

1^{er} ECO TRIATHLON Solidaire

Des MUREAUX

Essayez ! le « TRIATHLON » et C'est « gagné » !

Il y a 30 ans 300 triathlètes qui ne connaissaient même pas le mot « TRIATHLON » se lançaient au départ du 1^{er} TRIATHLON des MUREAUX

sur la même plage , pour relever le défi .

Aujourd'hui ! C'est à VOUS !!!!!

samedi 10 mai 2014

10 heures Bases de Loisirs de Verneuil sur SEINE

Pour QUI ?

pour tous / femmes et hommes à partir de 18 ans

PAS de CERTIFICAT MEDICAL car il n'y aura pas de Classement

C'est **Gratuit** ou presque !

Gratuit parce que l'organisateur vous offre la mise en place de l'épreuve

Mais un geste de solidarité est demandé avec le versement de 1 € par concurrent au profit d'une association qui œuvre dans le développement durable (O D D)

C'est quoi ? C'est un vrai enchaînement de TRIATHLON

Natation puis VTT puis Course à pied

Natation dans la base de loisirs et bien entendu que la combinaison chaude néoprène est recommandée et peut être même obligatoire si l'eau est trop fraîche

Apportez votre VTT ou VTC avec CASQUE OBLIGATOIRE et l'on terminera par la Course à pied

les distances ? natation 100m ou 200m ou 400 m vélo 4 km ou 10 km Course à pied 1,2 ou 4 km

LIEU Base de LOISIRS du val DE SEINE à VERNEUIL sur SEINE

INSCRIPTIONS à partir de 9 h pour les inscriptions sur place

préinscriptions par internet si vous le voulez trinosau@yahoo.fr sur www.trinosauresmureaux.fr

DEPART 10 heures