



Triathlon

Ville-Marie

Volet Compétitif

11 juillet 2026

Le Triathlon de Ville-Marie célèbre en 2026 sa 18e édition.

Année après année, ce rendez-vous rassemble de plus en plus de passionnés, de bénévoles, de familles et d'athlètes, tous unis par le désir commun de bouger, de découvrir et de se dépasser.

Ce n'est plus simplement un événement : c'est devenu un véritable symbole de la vitalité témiscamienne.

Le Témiscamingue s'affirme de plus en plus comme une terre d'aventure, de plein air et de dépassement, où l'esprit sportif prend racine dans les sentiers, les lacs et le cœur des gens. À travers chaque événement local — courses, défis, rassemblements — une dynamique se crée, une lancée qui inspire.

Pour cette 18e édition, nous souhaitons mettre en lumière cette énergie collective qui émane de tout le territoire. Chaque foulée, chaque sourire, chaque goutte de sueur est une brique de plus dans la construction de notre identité régionale : forte, active et résolument tournée vers l'avenir.



Steffie Chartier – Gestionnaire de site, secrétaire et trésorière

Daniel Chartier – Directeur de course

Tiffany Turgeon – Directeur de course

Noémie Ash – Accueil, inscription et chronométrage

Dominique Fortin – Communications

Étienne Lion Fleury – Commandites

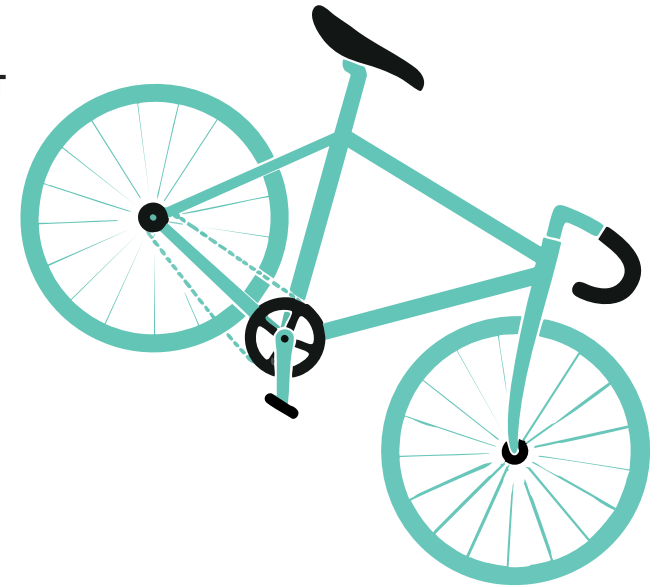
Florence Bastien - Alimentation et ravitaillement



HORAIRE DES CATÉGORIES

TRIATHLON

	NAGE	VÉLO	COURSE	Rencontre d'information	DÉPART
Olympique équipe (16 ans et +)	1500m	40km	10km	7 h 45 / Plage	8 h 00
Olympique individuel (16 ans et +)	1500m	40km	10km	7 h 45 / Plage	8 h 00
Sprint individuel femme (16-39 ans)	750m	20km	5km	7 h 45 / Plage	8 h 05
Sprint individuel femme (40 ans et +)	750m	20km	5km	7 h 45 / Plage	8 h 05
Sprint individuel ouverte (16-39 ans)	750m	20km	5km	7 h 45 / Plage	8 h 10
Sprint individuel ouverte (40 ans et +)	750m	20km	5km	7 h 45 / Plage	8 h 10
Sprint équipe (14 ans +)	750m	20km	5km	7 h 45 / Plage	8 h 15
Initiation individuel femme (18 ans et +)	375m	10km	2.5km	7 h 45 / Plage	8 h 20
Initiation individuel ouverte (18 ans et +)	375m	10km	2.5km	7 h 45 / Plage	8 h 20
Initiation Ado (12-17 ans)	375m	10km	2.5km	7 h 45 / Plage	8 h 20



DUATHLON

	COURSE	VÉLO	COURSE	Rencontre d'information	DÉPART
Sprint individuel femme (16 ans et +)	5km	20km	2.5km	8 h 30 / Devant l'Église	8 h 40
Sprint individuel ouverte (16 ans et +)	5km	20km	2.5km	8 h 30 / Devant l'Église	8 h 40

COURSE

Course à pied - 10 km	10km			8 h 45 / Devant l'Église	8 h 55
-----------------------	------	--	--	--------------------------	--------

Selon le nombre de participants, des départs pourraient être dévancés. Il est important d'être présent à la **rencontre d'information**.

