

CHALLENGE VIEUX BOUCAU · 4^E ÉDITION

GUIDE DE L'ATHLÈTE

ATHLETE GUIDE

10 & 11 OCTOBRE 2026

October 10–11, 2026 · Vieux-Boucau-les-Bains, Landes

MIDDLE (L)

SAMEDI / SATURDAY

OLYMPIQUE (M)

DIMANCHE / SUNDAY

SPRINT (S)

DIMANCHE / SUNDAY

KIDS

SAMEDI / SATURDAY



CHALLENGE
VIEUX BOUCAU



www.challenge-vieuxboucau.com

01 LE MOT DU DIRECTEUR

WELCOME

Chers amis sportifs,

Bienvenue dans la grande famille de Challenge Vieux Boucau !

Depuis quatre ans, notre rendez-vous landais réunit sur une même ligne de départ des athlètes professionnels de renom et des triathlètes amateurs venus relever leur propre défi.

Ici, chacun trouve sa place. Peu importe le chrono ou l'expérience, ce qui compte, c'est l'envie de partager un moment unique autour du sport et du dépassement de soi.

Challenge, c'est aussi une affaire de familles : celles qui encouragent au bord du parcours, celles qui s'impliquent comme bénévoles, et celles qui choisissent de vivre ensemble cette aventure sportive et humaine. À Vieux Boucau, la chaleur du public et la générosité des habitants créent une ambiance incomparable, où chaque sourire et chaque applaudissement portent les athlètes jusqu'à la ligne d'arrivée.

Que vous soyez pro en quête de performance ou amateur en quête d'émotions, ce triathlon est le vôtre. C'est cette diversité, ce mélange d'expériences et de parcours, qui fait la richesse et la beauté de notre événement.

Merci de partager avec nous cette 4e édition. Ensemble, écrivons une nouvelle page d'efforts, de joie et de dépassement.

Bonne course à toutes et à tous, et souvenez-vous : chaque athlète est un champion.

Clément Besse

Directeur de course



02 INTRODUCTION

INTRODUCTION

FR

Ce livret athlète contient des informations très importantes pour la préparation de votre course. Les parties les plus essentielles sont :

- le programme ;
- les barrières horaires ;
- le processus de retrait des dossards (n'oubliez surtout pas une pièce d'identité et la licence ou la licence expérience
- le règlement de l'épreuve.

Si vous participez en relais, les informations contenues dans ce livret concernent également votre équipe et vous-même.

La lecture de ce livret est fortement recommandée, car il fait office de briefing de course. Il vous fournit les dernières informations sur le parcours, le règlement et les consignes importantes.

EN

This Athlete Guide contains very important information regarding the preparation for your race. The most important parts are:

- the programme;
- cut-off times;
- the registration process (please do NOT forget your legal identification and the licence experience
- the rules and regulations.

If you are competing in the relay, the information in this guide also applies to you and your team.

Reading this guide is strongly advised, as it also serves as the race briefing. It provides the latest information on the course, rules and regulations.

URGENCE • EMERGENCY

Numéro d'urgence le jour de la course / Emergency number on race day :

+336 73 48 6931

HORAIRES COMPLETS • FULL TIMETABLE

Retrouvez le programme complet sur / For the full event timetable, please visit

www.challenge-vieuxboucau.com

SOMMAIRE / CONTENTS

03 Programme 4

04 Retrait des dossards 5

05 Licence & Pass Compétition 7

06 Parc à vélo & check-in 8

07 Checklist athlète 10

08 Règlement & drafting 11

09 Barrières horaires 12

10 Natation 13

11 Parcours vélo 15

12 Ravitaillements 18

13 Règles vélo 19

14 Transition 20

15 Course à pied 21

16 Parcours Kids 22

17 Site de course & services 23

18 Après course 24

19 Partenaires 25

03 PROGRAMME

SCHEDULE

Lieu/Venue : **Fronton de Vieux Boucau** ·

Dates : vendredi 9, samedi 10 & dimanche 11 octobre 2026 / Friday 9, Saturday 10 & Sunday 11, October 2026

HEURE / TIME	PROGRAMME	SCHEDULE
VENDREDI 9 OCTOBRE · FRIDAY, OCTOBER 9		
10h00	4KM POWERBAR – Village de course	4KM POWERBAR – Race village
15h00– 20h00	Ouverture du retrait des dossards – Village de course	Bib pick-up opens – Race village
18h30	Présentation des athlètes élités – Village de course	Elite athletes presentation – Race village
SAMEDI 10 OCTOBRE · SATURDAY, OCTOBER 10 — TRIATHLON MIDDLE (L)		
10h00	Départ de la distance L (Middle)	Start of the L distance (Middle)
19h00	Course enfants (Kids)	Kids race
19h45	Remise des prix de la distance L (Middle) – Arènes	Award ceremony, Middle distance – Arènes
DIMANCHE 11 OCTOBRE · SUNDAY, OCTOBER 11 — TRIATHLONS M & S		
09h00	Départ de la distance Olympique (M)	Start of the Olympic distance (M)
13h00	Remise des prix de la distance Olympique	Award ceremony, Olympic distance
15h00	Départ du Sprint (S)	Start of the Sprint distance (S)
17h00	Remise des prix du Sprint	Award ceremony, Sprint distance
OUVERTURE DU PARC À VÉLO / BIKE PARK OPENING		
JOUR / DAY	HORAIRES / HOURS	ÉPREUVE / RACE
Samedi 10 octobre / Saturday, October 10	08h00 – 09h45	Middle (L)
Dimanche 11 octobre / Sunday, October 11	07h30 – 08h45	Olympique (M) / Olympic
	13h00 – 14h45	Sprint (S)

04 RETRAIT DES DOSSARDS

ATHLETE REGISTRATION

JOUR / DAY	HORAIRES / HOURS	ÉPREUVES CONCERNÉES / RACES
Vendredi 9 octobre Friday, October 9	15h00 – 20h00	Toutes les épreuves All races
Samedi 10 octobre Saturday, October 10	À partir de 07h30 – 10h00	Triathlon L (Middle) L Triathlon (Middle) – from 7:30 AM
	15h00 – 19h00	Kids et épreuves du dimanche : Triathlon M (Olympique), Triathlon S (Sprint) Kids and Sunday races: M (Olympic) and S (Sprint)
Dimanche 11 octobre Sunday, October 11	07h00 – 08h15	Triathlon M (Olympique) M Triathlon (Olympic)
	12h30 – 14h15	Triathlon S (Sprint) S Triathlon (Sprint)

FR

Lieu : village de course, près des arènes.

