMES
Mass Start



Départ CB FEMMES
Mass Start



Départ HANDISPORT
Mass Start



Départ OPEN & RELAIS
Mass Start



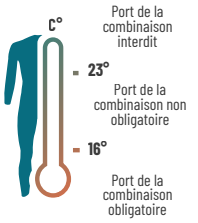
1 tour de 1900m



Cut off



Échauffement autorisé
jusque 30' avant le départ



La combinaison de natation ne pourra pas être retirée avant le parc de transition

Entraînement encadré le vendredi
de 14h00 à 15h00
et de 17h00 à 18h00



HALF

PTO RANKINGS
BRONZE EVENT

VELO – 92 KM

Épreuve
NON-DRAFTING
Vélos TT autorisés

X2
46 KM
2 boucles de 46km

X4
2 ravitaillements
par tour

19:05
Cut off
(Natation + Vélo)

550m de D+

Parcours fermé à
la circulation



HALF

PTO RANKINGS
BRONZE EVENT

COURSE A PIED – 21 KM

100%

100% de bitume

X3
7 KM

3 boucles de 7km
Le long du Lac de la Plate Taille

X6

3 ravitaillements
par tour

20:25

Heure maximale pour
entamer le 3ème tour CAP

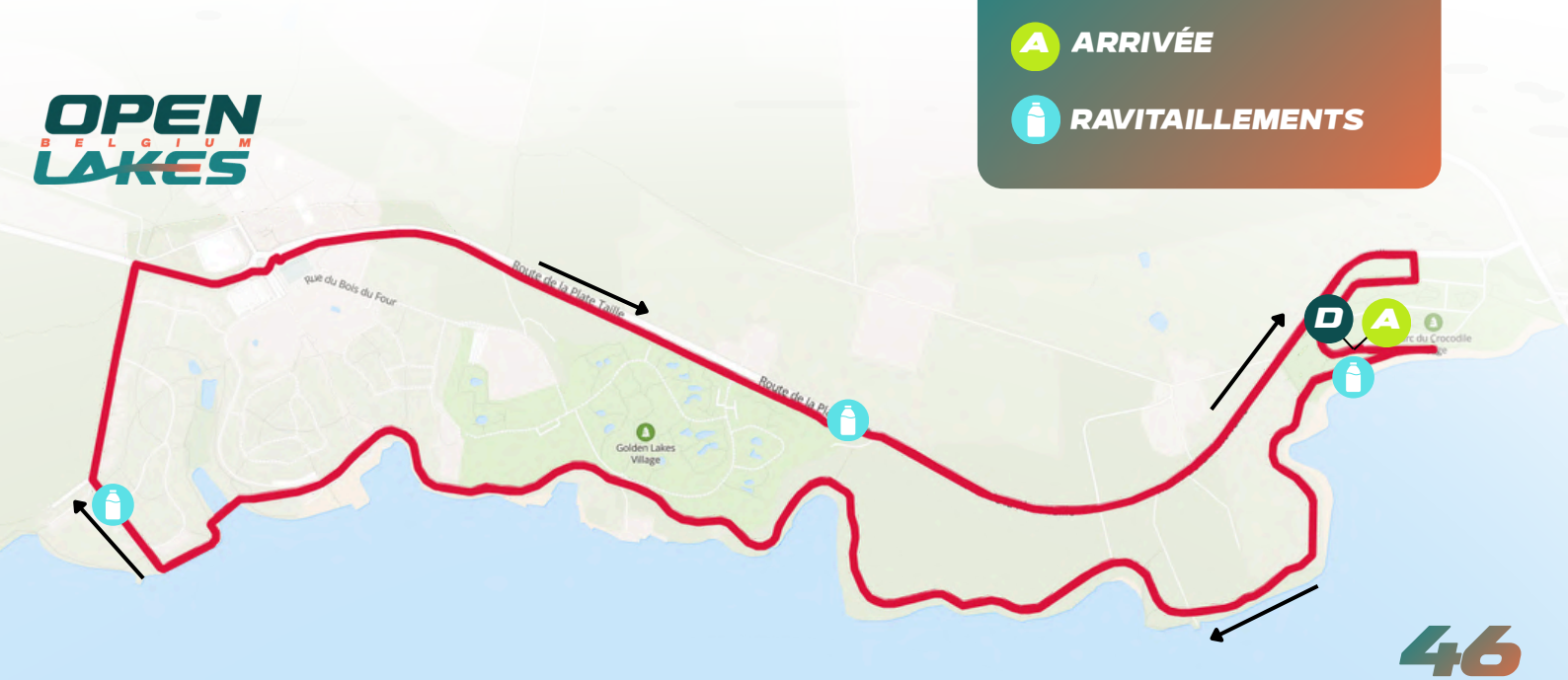
21:05

Cut off
(Natation + vélo + cap)

150m D+

D DÉPART
A ARRIVÉE
RAVITAILLEMENTS

OPEN BELGIUM LAKES



HALF

RELAIS

LE DÉPART SERA DONNÉ À 13H05, EN MÊME TEMPS QUE LES AUTRES PARTICIPANTS DU HALF OPEN. IL S'EFFECTUERA DEPUIS LES BERGES DU CENTRE D'ACCUEIL DE LA PLATE TAILLE AUX LACS DE L'EAU D'HEURE.