PLAN DU SITE

À l'Église
vous trouverez:

- L'accueil des participants, troussees et les puces
- Le traçage des numéros sur la peau
- Les inscriptions pour les volets participatifs
- Les salles de toilettes

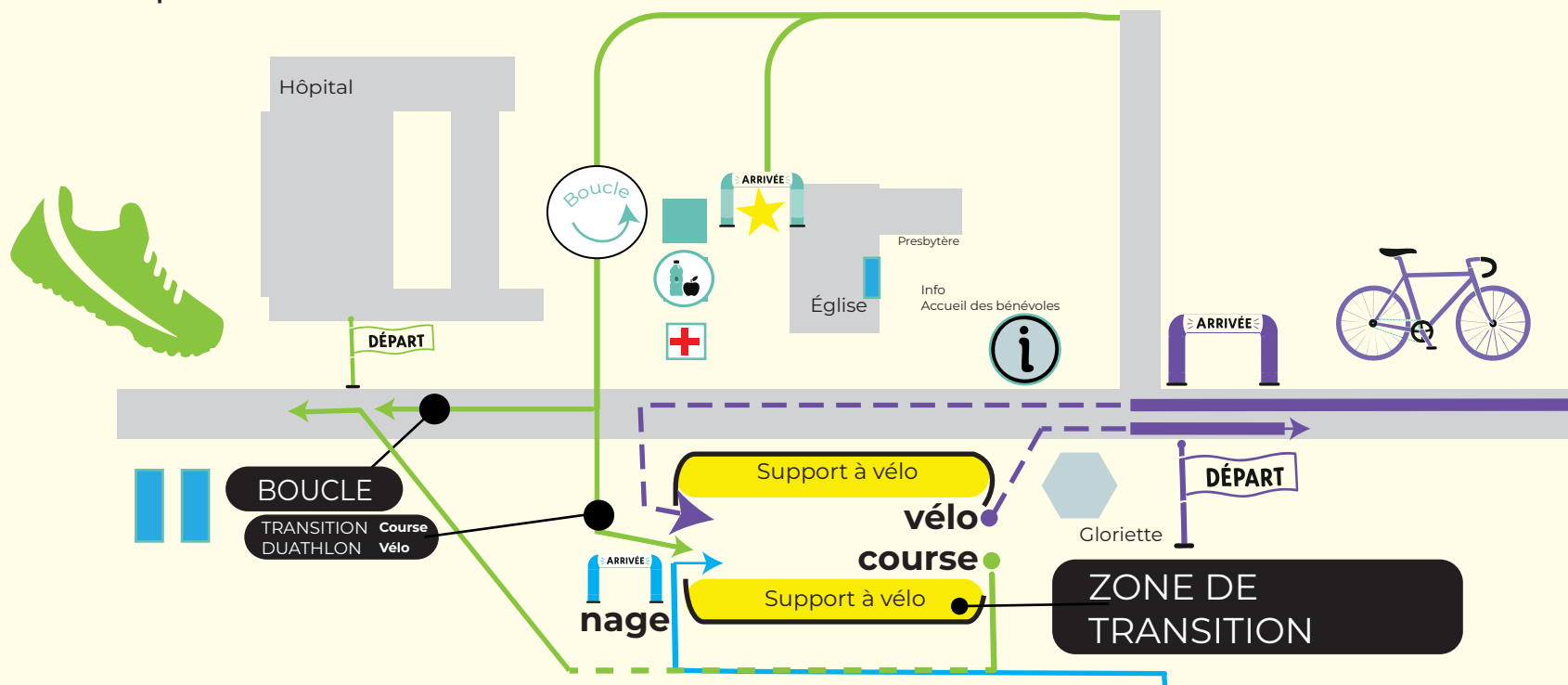
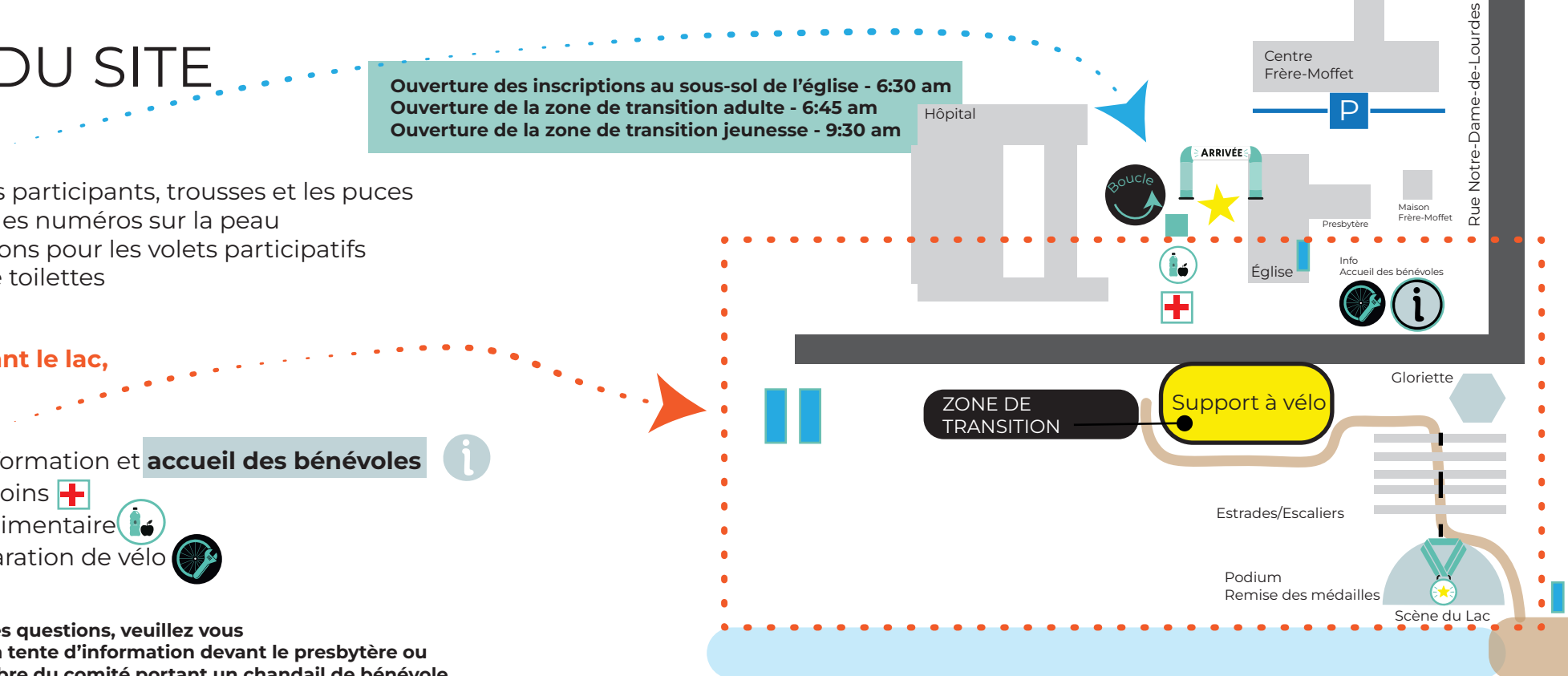
Sur le site, devant le lac,
vous trouverez:

1. Toilettes
2. Tente d'information et **accueil des bénévoles**
3. Premiers soins
4. Kiosque alimentaire
5. Stand réparation de vélo



Pour toutes questions, veuillez vous référer à la tente d'information devant le presbytère ou à un membre du comité portant un chandail de bénévole.