N'oubliez pas d'apporter une **pièce d'identité**, l'**e-mail de confirmation (QR code)** ainsi que votre **licence de triathlon** ou votre **Licence expérience** pour la validation. Vos informations d'inscription seront vérifiées et vous recevrez une enveloppe contenant tout le nécessaire pour la course. Si vous ne pouvez pas présenter de licence de triathlon lors de l'enregistrement, une licence j'expérience devra être achetée auprès de la Fédération Française de Triathlon : **FFTRI**.

Trois sacs vous seront également remis pour les transitions.

EN

Location: race village, next to the town bullring (Arènes). Don't forget to bring your **personal identification**, **confirmation email (QR code)** and **the licence experience** for validation purposes.

Your entry information will be checked and you will receive everything you need for racing in an envelope. If you cannot provide a valid FFTRI Competition licence or your Licence Expérience during registration, a day licence must be purchased from the French Triathlon Federation: **FFTRI**.

You will also be given 3 bags to be used during transitions.



CE QUE VOUS ALLEZ RECEVOIR / YOUR RACE KIT

FR

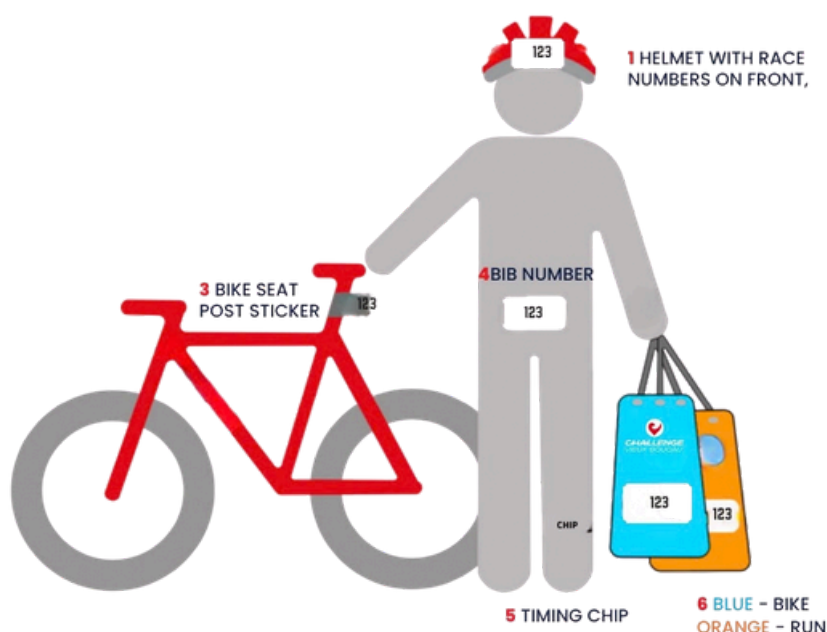
- A. Dossard : sur une ceinture porte-dossard pendant la course 3 points (nous ne donnons pas d'épingle !)
- B. Étiquette de tige de selle : à fixer sous la selle de votre vélo.
- C. Autocollants casque : à coller à l'avant de votre casque.
- D. Bonnet de natation : à porter pendant la natation.
- E. Deux sacs de transition : **BLEU** après la natation (tenue vélo) · **ORANGE** après le vélo (tenue course à pied).
- F. Tatouage : à porter pendant toute la course.
- G. Puce de chronométrage : à porter à la cheville gauche.
- H. Un sac. **VERT** pour la consigne

EN

- A. Race bib, worn on your chest or race belt during the race (3 holes)
- B. Saddle stem label, placed under the saddle of your bike.
- C. Helmet number stickers, stuck on the front of your helmet.
- D. Swim cap, worn during the swim.
- E. Two transition bags: **BLUE** after swim (bike outfit) · **ORANGE** after bike (run outfit).
- F. Tattoo, worn during the race.
- G. Timing chip, worn on the left ankle.
- H. **GREEN** Bag for after race

H. Matériel officiel uniquement. Seuls le bonnet officiel, le dossard et les autocollants fournis doivent être utilisés ; tout autre matériel entraîne une disqualification (DSQ). Vérifiez que tous les éléments sont présents et que votre nom est correct ; en cas d'erreur, signalez-le au stand d'enregistrement. En cas d'oubli ou de perte de votre puce ou bonnet, un modèle de secours est disponible dans la zone de départ.

Only the official swim cap, bib and stickers may be used – other equipment is punished by DSQ. Check that all items are present and your name is correct; report any error at the registration desk. Lost or forgotten chip or cap: backups are available at the start area.



05 LICENCE & LICENCE EXPERIENCE

LICENCE & LICENCE EXPERIENCE

FR

La licence expérience est un titre de participation temporaire délivré par la Fédération Française de Triathlon (FFTRI). Il permet de participer à une épreuve agréée FFTRI sans être licencié à l'année dans un club.

CAS 1 — PAS BESOIN DE LICENCE EXPERIENCE

- Licenciés FFTRI Compétition : déjà couverts.

CAS 2 — LICENCE EXPERIENCE OBLIGATOIRE

- Licenciés FFTRI Loisir.
- Licenciés d'autres fédérations sportives françaises (FFA, FFN, FFC, etc.).
- Participants non licenciés.

CAS 3 — LICENCES ÉTRANGÈRES

- Les licenciés étrangers issus des fédérations reconnues par World Triathlon / ETU doivent également souscrire la licence expérience.
- Pass gratuit pour les licenciés (accords bilatéraux) pour : Allemagne, Angleterre, Belgique, Espagne, Italie, Luxembourg, Norvège*, Pays-Bas, Portugal, République tchèque*, Suède*, Suisse, Tahiti.

EN

The Licence experience is a temporary participation permit issued by the French Triathlon Federation (FFTRI). It allows athletes to take part in an FFTRI-approved event without holding a full annual club licence.

CASE 1 — NO PASS REQUIRED

- FFTRI Competition licence holders: already covered.

CASE 2 — PASS REQUIRED

- FFTRI Leisure licence holders.
- Holders of licences from other French sports federations (athletics, swimming, cycling, etc.).
- Non-licensed athletes.

CASE 3 — FOREIGN LICENCES

- Foreign athletes licensed under federations recognised by World Triathlon / ETU must also take out a Competition Pass.
- Free pass (bilateral agreements) for: Germany, England, Belgium, Spain, Italy, Luxembourg, Norway*, Netherlands, Portugal, Czech Republic*, Sweden*, Switzerland, Tahiti.

