



Duathlon de Caen

24 mars 2024

LES PARCOURS

Et les points de vigilance...



HORAIRES - DUATHLON DE CAEN - 24 MARS 2024

Qui ? (Date de naissance)	Format	Heure de départ	Ouverture parc / Récupération des vélos	Briefing	Labels
Course 1 : Juniors H	S 5 Cap 20 Vélo 2,5 Cap	08h30	Parc n°2 07h30-08h15 / 09h45-10h15	08h20	Sélectif minimes H + championnat de Normandie
Course 2 : Cadettes & Juniors F	S	10h15	Parc n°1 07h30-08h15 / 11h30-12h	10h05	Sélectif minimes F + championnat de Normandie
Course 3 : Cadets H	S	12h	Parc n°2 10h45-11h15 / 13h15-13h30	11h50	Sélectif cadets H + championnat de Normandie
Course 4 : Bike & Run mini kid's (6-9ans) Bike run kid's (10-13ans)	1,5 km 3 kms	13h30		13h20	
Course 5 : Benjamins & minimes F	XS 2,5 Cap 8,5 Vélo 1,250 Cap	14h	Parc n°2 13h15-13h45 / 14h45-15h15	13h50	Sélectif cadettes / juniors F + championnat de Normandie
Course 6 : Benjamins & minimes H	XS	15h	Parc n°1 13h15-13h45 / 15h45-16h	14h50	Sélectif cadettes / juniors F + championnat de Normandie
Course 7 : Open H & F séniors / masters	S	16h15	Parc n°2 15h15-16h / 18h-18h15	16h10	Championnat de Normandie Séniors / masters

SOMMAIRE

Les distances	3
Parcours course à pied	4
Parcours vélo	6
Les points de vigilance	7
Les transitions	19

LES DISTANCES

Course 1 / 2 / 3 & 7 :

1ère CAP : 5 kms

Vélo : 20 kms

2ème CAP : 2,5 kms

Course 4 :

Mini kid's : 1,5 km

Kid's : 3 kms

Course 5 & 6 :

1ère CAP : 2,5 kms

Vélo : 8,5 kms

2ème CAP : 1,250 km

LA COURSE À PIED



1ère CAP :
Distance S : 2 tours
Distance XS : 1 tour

2ème CAP :
Distance S : 1 tour
Distance XS : voir prochaine page

LA COURSE À PIED - XS



Course 5 & 6 :
1ère CAP : page précédente
2ème CAP : 1 aller-retour

LE VÉLO



Distance S : 5 tours

Distance XS : 2 tours

Duathlon de Caen - Les parcours - 24 mars 2024

LE VÉLO - POINTS DE VIGILANCE



Afin d'assurer la sécurité des cyclistes :

Des bénévoles seront présents sur tout le long du parcours

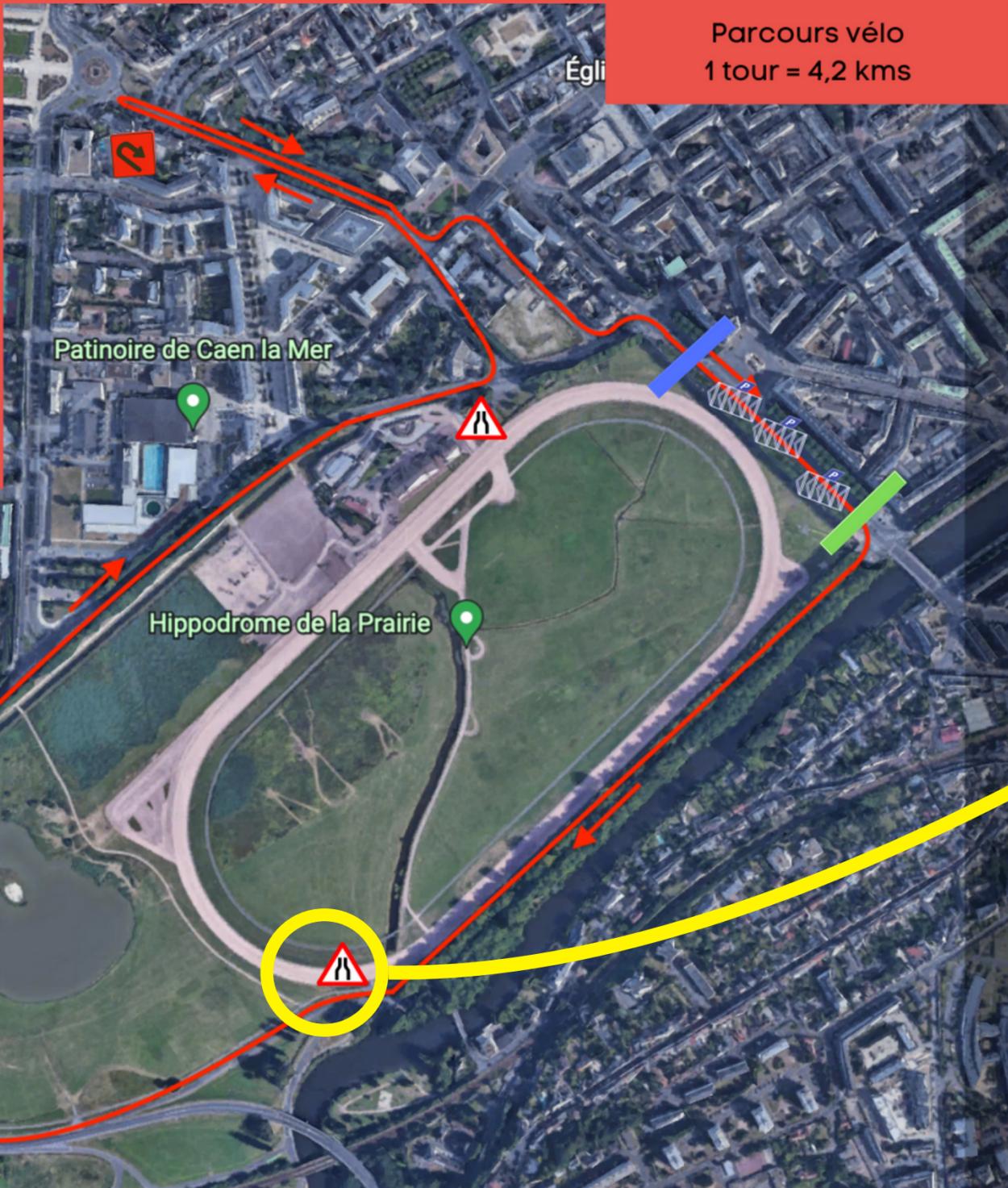
Des séparateurs de voies seront mis en place pour les virages dangereux

Vous trouverez sur les pages suivantes des photos/informations afin de connaître les différents points de vigilance