EN PRINCIPE

- *UNE ÉQUIPE DE **DEUX** OU **TROIS** ATHLÈTES*
- *CHAQUE ATHLÈTE DE L'ÉQUIPE DOIT RÉALISER **AU MOINS UNE DISCIPLINE COMPLÈTE** (NATATION, CYCLISME, OU RUNNING)*
- *EN CAS D'ÉQUIPE DE DEUX ATHLÈTES, L'UN D'EUX DEVRA DONC RÉALISER **DEUX DISCIPLINES** AU COMPLET*
- *LES ATHLÈTES DEVRONT OBLIGATOIREMENT PRÉSENTER :*
  - *LEUR **CARTE D'IDENTITÉ***
  - *LEUR **LICENCE**, S'ILS SONT LICENCIÉS À UNE FÉDÉRATION DE TRIATHLON*
  - *DANS LE CAS CONTRAIRE, ILS DEVRONT OBLIGATOIREMENT AVOIR SOUSCRIT AU **PASS COMPÉTITION** SPÉCIFIANT LEUR APTITUDE À FAIRE DU TRIATHLON EN COMPÉTITION.*

EN PRATIQUE

- *LE « RELAIS » **DOIT SE FAIRE DANS LE PARC DE TRANSITION** À L'EMPLACEMENT ATTRIBUÉ POUR L'ÉQUIPE*
- ***SEULS** LES COÉQUIPIERS SE PASSANT LE « RELAIS » SONT AUTORISÉS À ÊTRE DANS LA ZONE DE TRANSITION*
- *LA **PUCE ÉLECTRONIQUE** FAIT OFFICE DE « RELAIS » ET DOIT ÊTRE PLACÉE CONSÉCUTIVEMENT À LA **CHEVILLE GAUCHE** DE CHAQUE RELAYEUR.*

PRO



PROMO

NATATION – 500 M

Bonnet de natation
BLEU CIEL

8:50

Départ HANDISPORT
Départ continu entonnoir

9:00

Départ PROMO
Départ continu entonnoir

500M

1 tour de 500m

9:30

Temps maximum

Échauffement autorisé
jusque 30' avant le départ

C°

Port de la combinaison interdit

- 23°

Port de la combinaison non obligatoire

- 16°

Port de la combinaison obligatoire

La combinaison de natation ne pourra pas être retirée avant le parc de transition

Entraînement encadré le vendredi
de 14h00 à 15h00
et de 17h00 à 18h00

D DÉPART

A ARRIVÉE

BOUÉES DE PASSAGE

OPEN BELGIUM LAKES



PROMO

VELO – 21 KM

Épreuve
DRAFTING
vélos TT interdits

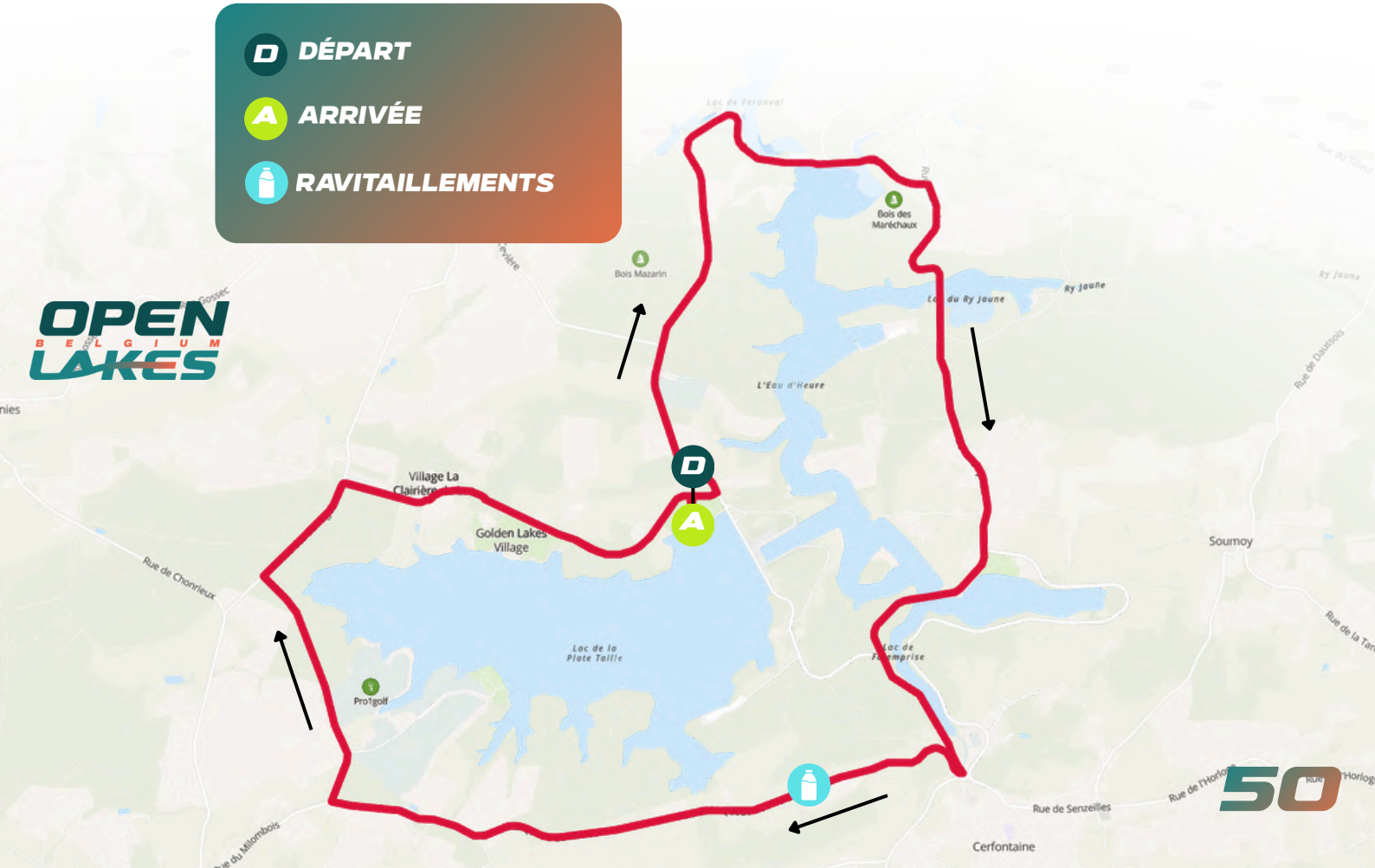
1 boucle de 21km

AUCUN
ravitaillement

Temps maximum
(Natation + Vélo)