EN RÉSUMÉ / IN SHORT

SITUATION	PASS COMPÉTITION
Licence FFTRI Compétition / FFTRI Competition licence	PAS DE PASS · NO PASS
FFTRI Loisir, autres fédérations, non licenciés / FFTRI Leisure, other federations, non-licensed	OBLIGATOIRE · REQUIRED
Licenciés étrangers des pays listés / Foreign athletes from listed countries	GRATUIT · FREE
Tous les autres étrangers / All other foreign athletes	PAYANT · PAID

👉 Souscrire licence expérience / Get your pass : espacetri.fftri.com — Licence experience

Déposer votre licence sur ACTIVE

Licence annuelle, licence expérience : une fois inscrit, déposez votre justificatif en quelques minutes depuis votre espace MyEvents.

La marche à suivre

1

Connectez-vous sur MyEvents

Rendez-vous sur myevents.active.com avec l'adresse e-mail et le mot de passe utilisés lors de votre inscription.

2

Retrouvez votre inscription

Notre événement apparaît dans la liste de vos inscriptions.

3

Cliquez sur « Upload documents »

C'est le bouton «Télécharger des documents ».

4

Sélectionnez le fichier de votre licence

Depuis votre ordinateur ou directement depuis votre téléphone.

Important : format et taille du fichier

Formats acceptés : PDF, JPG, PNG, GIF, HEIF, HEIC ou AVCI, moins de 3 Mo. Fichier trop lourd ? Une photo nette de votre licence prise avec votre téléphone suffit généralement.

Suivre le statut de votre document

Pending

En attente. Votre document a bien été reçu et l'organisation est en train de le vérifier.

Confirmed / Approved

Validé. Votre document est accepté, tout est en ordre.

Un souci ? Si le bouton « Upload documents » n'apparaît pas ou si vous rencontrez une difficulté, contactez-nous en répondant directement à l'e-mail de confirmation de votre inscription.

Upload your licence on ACTIVE

Annual licence, licence experience : once you are registered, upload your document in a few minutes from your MyEvents account.

Step by step

1

Sign in to MyEvents

Go to myevents.active.com using the email address and password you chose when you registered.

2

Find your registration

Our event appears in your list of registrations.

3

Click “Upload documents”

The button sits next to your registration details.

4

Select your licence file

From your computer or straight from your phone.

Important: file format and size

Accepted formats: PDF, JPG, PNG, GIF, HEIF, HEIC or AVCI, under 3 MB. File too large? A clear photo of your licence taken with your phone is usually enough.

Track your document's status

Pending

Under review. Your document has been received and the organisers are checking it.

Confirmed / Approved

Approved. Your document has been accepted, you're all set.

Need help? If the “Upload documents” button doesn't appear or you run into any trouble, contact us by replying directly to your registration confirmation email.

06 PARC À VÉLO & CHECK-IN

BIKE PARK & CHECK-IN

FR

1. RETRAIT DU DOSSARD OBLIGATOIRE EN PREMIER

Avant toute chose, vous devez retirer votre dossard au village de course (voir horaires). **Sans dossard, l'accès au parc à vélo est interdit.**

2. DÉPÔT AU PARC T1

Le matin de la course, présentez-vous à T1 avec :

- ☐ votre vélo ;
- ☐ votre dossard ;
- ☐ votre casque (porté et attaché à l'entrée du parc) ;
- ☐ votre sac **BLEU** (vélo) contenant toutes vos affaires pour la partie cyclisme ;
- ☐ votre sac **ORANGE** (course à pied) contenant vos affaires pour la partie running.

CHECK-IN

Le check-in a lieu dans le parc à vélo situé sur le **Parking du Courant**. Les autocollants avec numéro de dossard doivent être collés à la fois sur le vélo et sur le casque. Tout le matériel vélo doit être placé dans le sac bleu, accroché au support numéroté attribué à l'athlète.

Le check-in ne sera pas autorisé si une partie de l'équipement est manquante. Le contrôle du vélo s'effectue à l'entrée du parc : votre vélo sera vérifié pour des raisons de sécurité et de conformité au règlement FFTRI.

EN

1. BIB COLLECTION — MANDATORY

Athletes must first collect their race bib at the race village (see schedule). No bib = no access to the transition area.

2. BIKE CHECK-IN — T1

On race morning (or the day before for L), check in at T1 with:

- ☐ bike;
- ☐ bib number;
- ☐ helmet (worn and fastened at entry);
- ☐ **BLUE** bag (bike gear);
- ☐ **ORANGE** bag (run gear).

CHECK-IN

Check-in takes place in the bike park located on the **Parking du Courant**. Bib number stickers must be applied to both the bike and the helmet. All cycling equipment must be placed inside the blue bag, hung on the athlete's assigned numbered rack.

Check-in will not be allowed if any part of the required equipment is missing. Bike inspection takes place at the bike park entrance, for safety and compliance with FFTRI rules.

AVANT LE CHECK-IN, VÉRIFIEZ QUE... / BEFORE CHECK-IN, MAKE SURE THAT...

FRANCAIS	ENGLISH
Votre vélo est en bon état technique (freins fonctionnels, aucun embout de guidon ouvert).	Your bike is in good technical condition (working brakes, no open handlebar ends).
L'étiquette de tige de selle est bien placée sous votre selle.	The saddle stem label is correctly placed under your saddle.
Vous portez votre casque, avec 1 autocollant portant votre numéro de dossard.	You are wearing your helmet with one bib-number sticker attached.
Vous portez votre dossard autour de la taille, avec 3 points d'attache obligatoires.	You are wearing your race bib around your waist, attached at 3 points.
Aucun équipement au sol : tout est rangé dans les sacs bleu ou orange, casque compris. Seuls les éléments fixés au vélo (chaussures, nutrition) sont autorisés.	No equipment on the ground: everything is stored in the blue or orange bags, helmet included. Only items attached to the bike (shoes, nutrition) are allowed.
Votre puce de chronométrage est à la cheville gauche.	Your timing chip is on your left ankle.