Duathlon de Caen - Les parcours - 24 mars 2024

LE VÉLO - POINTS DE VIGILANCE

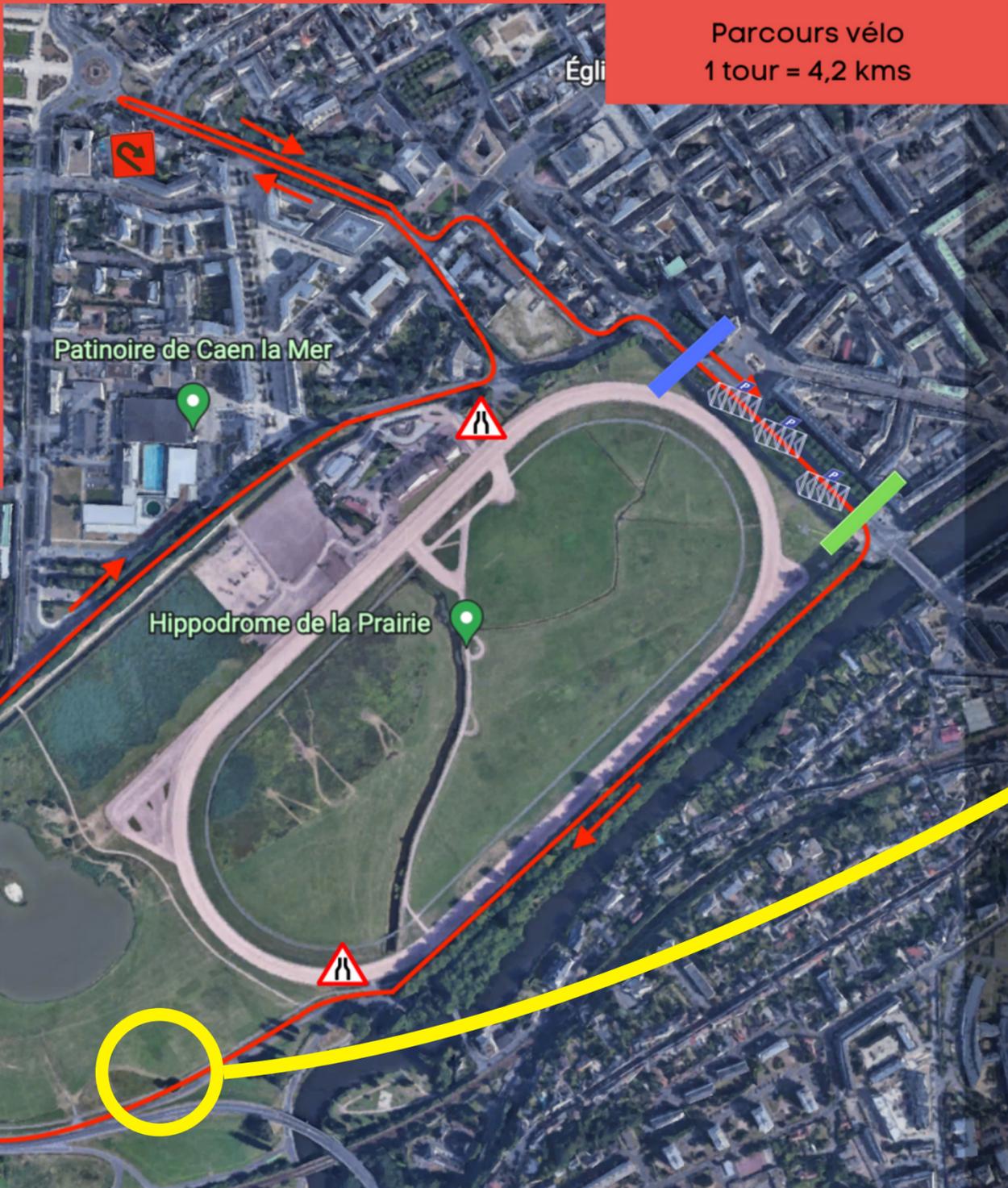
- Parc à vélo 
- Parcours cyclisme 1 tour = 4,2 kms 
- Demi-tour 
- Ligne de montée 
- Ligne de descente 
- Rétrécissement 



Rétrécissement au bout du Cours Koenig - Trottoir haut sur le côté droit de la chaussée

LE VÉLO - POINTS DE VIGILANCE

- Parc à vélo
- Parcours cyclisme 1 tour = 4,2 kms
- Demi-tour
- Ligne de montée
- Ligne de descente
- Rétrécissement

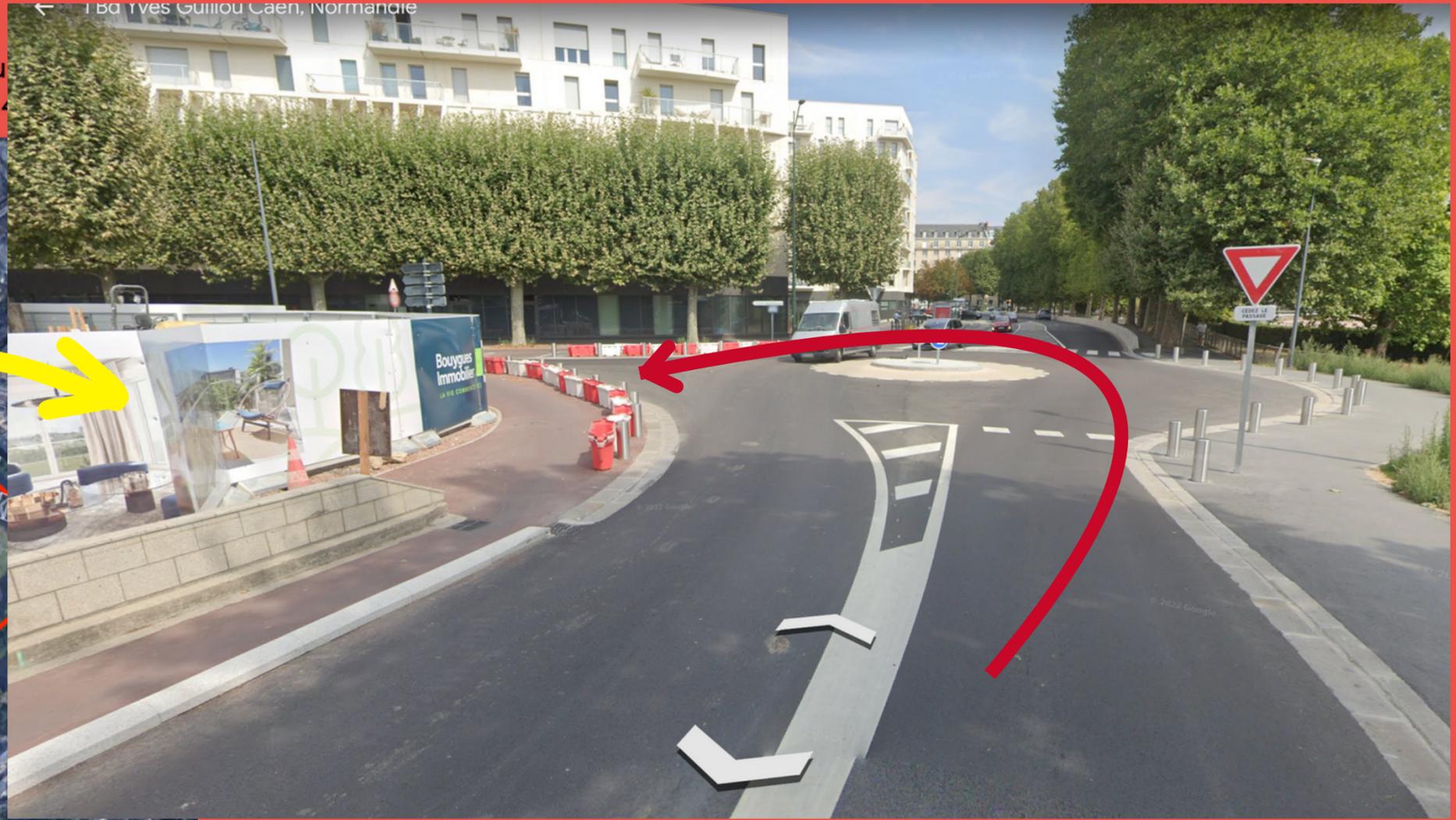


Rétrécissement au bout du Cours Koenig - Barrières à gauche et trottoir haut à droite