Ouverture des inscriptions au sous-sol de l'église - 6:30 am
Ouverture de la zone de transition adulte - 6:45 am
Ouverture de la zone de transition jeunesse - 9:30 am



NATATION



Selon les règlements de Triathlon Québec, le port de la combinaison isothermique (wetsuit) est obligatoire lorsque la température de l'eau est égale ou inférieure à 15,9 °C.

TRIATHLON QUÉBEC

Catégories	Distances (mètres)	Boucles
Triathlon olympique	1500m	2 X 750m
Triathlon Sprint	750m	1 X 750m
Triathlon initiation	375m	1 X 375m

Partir vers la droite, près des rochers.

La combinaison isothermique est :

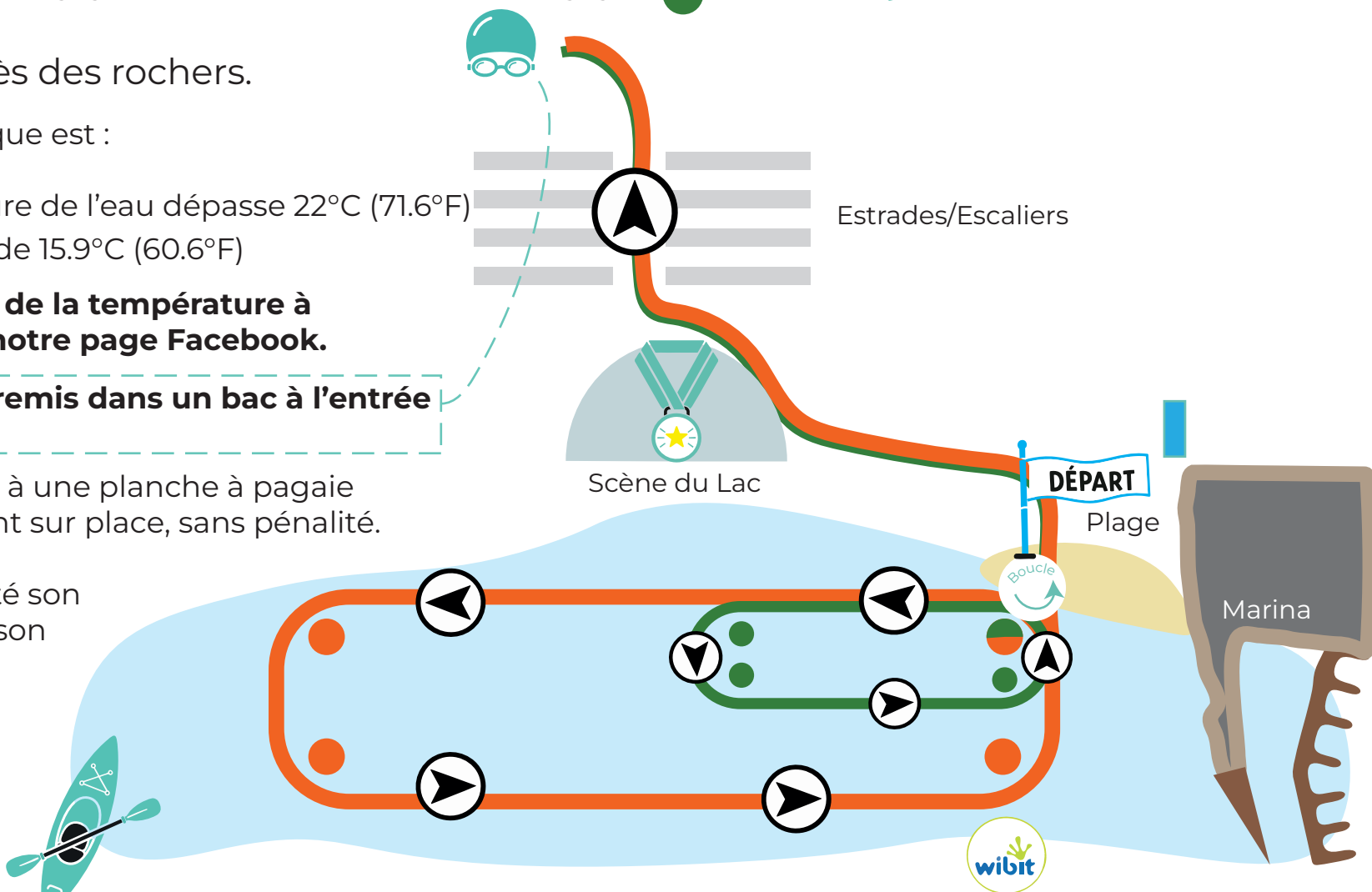
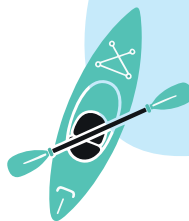
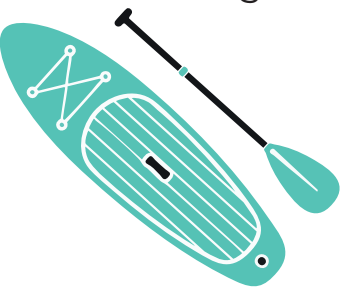
- **interdite** si la température de l'eau dépasse 22°C (71.6°F)
- **obligatoire** en-dessous de 15.9°C (60.6°F)

