

TRI'60

La Bernerie
-en-Retz (44)



Du mardi 17
au dimanche 22
Mai 2022

6 TRIATHLÈTES DE + 60 ANS
pour battre le record 2021

36 TRIATHLONS DISTANCE
OLYMPIQUE
en moins de 100 heures !



1500 M 40 KMS 10 KMS



Venez les ENCOURAGER,
les SOUTENIR,
ACCOMPAGNEZ un ATHLETE
sur la COURSE À PIED
Inscription sur place uniquement
Infos sur Facebook TRI 60

Retrouvez nous sur notre site
www.associaton-fabrice.com



DEFI RÉALISÉ au profit de

L'ASSOCIATION
FABRICE (St Viaud)

pour le financement de recherches
sur les pathologies cardiaques liées
à la pratique du sport.

60' TRIATHLON



1500 M



40 KMS



L'Épreuve TRI60

- Le premier triathlète demarrera à 10h et ensuite toutes les 5 minutes jusqu'au dernier.
- La transition vélo se fera sur l'esplanade dès la sortie de l'eau
- Le parcours vélo de 40 kms sera effectué sur terrain plat, en arrière pays
- La transition course à pied se fera sur le camp de base
- L'arrivée de l'épreuve, chaque jour, sera située au camp de base «camping de la Golette».

Le Record

Il s'agit de battre le Record de 97h !! Sur 36 triathlons de distance M (1,5 kms natation, 40 kms vélo, 10 kms course à pied)

La Réglementation

En cas de blessure empêchant un concurrent de prendre le départ, le dit remplaçant (le 7^{ème} athlète) prendra la place de l'athlète en arrêt.

NOUVEAU

Pour les athlètes de plus de 30 ans !
Sur 36 triathlons de distance M
(1,5 kms natation, 40 kms vélo,
10 kms course à pied)
Venez réaliser votre propre record.



Structures & Couleurs
DU SUD OUEST

David Delatouche
ARTISAN PEINTRE

- Peinture d'intérieur
- Produits d'entretien
- Revêtements muraux
- Revêtements sols
- Traitements et peintures d'extérieur
- Cloisons sèches

06 75 80 99 23

structurescouleurs@gmail.com
La Chapelle, M. 44320 France

DiFUP

DÉCOLLAGE IMMÉDIAT EN FORMATION

33 GUJAN-MESTRAS



Curriculum Vitae de nos athlètes



Alex
VENNEVAULT

Alex VENNEVAULT - 66 ans
Champion du Monde 2021 en Ironman !
 en 10h27 et Champion de France dans sa
 catégorie ...
 33 années de triathlon, 28 Ironman dont
 trois fois qualifié pour les championnats
 du monde à Hawaï. Trois fois champion
 de France en groupe d'âge, champion
 d'Europe ITU en 2013..... Autant dire
 que c'est notre champion, celui qui va
 nous aider à assurer la performance.



Manu
PERAL

Manuel PERAL - 66 ans
 Tout d'abord la course à pied depuis 40
 ans avec une multitude de courses, une
 dizaine de marathons dont New York
 en 3h28 et de trails (Vulcain, St Jean de
 Bruel, Ultra marin). Arrivé au triathlon
 en 2009, il les enchaîne et finit l'Ironman
 de Barcelone en 2016 en 11h05 puis Ma-
 drid et l'Italie.



Bruno
ANTOINE

Bruno ANTOINE - 63 ans
 Coureur aguerri avec des courses toutes
 plus incroyables dont 2 fois l'UTMB, les
 raids-du Golf, le Trail des Vulcains mais
 aussi 10 Ironman à son palmarès.