Duathlon de Caen - Les parcours - 24 mars 2024

LE VÉLO - POINTS DE VIGILANCE

- Parc à vélo 
- Parcours cyclisme
1 tour = 4,2 kms 
- Demi-tour 
- Ligne de montée 
- Ligne de descente 
- Rétrécissement 



Faire le tour du rond point
Bd Yves Guillou → Bd Aristide Briand

Duathlon de Caen - Les parcours - 24 mars 2024

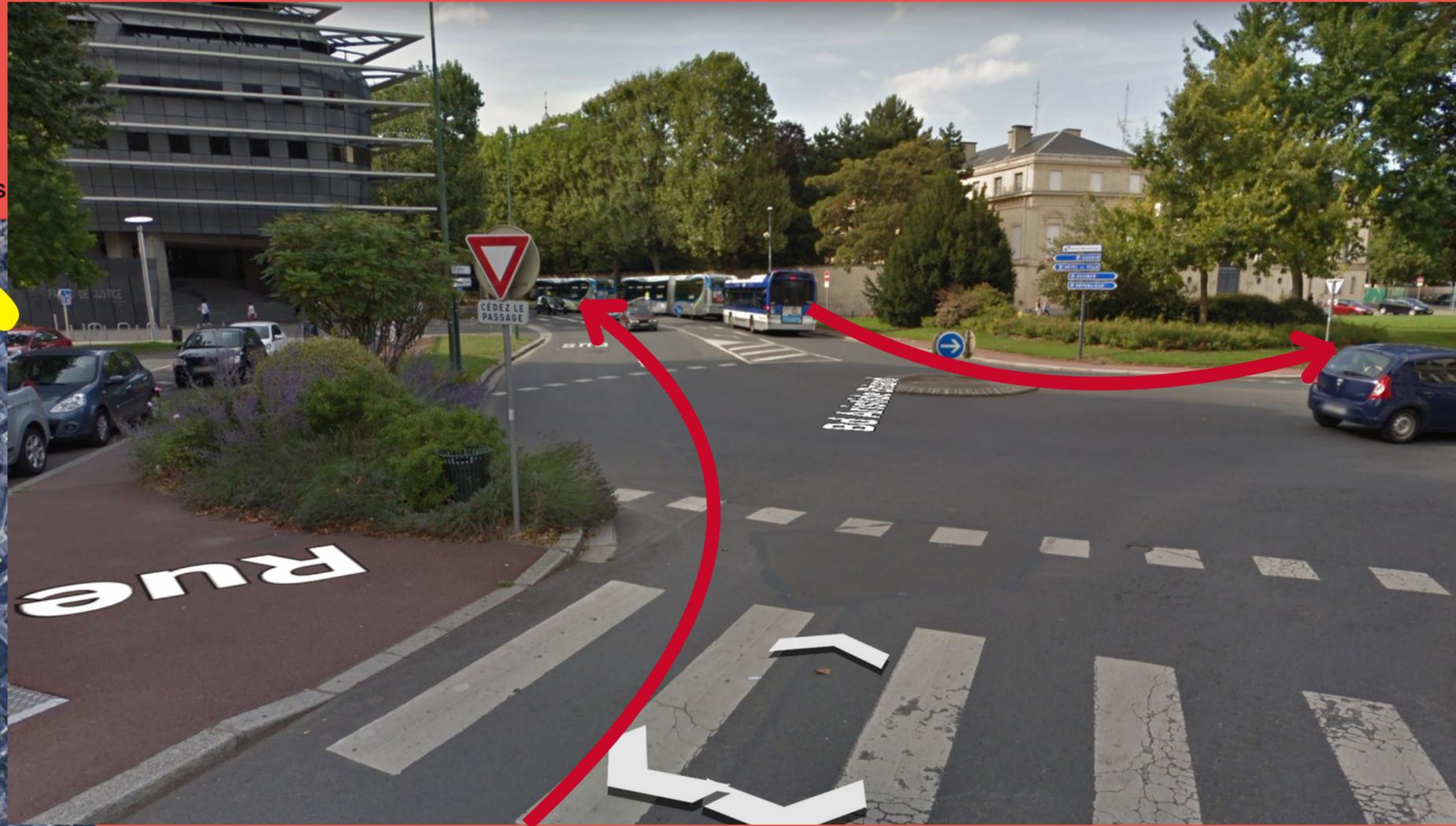
LE VÉLO - POINTS DE VIGILANCE



Faire le tour du rond point
 Bd Yves Guillou → Bd Aristide Briand