PUCES

Si vous abandonnez, informez dès que possible un membre de l'organisation (parcours, transition ou arrivée), impérativement avant de rentrer chez vous. **La restitution de la puce est obligatoire pour récupérer votre vélo.**

CHIPS

If you drop out, inform a staff member as soon as possible (course, transition or finish), and definitely before going home. **Returning your chip is mandatory to collect your bike.**

07 CHECKLIST ATHLÈTE

ATHLETE CHECKLIST

TRANSITION

- ☐ Horaires d'ouverture de la zone de transition (voir programme)
Transition area opening times (see schedule)
- ☐ Dossard obligatoire
Bib
- ☐ Nutrition à fixer sur votre vélo
Nutrition strapped / secured to your bike

NATATION • SWIM

- ☐ Bonnet debainfourni par l'organisation
Race-supplied swim cap
- ☐ Puce de chronométrage à la cheville gauche
Timing chip on left ankle
- ☐ Combinaison néoprène (si applicable)
Wetsuit (if applicable)
- ☐ Lunettes de natation
Goggles

VÉLO • BIKE — SAC BLEU / BLUE BAG (APRÈS
NATATION / AFTER SWIM)

- ☐ Étiquette de selle avec numéro
Bike seat post label
- ☐ Chaussures de vélo (sac ou fixées au vélo)
Bike shoes (in bag or clipped to bike)
- ☐ Casque (dans le sac)
Helmet (in bag)
- ☐ Lunettes de soleil, chaussettes, tenue
Sunglasses, socks, clothing
- Nutrition et boissons (sac ou vélo)
Nutrition & fluids (in bag or on bike)

COURSE À PIED • RUN — SAC ORANGE / ORANGE
BAG (APRÈS VÉLO / AFTER BIKE)

- ☐ Chaussures de course à pied
Running shoes
- ☐ Lunettes de soleil, casquette
Sunglasses, hat
- ☐ Chaussettes, tenue de course
Socks, clothing
- ☐ Nutrition et boissons
Nutrition & fluids
- Dossard obligatoire devant pour la course à pied
Race bib, worn on the front

CONSIGNE / BAG DROP

FR

Vous pourrez laisser un sac personnel numéroté à la consigne, contenant vos effets pour l'après-course, notamment des vêtements chauds.

Merci de ne pas y placer d'objets de valeur.

📍 Dépôt et récupération : zone près du parc à vélo.

EN

You can leave a numbered bag at the bag drop containing your post-race requirements and personal belongings, including warm clothing.

🚫 Please do not put any valuables into your race bags.

📍 Drop-off and collection: close to the bike park.

08 RÈGLEMENT

RULES

Les courses sont organisées selon les règles de la Fédération française de triathlon.

The races are organised according to the rules of the French Triathlon Federation (FFTRI).

FR

RÈGLES IMPORTANTES

- La participation se fait aux risques et périls du participant. Tous doivent respecter les Conditions Générales.
- Les arbitres peuvent disqualifier tout participant en cas de comportement inapproprié avant, pendant ou après la course.
- Les directeurs de course, officiels techniques et l'équipe médicale peuvent retirer un participant de la compétition pour sa propre sécurité.
- Vous devez respecter les consignes des arbitres (reconnaisables à leur tenue), sous peine de disqualification.

CELA INCLUT NOTAMMENT

- Trifonction fermée (pas de torse nu) au plus tard 200 m avant l'arrivée ;
- appareils de musique avec écouteurs interdits ;
- caméras embarquées (type GoPro) sur vélo ou casque interdits ;
- aucun accompagnateur à vélo sur les parcours vélo ou course à pied ;
- jeter des déchets hors des zones prévues entraîne une disqualification ;
- il est de la responsabilité de l'athlète de purger sa pénalité ;
- dossard interdit pendant la natation ;
- dossard obligatoire devant pendant la course à pied.

EN

IMPORTANT RULES

- Participation is at the participant's own risk. All participants must comply with the General Terms and Conditions.
- Referees may disqualify any participant for inappropriate behaviour before, during or after the race.
- Race directors, technical officials and the medical team may withdraw a participant for their own safety.
- You must follow the referees' instructions (recognisable by their official attire), under penalty of disqualification.

THIS INCLUDES, AMONG OTHERS

- Trisuit front closed (no barechest) no later than 200 m before the finish;
- no music devices with earphones;
- no action cameras (e.g. GoPro) on bike or helmet;
- no supporters accompanying you by bike on the bike or run course;
- throwing trash outside designated zones results in disqualification;
- serving a penalty is the athlete's responsibility;
- no bib during the swim;
- bib on the front is mandatory during the run.

DRAFTING — STRICTEMENT INTERDIT / STRICTLY FORBIDDEN

20 m

DISTANCE L · AGE GROUP

7 m

DISTANCES M & S ·
AGE GROUP

20 m

ATHLÈTES PRO /
PRO ATHLETES

25 s

MAX. POUR DÉPASSER /
TO OVERTAKE

FR

Selon la réglementation FFTRI, la distance minimale se mesure entre les roues avant des deux vélos. Lors d'un dépassement, vous avez 25 secondes maximum pour le réaliser. Le concurrent dépassé doit se laisser dépasser sans augmenter son allure et quitter immédiatement la zone de drafting.

Sanctions : carton bleu = pénalité de 5 minutes à purger dans la zone prévue ; trois cartons bleus = disqualification.

EN

Under FFTRI regulations, the minimum distance is measured front wheel to front wheel. When overtaking, you have a maximum of 25 seconds to complete the pass. The overtaken athlete must allow the pass without accelerating and immediately exit the drafting zone.

Penalties: blue card = 5-minute penalty served in the penalty box; three blue cards = disqualification.

09 BARRIÈRES HORAIRES

CUT-OFF TIMES

Pour assurer la sécurité de tous et le bon déroulement de la course, des temps limites sont mis en place.

To ensure everyone's safety and the smooth running of the race, the following cut-off times apply.

ÉPREUVE / RACE	SEGMENT	BARRIÈRE / CUT-OFF
Middle (L)	 Natation + T1 Swim + T1	Quitter le parc à vélo en 1h30 Leave the bike park within 1h30
	 Vélo + T2 Bike + T2	Quitter le parc à vélo en 5h30 Leave the bikepark within 5h30
	 Course à pied Run	Dernier tour à entamer avant 7h15 de course Start last lap before 7h15 of racing
Olympique (M)	   All disciplines	4h maximum pour terminer la course Maximum 4 hours to complete the race
Sprint (S)	 +  Natation + vélo Swim+bike	2h maximum pour terminer la natation et le vélo Maximum 2 hours to complete swim and bike

Les barrières horaires se calculent en fonction de votre temps personnel de départ.

Cut-off times are calculated from your personal start time.

10 NATATION

SWIM

FR

• Départ depuis la plage de Vieux-Boucau, en **rolling start** par **catégorie d'âge sur le Middle et en rolling start libre sur l'Olympique et le Sprint.**

- Avant d'entrer dans l'eau, vérifiez que votre puce est à la cheville gauche.
- Départ donné au signal sonore (coup de corne). Vérifiez votre horaire de départ.

EN

- Start from Vieux-Boucau beach, in a **rolling start by age group for the Middle and an open rolling start for the Olympic and Sprint.**
- Before entering the water, make sure your timing chip is on your left ankle.
- Start given by a horn signal. Please check your start time.