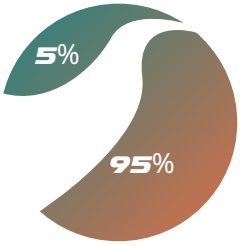
340m de D+

Parcours fermé
à la circulation



PROMO

COURSE A PIED – 5 KM



5% de chemin
95% de bitume



1 boucle de 5km



2 ravitaillements

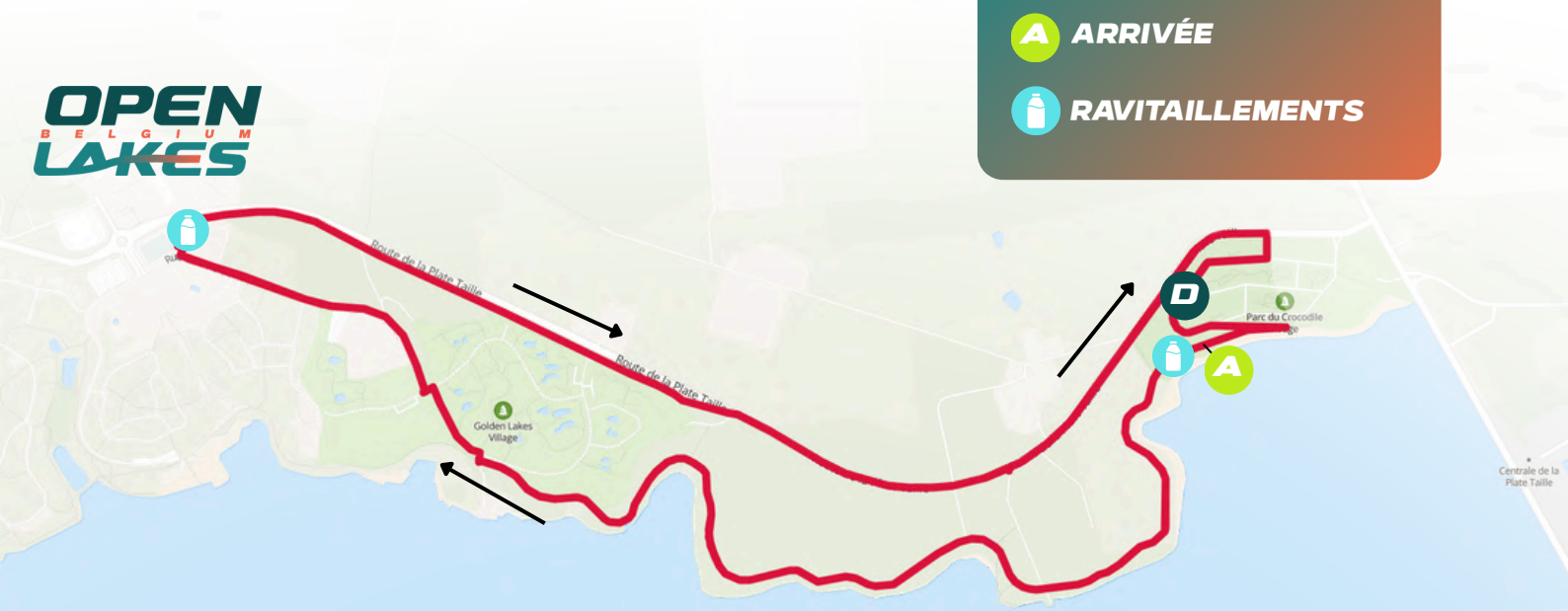


Temps maximum
(Natation + vélo + cap)



25m D+

D DÉPART
A ARRIVÉE
RAVITAILLEMENTS



VISITWallonia.be



Que vous soyez en quête de défis sportifs ou de balades contemplatives, explorez des paysages variés, des vallées secrètes aux villages de caractère. Entre effort et émerveillement, vivez la Wallonie à votre rythme !

Trouvez votre prochaine aventure sur **VISITWallonia.be**

Tout pour s'évader !

EPREUVES KIDS

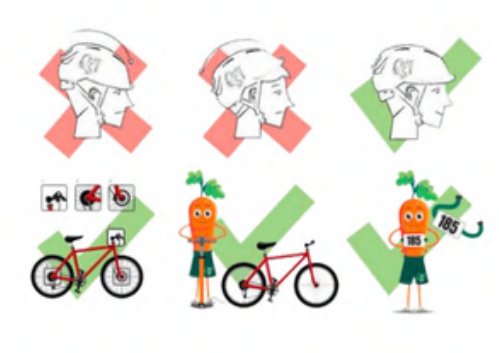


INFOS PRATIQUES

TRANSITIONS COURSE

AVANT LA PARTIE VÉLO

- JE POSE MON CASQUE SUR LA TÊTE ET JE LE FERME CORRECTEMENT.
- J'ENFILE MES CHAUSSURES.
- J'ENFILE MA CEINTURE PORTE DOSSARD (OU UN T-SHIRT AVEC MON DOSSARD) ON NE PEUT PAS ROULER NI COURIR TORSE NU ! LE DOSSARD EST PLACÉ DANS LE DOS.
- JE PRENDS MON VÉLO ET ME DIRIGE EN LE POUSSANT VERS LA SORTIE DU PARC. JE NE ROULE PAS DANS LE PARC !



DANS LE PARC, JE SUIS LES INSTRUCTIONS DES MONITEURS POUR POSITIONNER MON MATÉRIEL ET MON VÉLO.



APRÈS LA PARTIE VÉLO

- JE DÉPOSE MON VÉLO
- JE RETIRE SEULEMENT MON CASQUE, ET LE DÉPOSE DANS MON BAC (JE NE LE LANCE PAS !)
- JE TOURNE MA CEINTURE POUR METTRE MON DOSSARD SUR LE VENTRE (SAUF POUR LES PARTICIPANTS EN T-SHIRT)
- JE FONCE VERS LA PARTIE COURSE À PIED ET VERS LA LIGNE D'ARRIVÉE !