Duathlon de Caen - Les parcours - 24 mars 2024

LE VÉLO - POINTS DE VIGILANCE

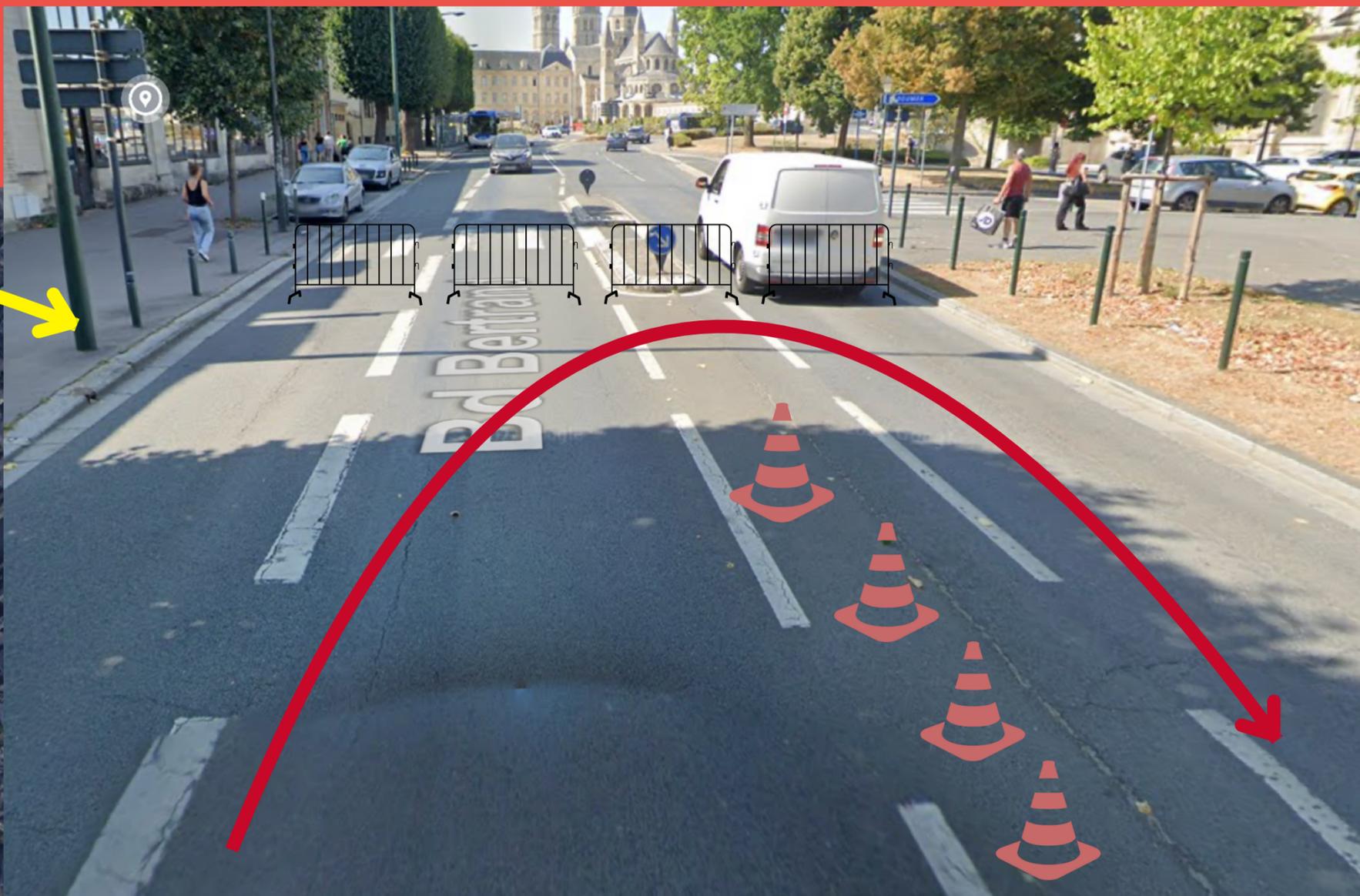
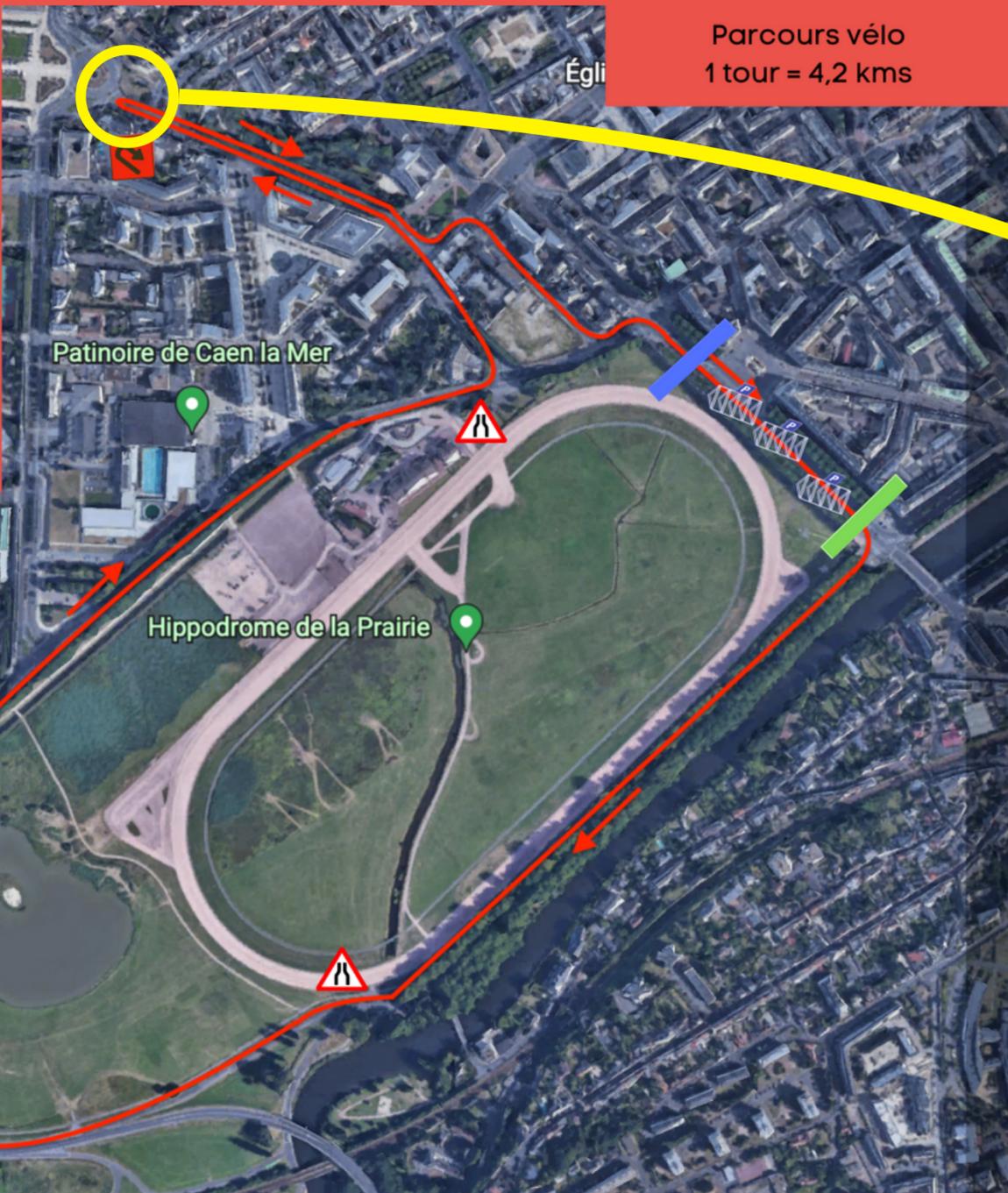


Prendre le rond point à gauche
Bd Aristide Briand → Bd Bertrand

Duathlon de Caen - Les parcours - 24 mars 2024

LE VÉLO - POINTS DE VIGILANCE

- Parc à vélo 
- Parcours cyclisme 1 tour = 4,2 kms 
- Demi-tour 
- Ligne de montée 
- Ligne de descente 
- Rétrécissement 