Jacky THOMAS - 65 ans

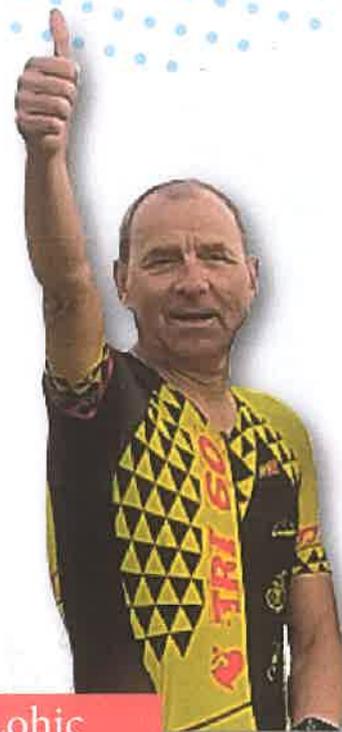
C'est un touche-à-tout du sport. Au cours de sa vie de sportif il a été successivement licencié en : football, karaté, tennis, équitation, et Triathlon. Le Triathlon est une discipline qu'il a découverte à 56 ans après avoir réalisé une dizaine de marathons Paris, la Rochelle.... Apprendre à nager à 56 ans pour faire son premier Ironman en 2017 à 61 ans (Barcelone 12h32) et Roth en 2018 .



Jacky THOMAS

Lohic LUCAS - 62 ans

Après 20 années de football Lohic s'est mis à la course à pied : 15 marathons à son actif et un meilleur temps à 3h05 c'est vous dire le niveau ! Meilleure performance sur 10 kms en 35 minutes ! De nombreux trails et du triathlon depuis 10 ans dont l'Ironman de Barcelone en 2016 en 12h15. Et Barcelone de nouveau en 2021



Lohic LUCAS

Christophe LAMBERT - 61 ans

Le plus jeune.
Ce fut d'abord la passion du football puis de la course à pied : 30 marathons à son actif dont les plus célèbres internationaux de New York (en 3h23) Berlin, Londres Rotterdam Paris..... il se consacre depuis 2004 au triathlon et a réalisé l'Ironman de Barcelone en 2016 en 11h55 et quantité de distances régionales.



Christophe LAMBERT



60' TRIATHLON



1500 M



40 KMS



10 KMS



LA BERNERIE-EN-REZ (44)

DU MARDI 17 AU DIMANCHE 22
MAI 2022

DÉCRIPTION DU DÉFI

6 triathlètes
de plus de 60 ans
ont pour objectif de battre le
Record 2021
Chacun réalisera 1 triathlon par
jour (distance M*)
sur une durée de
6 jours

La somme des temps
des 6 triathlètes
devra battre le record
en moins de

97 heures 13min 33sec !!

Boulangerie CHAPOVALOFF



La Bernerie En Retz

* 1500 m de natation, 40 kms de vélo, 10 km de CAP

60' TRIATHLON



La cause

Les grands sportifs sont quelque fois sujets à des arrêts cardiaques incompris. Pour ce faire nous nous sommes mobilisés pour soutenir l'Association « Fabrice » afin de participer à la recherche sur les Pathologies Cardiaques liées à la pratique du sport.

ASSOCIATION FABRICE

06 88 59 05 42

association.fabrice@orange.fr

www.association-fabrice.com

DEFI RÉALISÉ au profit de
**L'ASSOCIATION
FABRICE (St Viaud)**
pour le financement de recherches
sur les pathologies cardiaques liées
à la pratique du sport.

Carrefour
city



La Bernerie En Retz

B.HOME.B
I M M O B I L I E R

La Bernerie En Retz

LA BERNERIE EN RETZ

Le site

La Bernerie-en-Rez

Le camp de base se situera sur le site du «Camping de la Goelette» à La Bernerie-en-Retz placé idéalement face mer et proposant une situation idéale pour les triathlètes, les accompagnants, le public.

Nous aurons la chance de réunir des partenaires et du matériel en lien avec le bien être et le sport.