ENCADREMENT

EPREUVES ENCADREES PAR QUALI'3 TEAM

VOS ENFANTS SONT ENTRE DE BONNES MAINS AVEC L'ÉQUIPE QUALI'3 TEAM QUI GUIDE VOS FUTURS CHAMPIONS DU SECRÉTARIAT À LA LIGNE D'ARRIVÉE.

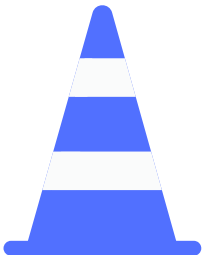
QUALI'3 TEAM EST UN CLUB DE TRIATHLON SITUÉ À FARCIENNES

EN SAVOIR PLUS

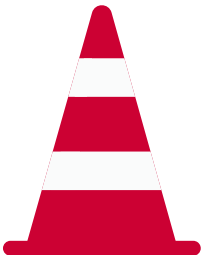




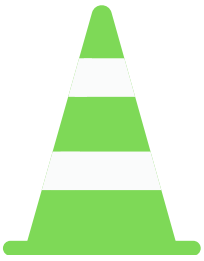
SIGNALETIQUE A SUIVRE



QUAND L'ATHLÈTE SORT DE L'EAU, IL DOIT SUIVRE LES CÔNES DE COULEUR BLEU POUR SE RENDRE AU PARC À VÉLOS.



QUAND L'ATHLÈTE SORT DU PARC À VÉLO, IL DOIT SUIVRE LES CÔNES DE COULEUR ROUGE POUR SE RENDRE SUR LE CIRCUIT VÉLO.



LORS DE LA COURSE À PIED, L'ATHLÈTE DOIT SUIVRE LES CÔNES VERTS.


MINI
KIDS
MK290

MINI KIDS

NATATION – 50 M



Bonnet de natation
ROUGE



Départ
Rolling Start
1 enfant/3 secondes



1 tour de 50m



Aucun échauffement dans
l'eau avant le départ



Port de la
combinaison
interdit

- 23°

Port de la
combinaison non
obligatoire

- 16°

Port de la
combinaison
obligatoire

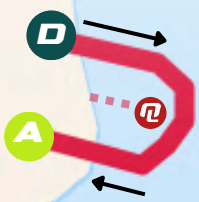
La combinaison de natation ne pourra pas être retirée avant le parc de transition