Demi-tour en haut du Boulevard Bertrand avant le terre plein

Duathlon de Caen - Les parcours - 24 mars 2024

LE VÉLO - POINTS DE VIGILANCE

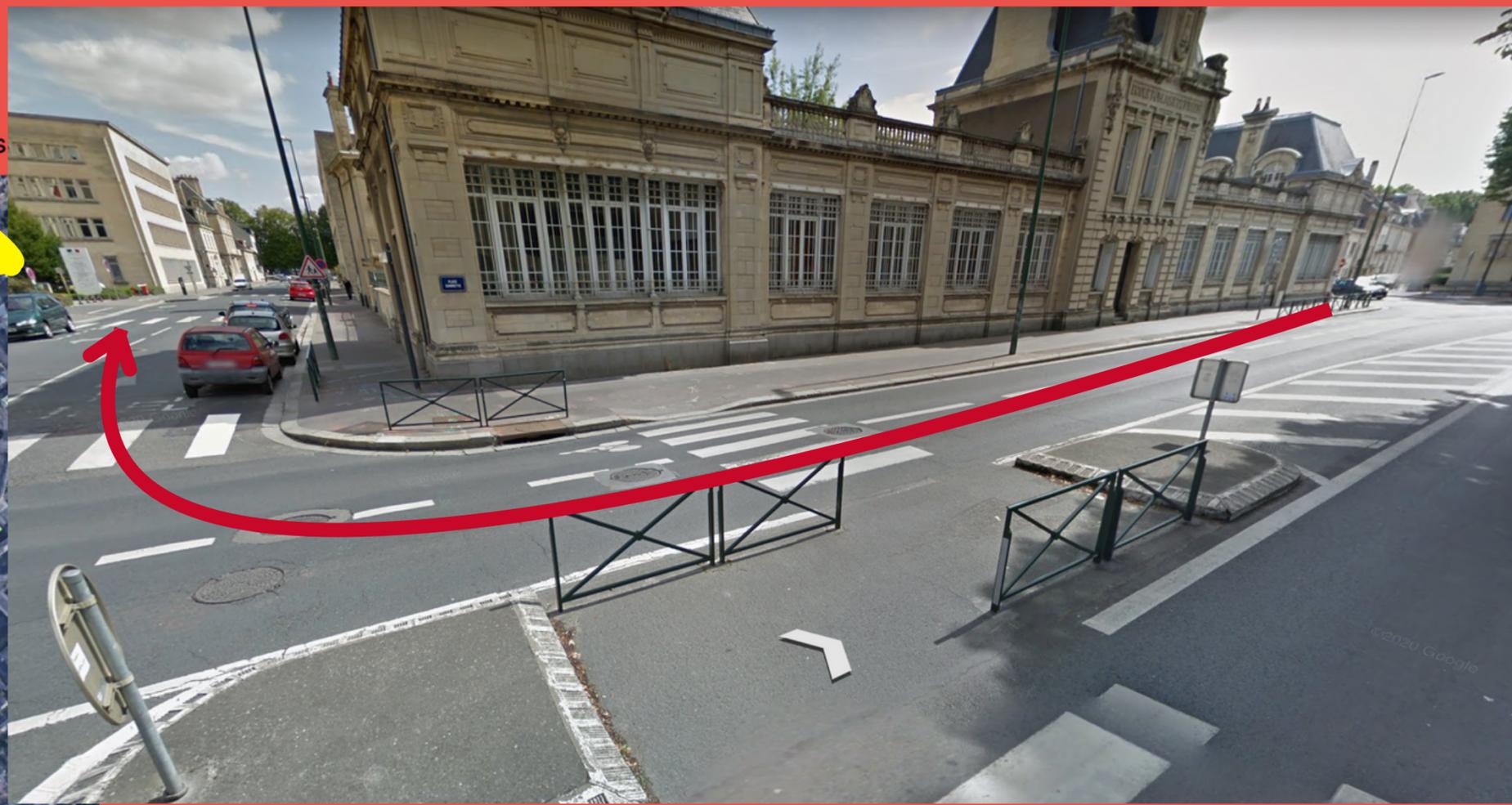


En descendant, prendre le rond point à gauche
Bd Bertrand → Bd Maréchal Leclerc

Duathlon de Caen - Les parcours - 24 mars 2024

LE VÉLO - POINTS DE VIGILANCE

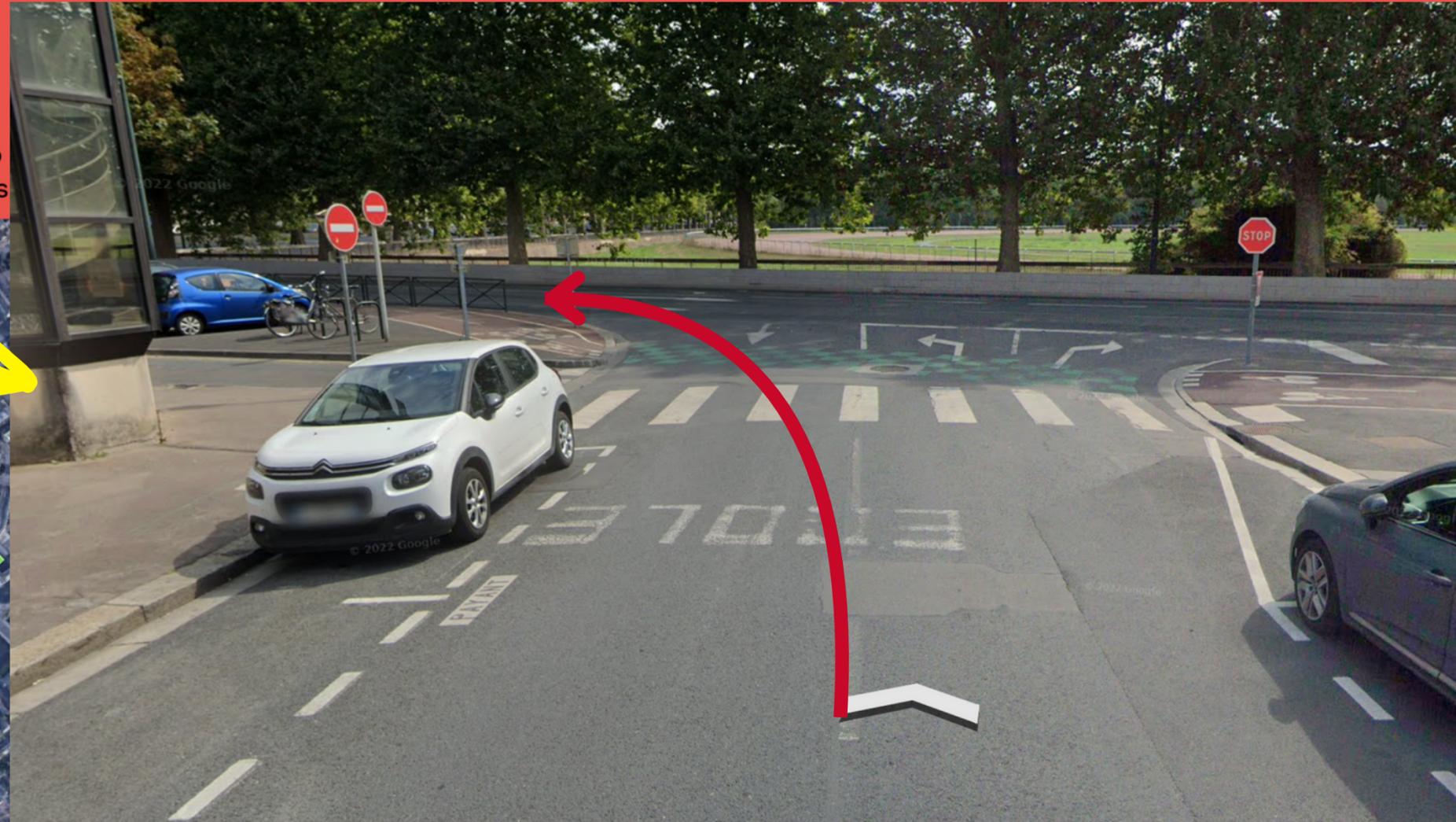
- Parc à vélo 
- Parcours cyclisme 1 tour = 4,2 kms 
- Demi-tour 
- Ligne de montée 
- Ligne de descente 
- Rétrécissement 