VAGUES MIDDLE / MIDDLE START WAVES

HEURE	CATÉGORIE / CATEGORY
10h00	Élite hommes / Elite men
10h05	Élite femmes / Elite women
10h10	> 50 ans / years
10h15	18–29 ans / years
10h20	30–39 ans / years
10h25	40–49 ans / years
10h30	Femmes + relais / Women + relays



Middle — sortie à l'australienne / Australian exit



Olympique — sortie à l'australienne / Australian exit



Sprint

SÉCURITÉ / SAFETY

FR

Le parcours est surveillé par des secouristes et du personnel médical en kayak. En cas de problème, **levez le bras au-dessus de la tête** pour signaler votre détresse : les secours viendront immédiatement. Restez calme, allongez-vous sur le dos (votre combinaison vous aidera à flotter) et rapprochez-vous de la rive.

⚠ Agiter la main vers les spectateurs en nageant est strictement interdit, pour éviter toute confusion avec un appel à l'aide. En cas d'abandon, informez immédiatement un officiel.

EN

The swim course is guarded by lifeguards and medical staff in kayaks. If you have an issue, **wave your hand above your head** to the kayaks or lifeguards and they will assist you immediately. Stay calm, lie on your back (your wetsuit will help you float) and get close to the bank.

⚠ Waving to spectators while swimming is strictly prohibited. If you withdraw, report it to a marshal immediately so we know you are safe.

COMBINAISON NÉOPRÈNE (ÉPREUVES FFTRI) / WETSUIT RULES (FFTRI EVENTS)

TEMPÉRATURE DE L'EAU WATER TEMPERATURE	RÈGLE	RULE
< 12 °C	Natation interdite (risque d'hypothermie)	Swimming prohibited (hypothermia risk)
14 – 16 °C	Combinaison obligatoire	Wetsuit mandatory
16 – 24,6 °C	Combinaison autorisée	Wetsuit allowed, not mandatory

⚠ Seuls les arbitres de la FFTRI sont habilités à annoncer la consigne, le jour de l'épreuve, 1h avant le départ.
Only FFTRI officials may announce the wetsuit policy, 1 hour before the start, based on the water temperature measured on race day.

TRANSITION 1 (NATATION → VÉLO) / TRANSITION 1 (SWIM → BIKE)

FR

- Rangez toutes vos affaires de natation dans le sac **BLEU**.
- Portez votre casque attaché avant de décrocher votre vélo du rack.
- Enfourchez votre vélo après la ligne de montée, avec au moins un pied en contact avec le sol après cette ligne.

EN

- Put all swimwear in the **BLUE** bag.
- Wear your helmet with the strap fastened before taking the bike from the rack.
- Mount your bike after the mount line, with one complete foot contact on the ground after the line.

11 PARCOURS VÉLO · MIDDLE

BIKE COURSE · L



89,0 km

554 m

ELEVATION GAIN

4 m

ALT. MIN

56 m

FR

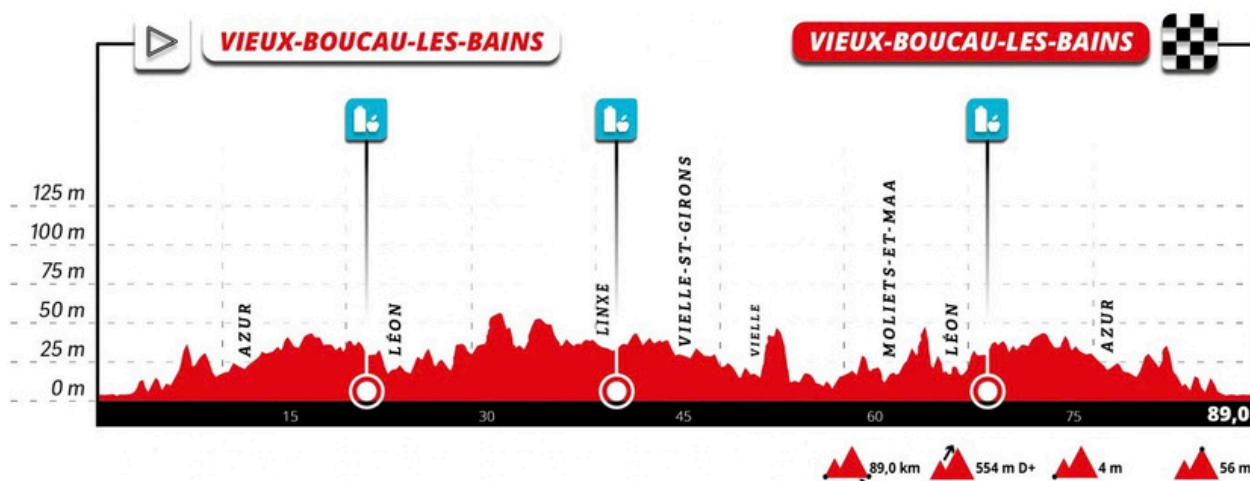
Boucle au départ de Vieux-Boucau-les-Bains : Azur (km 10) · Léon (≈ km 22) · direction Castets (km 30) · Linxe (km 40) · Vielle-Saint-Girons · Vielle (km 50) · Moliets-et-Maa (km 60) · Léon · Azur (km 80) · retour Vieux-Boucau. Les tronçons Vieux-Boucau ↔ Azur ↔ Léon sont empruntés à l'aller et au retour.

3 ravitaillements : ≈ km 21 et km 68 (entre Azur et Léon) et ≈ km 40 (Linxe).

EN

Loop from Vieux-Boucau-les-Bains: Azur (km 10) · Léon (≈ km 22) · towards Castets (km 30) · Linxe (km 40) · Vielle-Saint-Girons · Vielle (km 50) · Moliets-et-Maa (km 60) · Léon · Azur (km 80) · back to Vieux-Boucau. The Vieux-Boucau ↔ Azur ↔ Léon sections are ridden both ways.

3 aid stations: ≈ km 21 and km 68 (between Azur and Léon) and ≈ km 40 (Linxe).