- Masseur
- Jacuzzi
- Plan de suivi via une diététicienne
- Matériel de relaxation et récupération musculaire
- Barnum

Les partenaires sur le site

Ainsi seront à notre disposition sous un barnum :

- Les acteurs de la restauration (locaux)
- Une école de diététique en formation (ENH)
- Un pole masseur / ostéo (école)
- Un Jacuzzi à disposition des athlètes
- Du matériel de relaxation et récupération musculaire
- Un pole dédié à l'Association « Fabrice »
- Un pole « Arbitrage » et « coaching personnalisé »

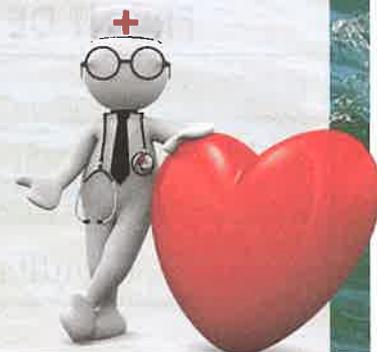
COUP'TIF



La Bernerie En Retz



Pornic



60' TRIATHLON

CAMPING
de la Goélette



PLAN D'EAU
DE MER



LA MER

RESTAURATION

JACUZZI

MASSAGE

OSTHEPATHE

DIÉTETIQUE

SPONSORS



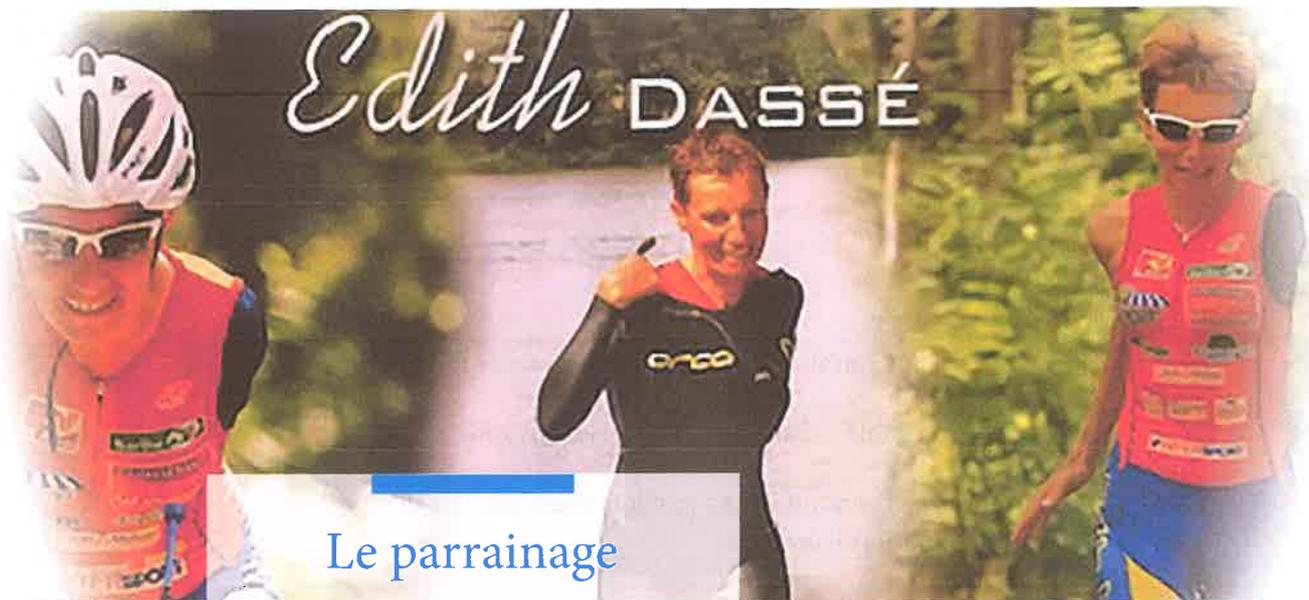
ENTRÉE DU CAMPING

FRONT DE MER

TerraNOVA
Ecoufflant

INTERSPORT
PORNIC Centre commercial
Le Chaudron

Edith DASSÉ



Le parrainage

Edith DASSÉ
Marraine du 60' Triathlon
participera au challenge
féminin venez la soutenir.