OPEN BELGIUM LAKES

D DÉPART

A ARRIVÉE

BOUÉE DE PASSAGE



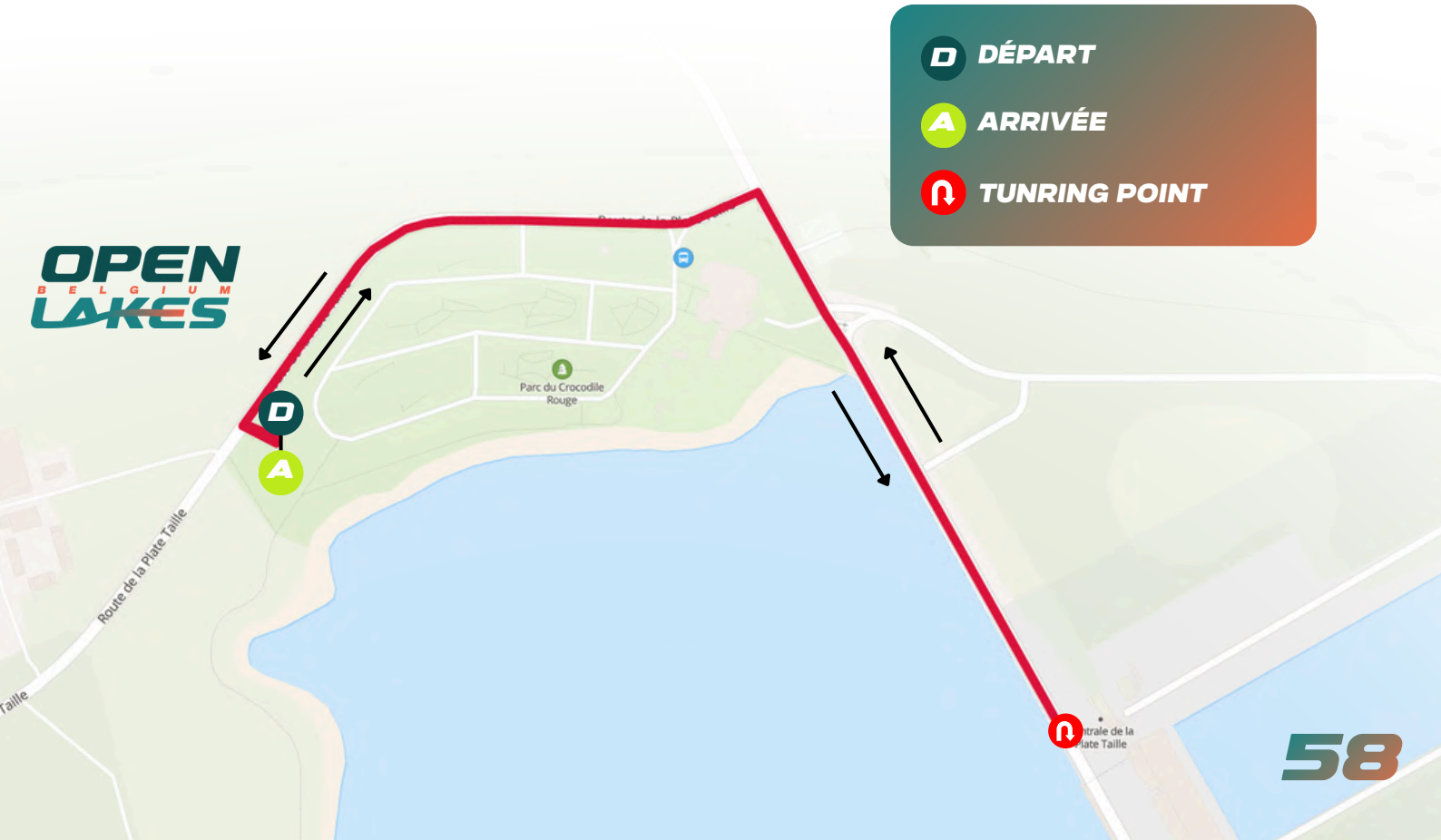
MINI KIDS

VELO – 2 KM

15m de D+

Parcours fermé à la circulation

1 boucle de 2km



MINI KIDS

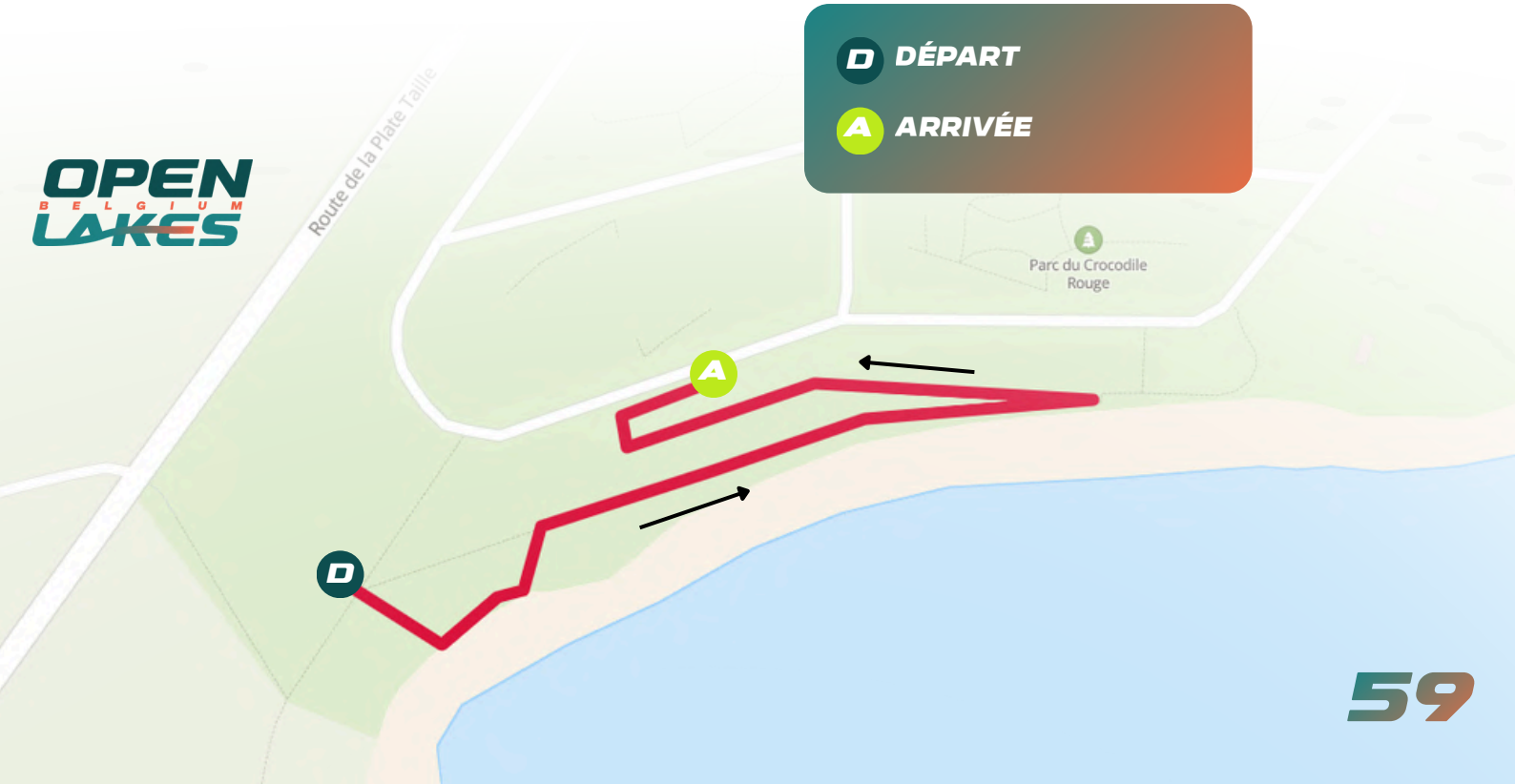
COURSE A PIED- 400 M



100% chemin stabilisé



1 boucle de 400m



KIDS



KIDS

NATATION – 150 M



Bonnet de natation
BLEU CIEL



Départ
Rolling Start
5 enfants/5 secondes



1 tour de 150m



Aucun échauffement dans
l'eau avant le départ



Port de la
combinaison
interdit

- 23°

Port de la
combinaison non
obligatoire

- 16°

Port de la
combinaison
obligatoire

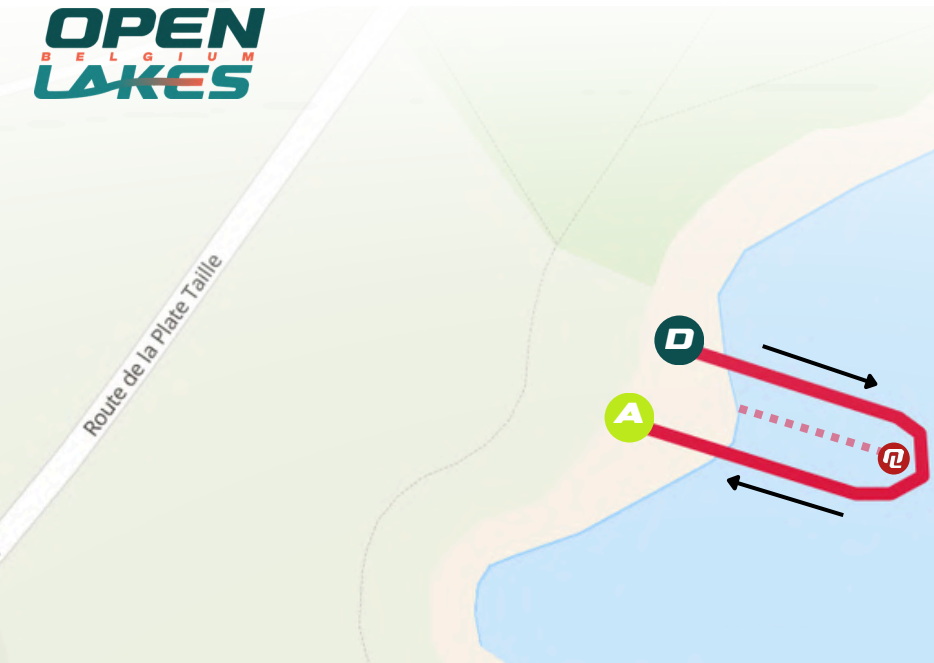
La combinaison de natation ne pourra pas être retirée avant le parc de transition