11 PARCOURS VÉLO · OLYMPIQUE

BIKE COURSE · M



40,0 km

237 m

DÉNIVELÉ + /
ELEVATION GAIN

4 m

ALT. MIN

70 m

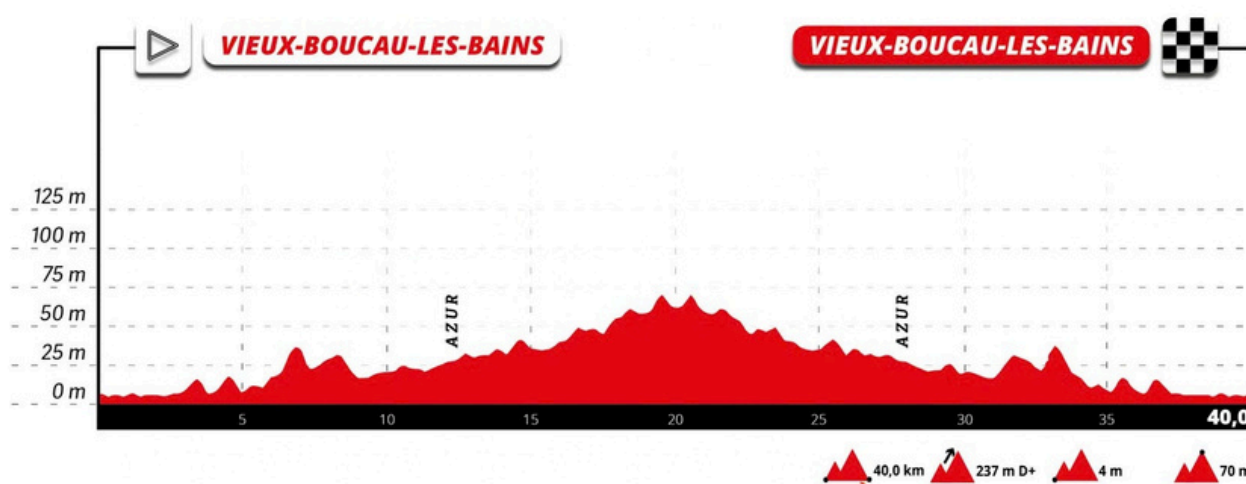
FR

Aller-retour depuis Vieux-Boucau-les-Bains via Azur (km 10 / km 30), demi-tour au km 20. Parcours à double sens de circulation : restez bien à droite.

Pas de ravitaillement vélo.

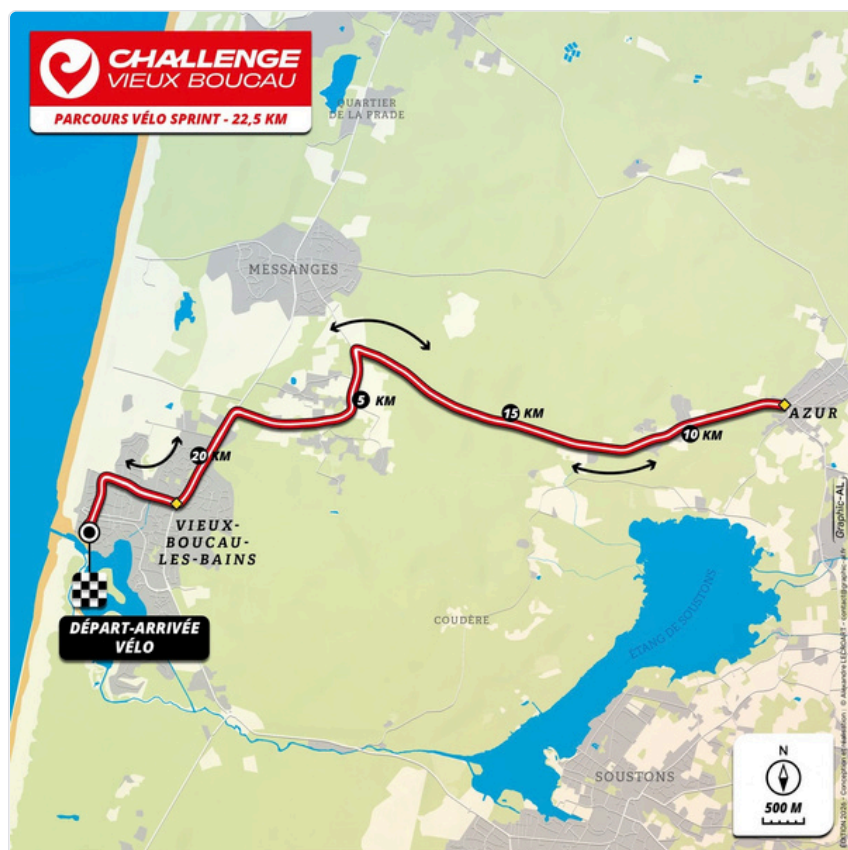
EN

Out-and-back from Vieux-Boucau-les-Bains via Azur (km 10 / km 30), turnaround at km 20. Two-way traffic on the course: keep right.

No aid station on the bike.

11 PARCOURS VÉLO · SPRINT

BIKE COURSE · S



22,5 km

136 m

DÉNIVELÉ + /
ELEVATION GAIN

4 m

ALT. MIN

37 m

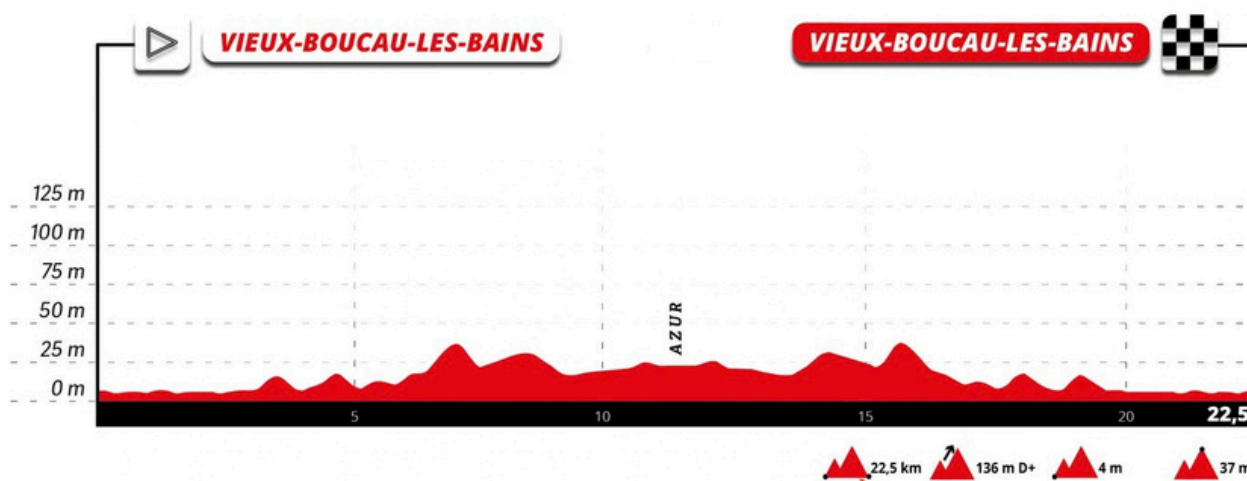
ALT. MAX

FR

Aller-retour depuis Vieux-Boucau-les-Bains, par le sud de Messanges (km 5) jusqu'au demi-tour d'Azur, puis retour par le même itinéraire (km 15, km 20). Parcours à double sens : restez bien à droite. **Pas de ravitaillement vélo.**