Surveillez notre affichage de la température à l'entrée de l'église et sur notre page Facebook.

Les casques doivent être remis dans un bac à l'entrée de la zone de transition

Il est permis de s'accrocher à une planche à pagaie ou un kayak en y demeurant sur place, sans pénalité.

L'athlète doit avoir complété son 1500m de nage en 1h10 ou son 750m de nage en 30 min.





L'athlète doit compter ses boucles et s'identifier au pointeur. Le port du casque est **obligatoire** et DOIT être bouclé en tout temps. Le torse doit être couvert.



Il faut se déplacer À CÔTÉ du vélo jusqu'à la ligne d'embarquement. À la transition pour mettre les deux pieds au sol avant la ligne de débarquement. Garder le casque jusqu'à ce que le vélo soit accorché au support de vélo.

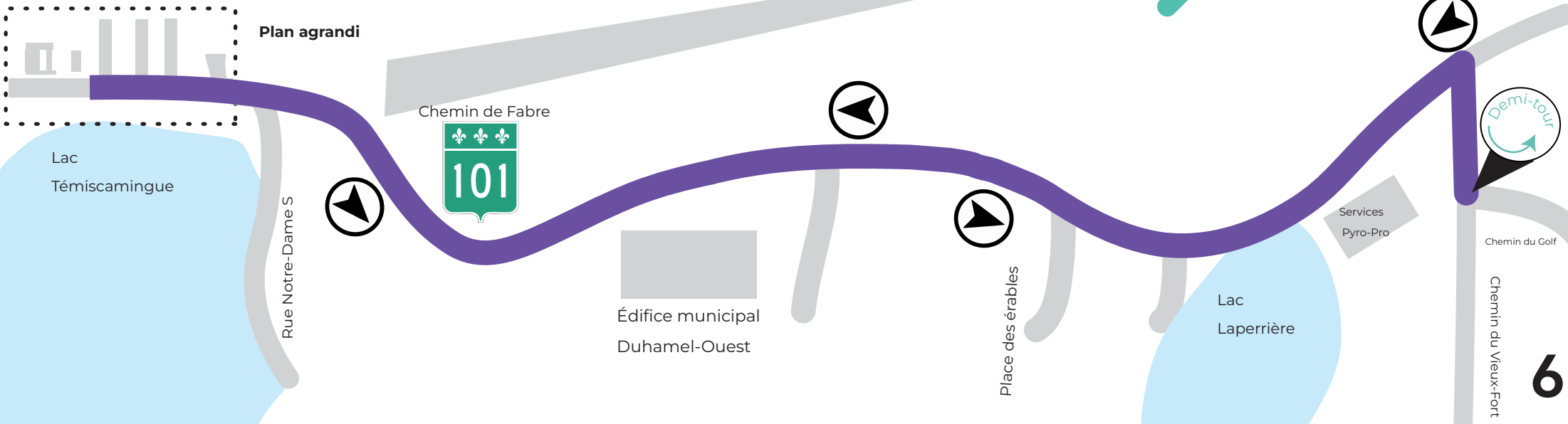
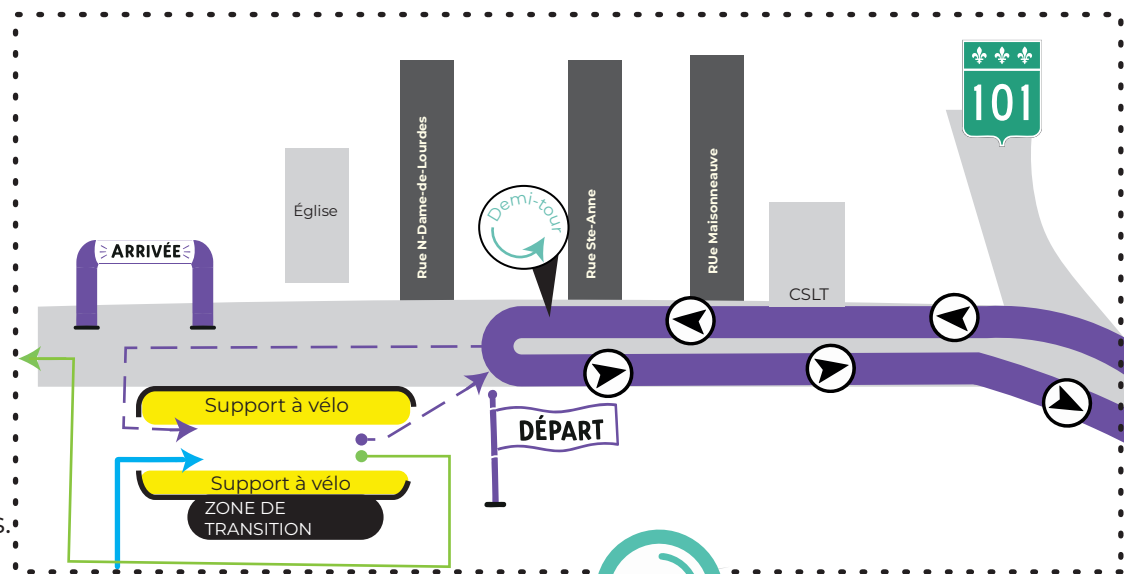
Catégories	Distances (KM)	Boucles
Triathlon olympique	40km	4
Triathlon Sprint	20km	2
Triathlon initiation	10km	1
Duathlon	20km	2

Transition nageur/cycliste : le cycliste prêt, portant son casque bouclé, doit attendre de recevoir la puce avant de décrocher son vélo.

Transition cycliste/coureur : le cycliste doit accorcher son vélo AVANT de donner la puce au coureur.

L'athlète doit avoir complété son vélo dès 11:00 pour poursuivre, sinon il sera disqualifié.
Le temps alloué pour le triathlon complet est maximum quatre(4) heures.

Le sillonnage est interdit en tout temps.