OPEN BELGIUM LAKES

D DÉPART

A ARRIVÉE

BOUÉE DE PASSAGE



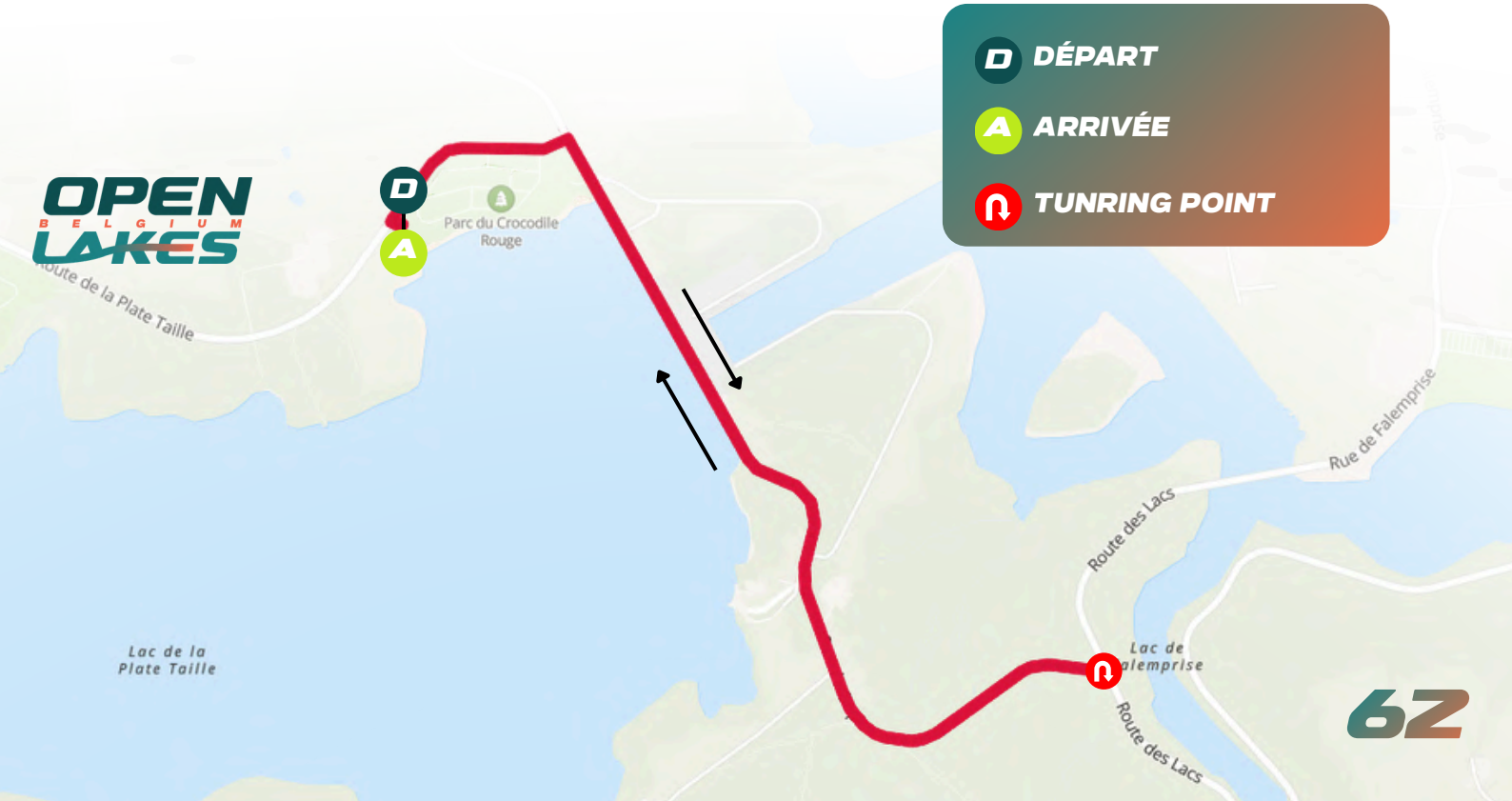
KIDS

VELO – 5 KM

50m de D+

Parcours fermé à la circulation

1 boucle de 5km



KIDS

COURSE A PIED- 1 KM



100% chemin stabilisé



1 boucle de 1km





OLYMPIC

OLYMPIC

NATATION – 1500 M



DO HANDISPORT
Bonnet de natation
JAUNE



DO HOMMES
Bonnet de natation
VERT FLUO



DO FEMMES
Bonnet de natation
VERT FLUO



Départ HANDISPORT
Départ en entonnoir



Départ HOMMES
Départ en entonnoir



Départ FEMMES
Départ en entonnoir



1 tour de 1500m



Cut off
Hommes/
Femmes



Échauffement autorisé
jusque 30' avant le départ



Port de la
combinaison
interdit

- 23°

Port de la
combinaison non
obligatoire

- 16°

Port de la
combinaison
obligatoire

La combinaison de natation ne pourra pas être retirée avant le parc de transition