EN

Out-and-back from Vieux-Boucau-les-Bains, passing south of Messanges (km 5) to the Azur turnaround, then back on the same roads (km 15, km 20). Two-way course: keep right. **No aid station on the bike.**



12 RAVITAILLEMENTS

AID STATIONS

ÉPREUVE / RACE	VÉLO / BIKE	COURSE À PIED / RUN
Middle (L)	≈ km 21, 40 et 68 Eau, coca · barres énergétiques · bananes, oranges Water, cola · energy bars · bananas, oranges	Tous les 2,5 km / every 2.5 km Eau, coca, eau pétillante · barres énergétiques · bananes, oranges Water, cola, sparkling water · energy bars · bananas, oranges
Olympique (M)	Aucun / None	Tous les 2,5 km / every 2.5 km Eau, coca, eau pétillante · barres énergétiques · bananes, oranges. Water, cola, sparkling water · energy bars · bananas, oranges
Sprint (S)	Aucun / None	Tous les 2,5 km / every 2.5 km

POWERBAR SUR TOUS LES RAVITAILLEMENTS / POWERBAR AT EVERY AID STATION

**Powerbar®**

Les produits Powerbar accompagnent vos efforts sur Challenge Vieux Boucau.

1 • FUEL GELS BLACK LINE

Source rapide et importante d'énergie, à consommer pendant l'exercice pour maintenir les niveaux d'énergie et soutenir la performance (30 g de glucides par portion). Parfums disponibles sur les ravitaillements : cola-orange avec caféine, pamplemousse et citron.

2 • BOISSON ISOACTIVE LEMON

Boisson isotonique conçue pour compenser les électrolytes perdus pendant l'épreuve. Chaque dose apporte environ 33 g de glucose (pour une gourde de 500 ml). Rapport glucidique 2:1 glucose/fructose. Parfum présent sur la course : citron.

3 • BARRES ENERGIZE ORIGINAL

Source pratique de glucides : 40 g de glucides dans une barre de 55 g, enrichie en magnésium. Parfums disponibles : fruits des bois et chocolat.

13 RÈGLES VÉLO

BIKE RULES

FR

ZONES DE DÉCHETS

Vous êtes autorisé à jeter vos déchets uniquement dans les zones indiquées avant et après chaque ravitaillement. Tout athlète vu jetant gobelets, éponges, bidons ou emballages de gels hors de ces zones sera **disqualifié** (vélo et course à pied).

ROUTES ET CIRCULATION

Le parcours n'est pas fermé à la circulation. Respectez le code de la route, écartez-vous en cas d'intervention des secours et restez vigilant à la présence de véhicules. Restez sur le côté droit de la route pour permettre les dépassements par la gauche.

➔ Dépasser un athlète par la droite est strictement interdit.

➔ Franchir la ligne médiane est interdit.

Tout manquement pourra être sanctionné par un carton rouge pour blocage.

ABANDON

Signalez votre abandon à un bénévole sur le parcours vélo; vous serez pris en charge par la voiture balai. Le temps d'attente peut être important, la voiture balai suivant le dernier athlète. Si possible, rejoignez le ravitaillement le plus proche pour attendre en sécurité.

PENALTY BOX

La zone de pénalité se situe à l'entrée du parc à vélo. Il est de votre responsabilité de consulter le tableau des pénalités et de vous y arrêter pour purger la vôtre.

✗ Une pénalité non purgée entraîne la disqualification.



Le drafting est interdit et le code de la route doit être strictement respecté.

Drafting is prohibited and traffic regulations must be strictly followed.

EN

LITTERING ZONES

You may only throw away trash in the marked areas before and after each aid station. Athletes spotted throwing cups, sponges, bottles or gel wrappers elsewhere will be **disqualified** (bike and run courses).

TRAFFIC & ROADS

The course is not closed to traffic. Respect traffic rules, move aside for emergency services and stay alert to vehicles. Stay on the right-hand side of the road so others can overtake on the left.

➔ Overtaking on the right is strictly forbidden.

➔ Crossing the centre line is prohibited.

Failure to comply may result in a red card for blocking.

DNF

Report your withdrawal to a volunteer on the bike course; the sweep vehicle will pick you up. Waiting time may be significant, as it follows the last athlete. If possible, go to the nearest aid station and wait there safely.

PENALTY BOX

The penalty box is at the entrance to the transition area. It is your responsibility to check the penalty board and stop to serve your penalty.

✗ Unserved penalties result in disqualification.

14 RÈGLES DE TRANSITION

TRANSITION RULES

F

- Descendez de vélo **avant la ligne de descente**, avec au moins un pied en contact avec le sol avant la ligne.
- 🚲 Le casque reste attaché jusqu'à ce que le vélo soit raccroché au rack correspondant à votre numéro.
- 🎒 Tous les vêtements et équipements vélo sont rangés dans le sac **ORANGE**.
- Seules les chaussures de vélo peuvent rester fixées aux pédales ; interdit de les laisser au sol à côté du vélo.
- 🧰 À la fin de la dernière transition, tout le matériel (utilisé ou non) doit être placé dans le sac numéroté, à l'exception des chaussures fixées aux pédales et des accessoires (hors casque et lunettes) déjà placés sur le vélo en T1.

EN

- Dismount before the dismount line, with at least one foot in full contact with the ground before the line.
- 🚲 The helmet must remain fastened until the bike is racked at the position marked with your bib number.
 - 🎒 All cycling gear goes in the **ORANGE** bag.
 - Only bike shoes may remain clipped to the pedals; they must not be left on the ground next to the bike.
 - 🧰 At the end of the final transition, all equipment (used or not) must be in the numbered bag, except bike shoes clipped onto the pedals and accessories (excluding helmet and glasses) already mounted on the bike in T1.

15 COURSE À PIED

RUN COURSE



Middle — 21,1 km · 4 tours / 4 laps



Profil Middle / Middle profile

Départ : Parking du Courant · Arrivée : Place des Arènes.

Ravitaillements tous les 2,5 km.

Start: Parking du Courant · Finish: Place des Arènes. Aid stations every 2.5 km.