Virage serré à droite
Bd Maréchal Leclerc → Rue Daniel Huet

Duathlon de Caen - Les parcours - 24 mars 2024

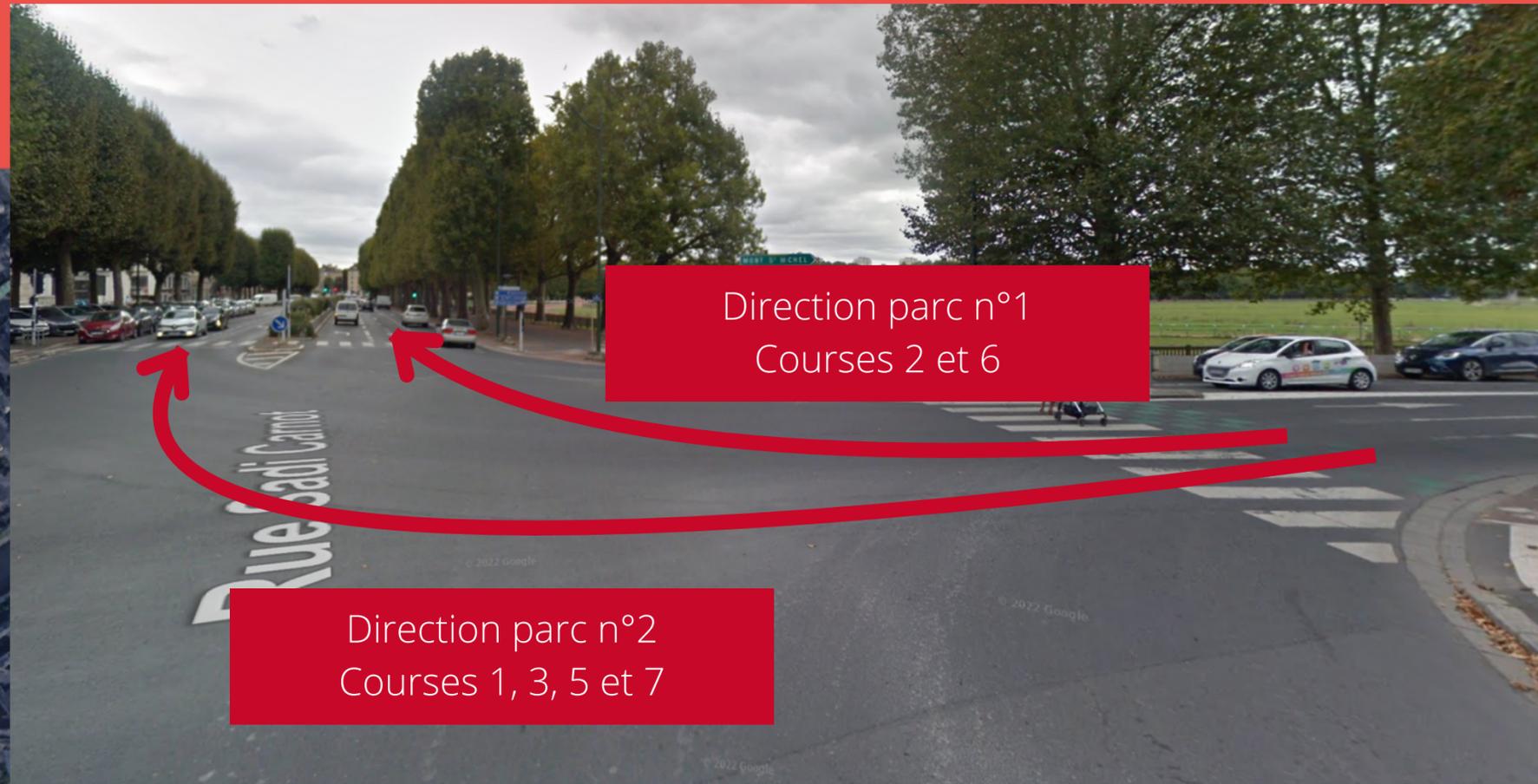
LE VÉLO - POINTS DE VIGILANCE



Virage serré à gauche
Rue Daniel Huet → Bd Yves Guillou

Duathlon de Caen - Les parcours - 24 mars 2024