SON PALMARES

- Championne de France
Challenge Handisport 2009
- Championne d'Europe
Duathlon 2009 (Budapest)
- Championne du Monde
Duathlon 2008 (Rimini)
- Championne du Monde
Triathlon Handisport 2008
(Vancouver)
- Championne du Monde
Triathlon Handisport 2007
(Hambourg)
- Championne de France
Triathlon Handisport 2007
(Bourges)

60' TRIATHLON



DECATHLON

Pornic

Grand Litier

L'ADRESSE DE VOTRE BIEN-ÊTRE

Pornic

60' TRIATHLON

Votre participation sportive

Les accompagnants grand public

Nous proposons au public de venir nous accompagner sur la course à pied.

Il sera ainsi possible d'accompagner le triathlète de votre choix.

Chacun est libre du montant de sa participation par un don volontaire à l'association Fabrice.

• Si vous voulez faire un triathlon M en accompagnant un concurrent vous en avez la possibilité jusqu'à 3 triathlètes par concurrent, le drafting sera autorisé, participation de 25 euros pour l'association Fabrice.

• Si vous voulez rouler avec un concurrent, inscrivez-vous jusqu'à concurrence de 4 participants, le drafting sera autorisé, votre participation pour l'association sera un don volontaire.

• Si vous voulez courir avec un concurrent, inscrivez-vous jusqu'à concurrence de 10 participants, votre participation pour l'association Fabrice sera un don volontaire.

Rairies
Montrieux
TERRE D'ORIGINE
BÂTIR DURABLEMENT
Les Rairies

Espace
Cycles
53
Azé

BESNARD
Convoyage • Caibrage • Triège
Bazouges Sur Loir

Entretien
SERVICE IMPRIMERIE

Négoce et Maintenance de machines
d'imprimerie

Sautron



JACKY THOMAS

06 63 17 99 36

jackythomas.perso@gmail.com

ASSOCIATION FABRICE

06 88 59 05 42

association.fabrice@orange.fr

Le parcours La Bernerie-en-Retz (tous les jours)



La natation - 1.500m

Allure moyenne : 1mn50sec au 100m
L'épreuve de natation aura lieu dans le plan d'eau salée de La Bernerie-en-Retz. Ainsi nous ne dépendrons pas des marées puisque le plan d'eau est accessible en continu.



Le vélo - 40 km

Allure moyenne : 32 km/h
Le circuit réalisé empreinte au maximum des routes secondaires afin de garantir la sécurité routière, évitant ainsi les grands axes.

Nous partirons sur les routes de campagne en direction du Clion-sur-Mer - Arthon-en-Retz - St Hilaire-de-Chaléons - Bourgneuf-en-Retz - Les Moutiers-en-Retz et retour au camp de base «camping La Goelette», à La Bernerie-en-Retz.

La course à pied - 10 km

Allure moyenne : 5mn30 au km
Le circuit de course à pied se déroulera au départ du camp de base pour un parcours le long de la plage entre La Bernerie-en-Retz et Les Moutiers-en-Retz, sur le remblais. Idéal pour les personnes qui viendront faire un relais avec les triathlètes





— VENEZ COURIR à La Bernerie-en-Retz

Premier Départ tous les matins du 17 au 22 MAI 2022
inscriptions sur place



WATERWAVE SPAS®
//
SPA - SAUNA - PISCINE EN BOIS
BAIN NORDIQUE
02 97 42 32 99



millimètre
Ebénisterie d'agencement
Nantes



Sabrinalucas

CONCEPTION D'ŒUVRES & GALERIE D'ART

Nantes

JACKY THOMAS

06 63 17 99 36

jackythomas.perso@gmail.com

Facebook : TRI60

ASSOCIATION FABRICE

06 88 59 05 42

association.fabrice@orange.fr