Entraînement encadré le vendredi
de 14h00 à 15h00
et de 17h00 à 18h00



OLYMPIC

VELO – 42 KM

Épreuve
DRAFTING
vélos TT interdits

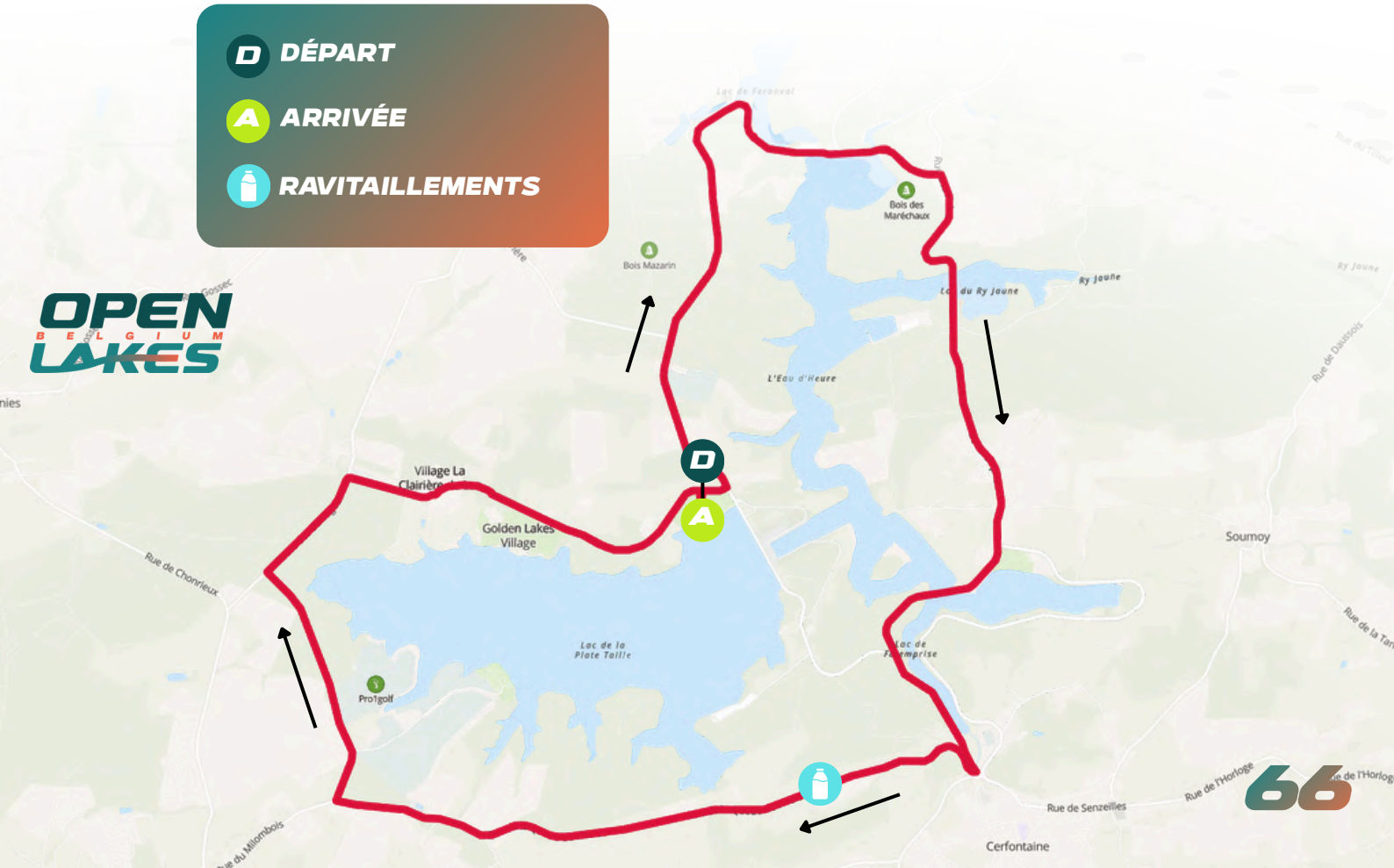
2 boucles de 21km

1 ravitaillement par tour

Cut off
(Natation + Vélo)
Hommes
Femmes

680m de D+

Parcours fermé à la circulation



OLYMPIC

COURSE A PIED – 10 KM



100% bitume



2 boucles de 5km
Le long du Lac de la Plate Taille



2 ravitaillements
par tour

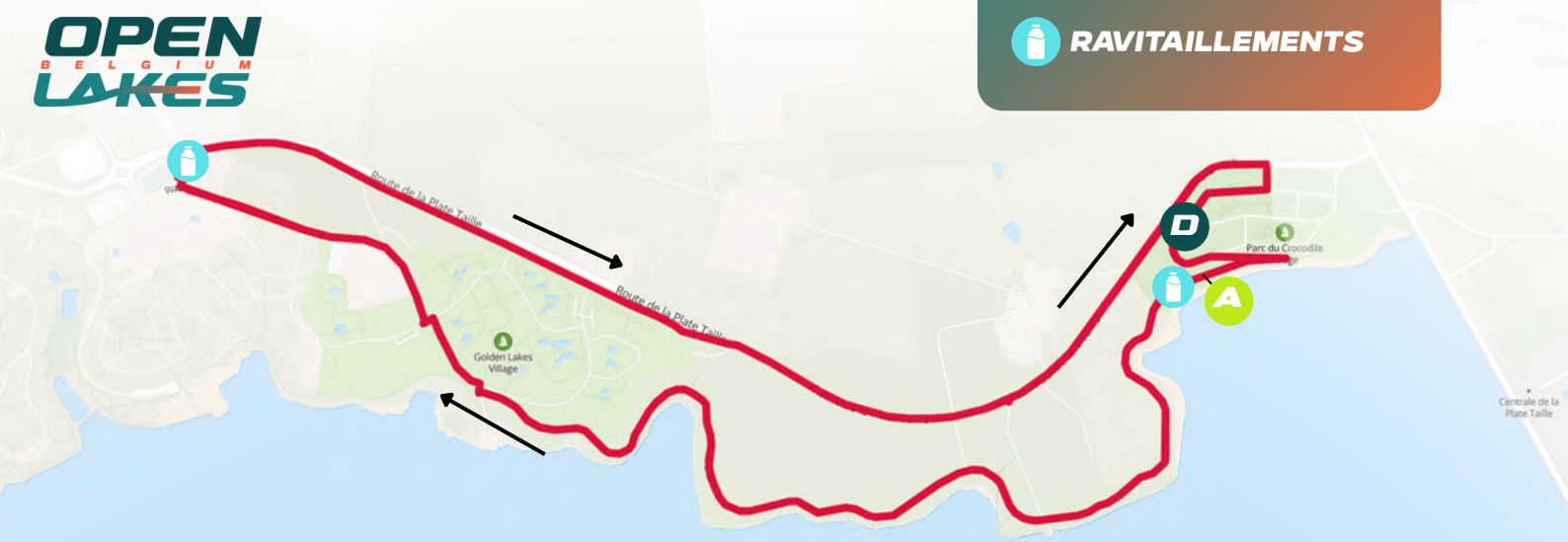


Cut off