LE VÉLO - POINTS DE VIGILANCE



Virage serré à droite
 Bd Yves Guillou → Cours Général De Gaulle

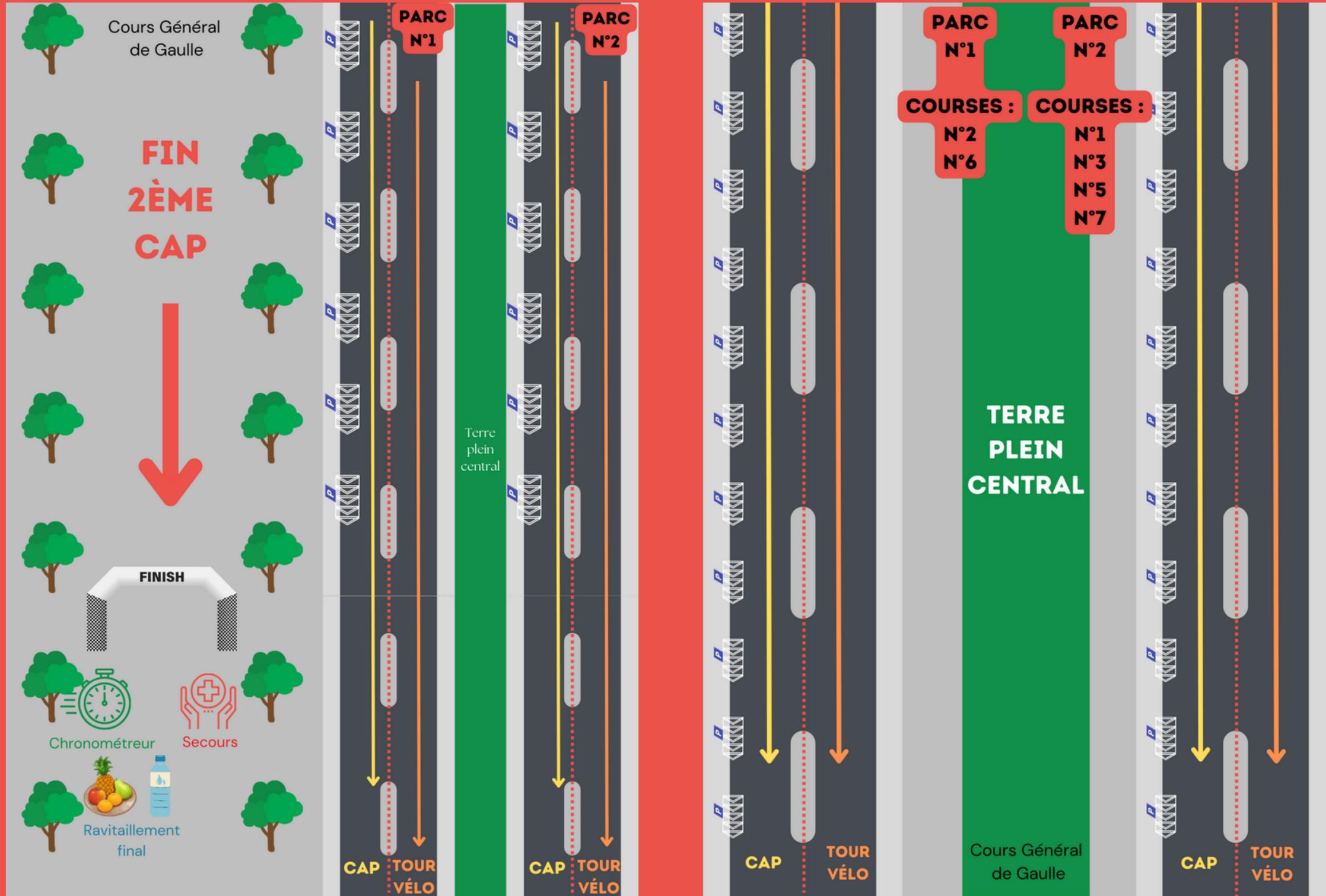
Duathlon de Caen - Les parcours - 24 mars 2024

LE VÉLO - POINTS DE VIGILANCE

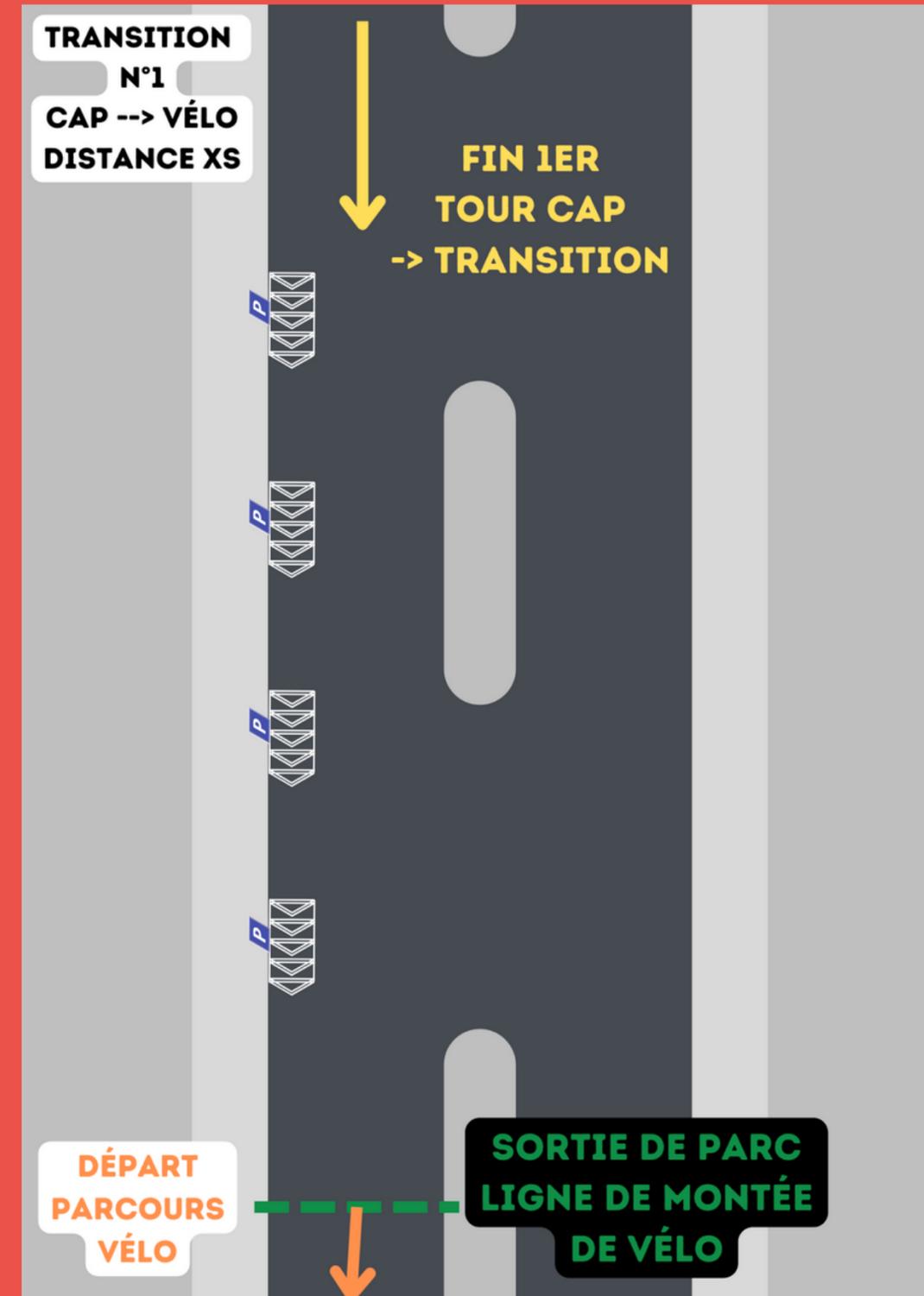
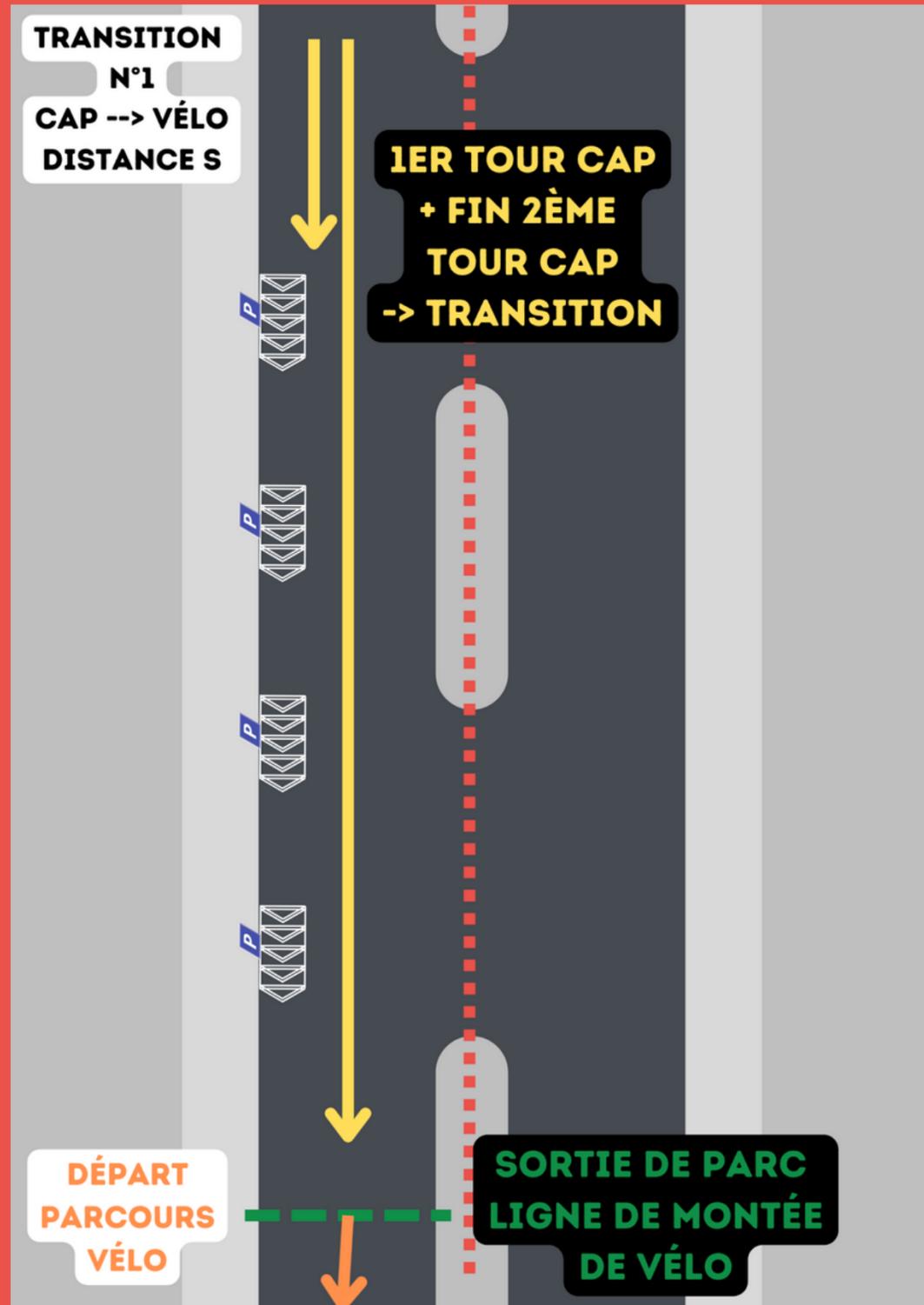