COURSE



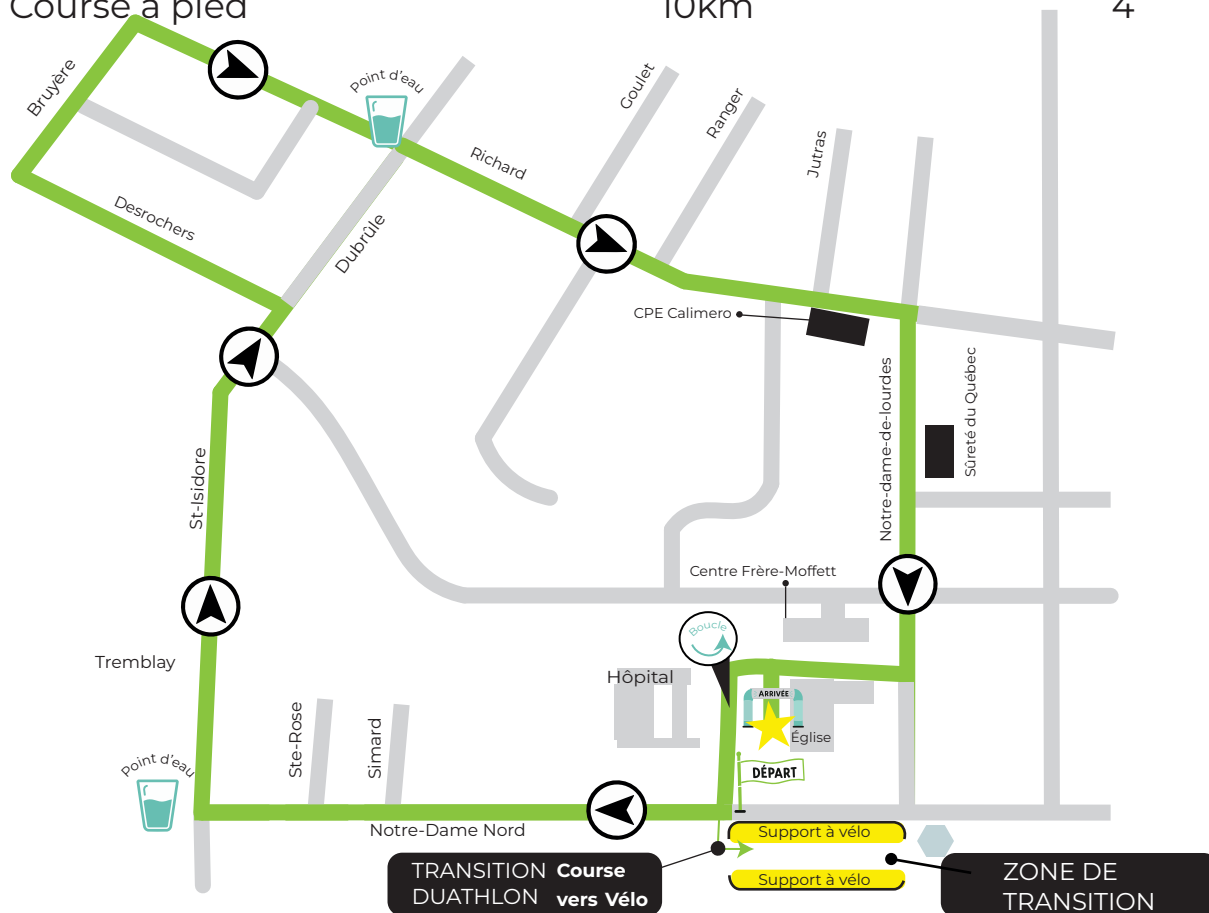
Catégories	Distances (KM)	Boucles
Triathlon olympique	10km	4
Triathlon Sprint	5km	2
Triathlon initiation	2.5km	1
Duathlon - 1ère course	5km	2
Duathlon - 2e course	2.5km	1
Course à pied	10km	4

Tenue : le torse doit être couvert.
Aucun écouteur accepté. Le coureur doit compter ses boucles.

Le temps limite est de 4h total est imposé pour compléter vos épreuves. Après ce délai, un officiel ira vous signaler la fin de la course.

Après la course,

La puce de chronométrage sera reprise à l'arrivée. Un montant de 50\$ sera exigé pour une puce manquante. Les résultats seront disponibles à la tente d'information. Une cérémonie de remise des médailles aura lieu entre 12:00 et 12:30 .