Olympique — 10 km · 2,5 tours / 2.5 laps



Sprint — 5 km · 1,5 tours / 1.5 laps

16 PARCOURS KIDS

KIDS COURSES

Course enfants le **samedi 10 octobre à 19h00**, autour de la Place des Arènes et de la Maison des Clubs.
Retrait des dossards Kids : samedi 10 octobre, 15h00 – 18h30.

Kids race on **Saturday, October 10 at 7:00 PM**, around Place des Arènes and the Maison des Clubs.
Kids bib pick-up: Saturday, October 10, 3:00 – 6:30 PM.



Course à pied Kids 1 — 410 m · Départ Maison des Clubs, transition vélo (2 tours 10-13 ans)



Vélo Kids — 1 km · Place des Arènes, Mairie, bord du canal (2 tours 10-13 ans)



Course à pied Kids 2 (6-9 ans / years) — 280 m · Arrivée Square Jeanne d'Albret 10-13 ans 2 tours

LES PARCOURS · COURSES

Course à pied Kids 1 / Kids run 1	410 m
Vélo Kids / Kids bike	1 km
Course à pied Kids 2 (6-9 ans) / Kids run 2 (6-9 yrs)	280 m

17 SITE DE COURSE & SERVICES

RACE VENUE & SERVICES



Plan d'arrivée course à pied / Run finish area

EXPO ZONE · VILLAGE DE COURSE

Le village de course et la zone de ravitaillement sont situés sur la zone du retrait des dossards. The expo zone is located near the transition area.

Vendredi / Friday **15h00 – 20h00**

Samedi / Saturday **08h00 – 19h00**

Dimanche / Sunday **08h00 – 15h00**

DOUCHE · SHOWER

Des douches sont disponibles après la course dans la zone d'arrivée.

Showers are available after the race in the finish area.

MÉDICAL · MEDICAL

Notre équipe médicale prendra le plus grand soin des athlètes. Si vous avez des besoins médicaux spécifiques, informez notre responsable médical avant le départ.

If you have special medical needs, please inform our Medical Director before the start.

PARKING

Des zones de parking seront fléchées par l'organisation. Merci de respecter ces consignes pour une circulation fluide.

Official parking areas will be signposted. Thank you for helping keep traffic flowing.

MÉCANIQUE · BIKE MECHANICS



Joe Bike est présent pour vos soucis mécaniques de dernière minute, à l'Expo zone (près de l'arrivée) et au parc à vélo.

Professional mechanics at the Expo zone (next to the finish line) and at the bike park.

OBJETS PERDUS · LOST & FOUND

Tous les objets perdus seront rassemblés. Après l'événement, écrivez à event2s@gmail.com pour organiser leur retour (frais d'expédition à votre charge).

Email us after the event to arrange returns. Shipping fees apply.

18 APRÈS COURSE

AFTER THE RACE

FR

 **Félicitations, vous l'avez fait !** Nos bénévoles vous accueillent à l'arrivée où vous recevrez votre médaille.

 En cas de besoin de soins, nos bénévoles vous orienteront vers le centre médical situé près de la ligne d'arrivée.

 La zone Chill-Out est réservée aux athlètes : les accompagnants n'y sont pas autorisés. En sortant, vous retrouverez rapidement vos proches. Le sac bleu (laissé en T1) y sera disponible.

RETRAIT DES VÉLOS

Le retrait des vélos se fait dans la zone de transition (T2), après le passage du dernier athlète à vélo.  Vous ne pourrez récupérer votre vélo qu'après avoir rendu votre puce à T2 ; en cas de perte, des frais seront appliqués. L'accès est réservé aux athlètes portant leur dossard. Au check-out, récupérez votre vélo, votre casque et vos sacs de transition orange.

EN

 **Congratulations, you made it!** Our volunteers will welcome you at the finish line, where you will first receive your medal.

 If you need medical attention, volunteers will guide you to the medical centre near the finish line.

 The Chill-Out Zone is reserved for athletes only. On exiting, you can quickly reunite with friends and family. The blue bag (left in T1) will be available there.

BIKE COLLECTION

Bike check-out takes place in the T2 transition area once the last athlete has completed the bike.

 You may only collect your bike after returning your timing chip at T2; a fee applies if it is lost. Access is limited to athletes wearing their bib. At check-out, collect your bike, helmet and orange transition bags.

RÉSULTATS · RESULTS

Résultats en ligne sur le site du chronométrateur Pyrénées Chrono / Results online:
pyreneeschrono.fr

PHOTOS · PICTURES

Retrouvez vos photos de course sur FinisherPix. Find your race photos on FinisherPix.

LISTES DE DÉPART · START LISTS

[Pro hommes / Pro men · Pro femmes / Pro women · Middle · Relais / Relay · Kids · Olympique · Sprint](#)

[Consulter / View start lists →](#)

REMISE DES PRIX / AWARD CEREMONIES

Middle (L) **Samedi 10 oct. · 19h45** Arènes

Olympique (M) **Dimanche 11 oct. · 13h00**

Sprint (S) **Dimanche 11 oct. · 17h00**

 Les athlètes gagnants seront mis à l'honneur : merci d'être présent pour recevoir votre récompense.

Winning athletes will be celebrated — please attend to receive your award.

19 PARTENAIRES & ASSOCIATIONS

PARTNERS

CHEZ NOUS ON SED !

Deux amoureux, un(e) maladie et le sport!
Nous sommes fiers de vous présenter notre association dédiée au
Syndrome d'Ehlers Danlos.
Nous avons décidé de montrer que même avec un handicap, il était
possible de se dépasser et de relever des défis toujours plus fous!

Le but de l'association est de faire connaître le SED, une maladie
génétique méconnue y compris du monde médical.
De participer grâce aux dons et aux adhésions, à la recherche et à la
formation des médecins et des saignants.

Nager, pédaler, courir...

Que ce soit pour une course à pieds ou pour un triathlon,
l'association souhaite, dans un futur proche, faire découvrir le sport
aux enfants ou adultes porteurs de handicaps.

Sans votre aide, rien ne sera possible !

Pour faire un don
déductible des impôts
c'est ici !



Pour adhérer à
l'association et donner
de la force c'est là !



PARTENAIRES INSTITUTIONNELS



PARTENAIRES DE L'ÉVÉNEMENT





CHALLENGE
VIEUX BOUCAU

À BIENTÔT SUR LA LIGNE D'ARRIVÉE

See you at the finishline · 10& 11 octobre 2026

Urgence / Emergency : +33 6 73 48 69 31

www.challenge-vieuxboucau.com