Virage serré à droite
Cours Général De Gaulle → Cours Général Koenig

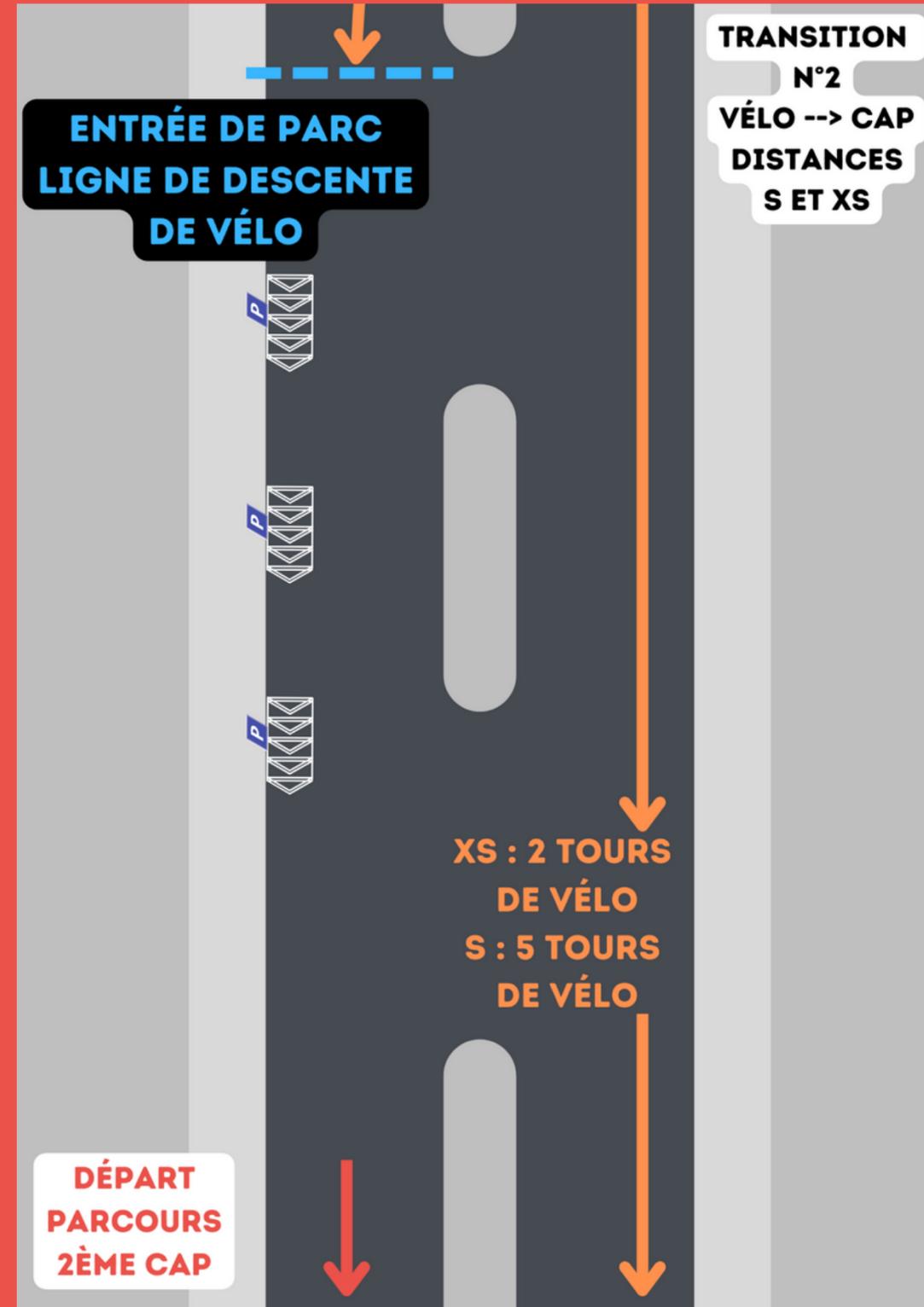
LES PARCS À VÉLO



LES TRANSITIONS - T1



LES TRANSITIONS - T2



LES PARCS À VÉLO - VUE AÉRIENNE



Check-in
(côté Place
Maréchal Foch)

Check-out
(côté Pont Bir-
Hakeim)



Duathlon de Caen

**MERCI POUR VOTRE LECTURE
RDV LE 24 MARS 2024 !**