L'athlète doit avoir complété sa catégorie pour midi.

Course à pied 10 km

- **Seuls les coureurs sont admis**
- Les coureurs sont priés de remettre leur puce aux organisateurs à leur arrivée.
- Les résultats seront affichés à la tente d'information.

Plan de contingence en cas d'annulation de l'événement ou en cas d'annulation du volet « nage »

1. Application du plan de contingence

Le présent plan de contingence s'applique dans le cas où l'organisation serait dans l'obligation d'annuler, soit l'événement, ou le volet « nage » pour des raisons hors de son contrôle (ex. : vents supérieur à 25 km/h, rues fermées, incendies, qualité de l'air, mauvaise qualité de l'eau, mesures de santé publique, etc.).

2. Politique de remboursement

La politique de remboursement s'applique dans le cas d'une annulation complète de l'événement. Les frais de la plate-forme d'inscription MS-1 ainsi que les frais de Triathlon Québec ne sont pas remboursables. Concernant les frais d'inscription du Triathlon de Ville-Marie, trois choix d'offrent aux participants :

- Don à l'organisation
- Remboursement des frais d'inscription
- Report de l'inscription sans frais l'année suivante

L'organisation communiquera alors avec les participants inscrits par courriel afin de savoir ce qu'ils préfèrent.

3. Politique d'approvisionnement

En cas d'annulation complète de l'événement, l'organisation convient de conserver toute fourniture achetée en vue de l'événement pour l'organisation de l'événement l'année suivante. De façon générale, l'organisation doit s'assurer de limiter le plus possible les clauses contractuelles qui engagent des sommes non remboursables avant la tenue de l'événement.

4. Politique concernant les commanditaires

En cas d'annulation de l'événement, pour les commanditaires ayant déjà confirmé leur engagement financier, la visibilité offerte en échange de la commandite sera honorée à l'édition suivante.

5. Saine gestion financière

L'organisation bénéficie d'un compte d'épargne et convient de maintenir le solde à un minimum de 6 000\$ afin de pouvoir pallier les frais engagés en cas d'annulation de l'événement.

6. Protocole en cas d'annulation du volet « nage » seulement

L'organisation convient d'adopter la démarche suivante :

1. Décider de l'application du plan de contingence, le matin de l'événement, par les membres du comité organisateur
2. Publier l'information sur Facebook (Dominique Fortin)
3. Informer les participants lors de la récupération de leur puce (Noémie Ash)
4. Informer les participants à la tente d'information (Steffie Chartier)
5. Effectuer les rencontres d'information pré-départ (Tiffany Turgeon)

JEUNESSES : La portion nage n'est pas remplacée.

Les départs se feront tout de même à la plage.

Les participants se rendront donc directement à leur zone de transition pour débiter le vélo, puis effectuer la course.



TRIATHLON DEVIENT DUATHLON

En cas d'annulation du volet « nage », chaque catégorie est convertie selon des distances précises.

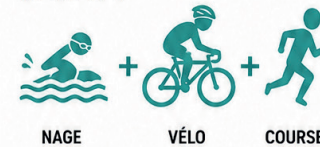
CATÉGORIE TRIATHLON



CONVERTIE EN DUATHLON

SPRINT

(16 ans et +)



NAGE

VÉLO

COURSE

DUATHLON SPRINT



5 km

20 km

2.5 km

OLYMPIQUE

(18 ans et +)



NAGE

VÉLO

COURSE

DUATHLON OLYMPIQUE



10 km

40 km

5 km

INITIATION

(12 ans et +)

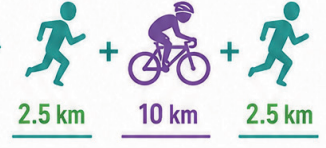


NAGE

VÉLO

COURSE

DUATHLON INITIATION



2.5 km

10 km

2.5 km

Cette conversion remplace uniquement la portion NAGE.

Les départs se feront devant l'église.