(Natation + vélo + cap)
Hommes
Femmes



50m D+

D DÉPART
A ARRIVÉE
RAVITAILLEMENTS



GROUPE WANTY

INFRASTRUCTURE

DÉCONSTRUCTION

BÂTIMENT

ÉLECTRICITÉ

EAU

INDUSTRIE & CIRCULARITÉ

Partenaire des plus belles émotions sportives



💙 Dépassement de soi 💙 Recherche de la performance

www.wanty.eu



ALWAYS REMEMBER YOUR RACE

get your personal pictures on SPORTOGRAF.COM

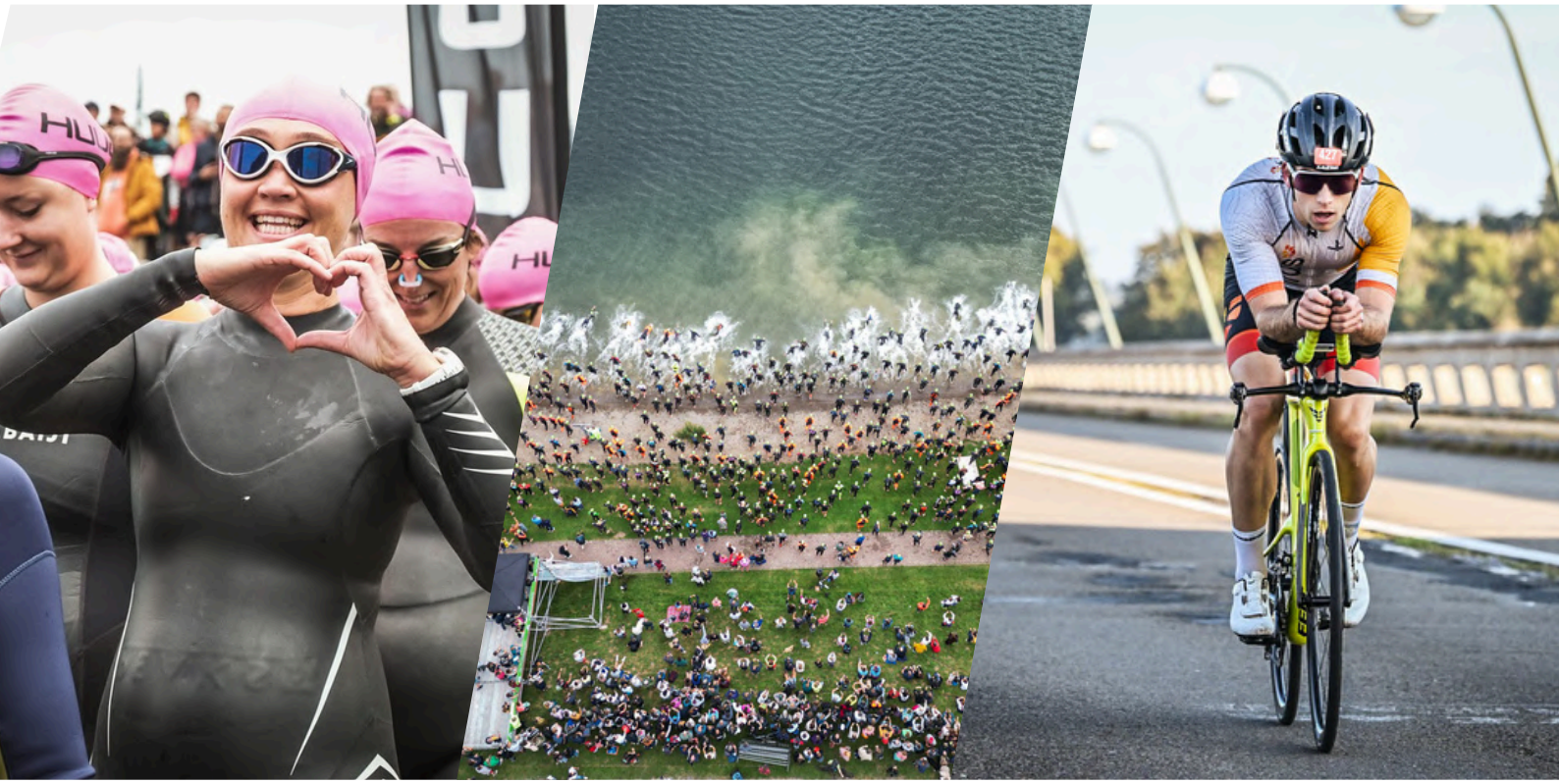


FOTO
SPORTOGRAF.COM
FLAT

NOS PARTENAIRES

















































