

Essie de différence ? Vibrez Triathlon !  
**SAISON 2012**  
LICENCE FÉDÉRALE



Ma licence ainsi qu'une pièce d'identité.



Doit-on le rappeler il est OBLIGATOIRE.



en natation, en vélo et en course à pied.

Pour les petits soucis de frottements,



En eau libre elle rend la nage plus efficace et est obligatoire lorsque l'eau est en dessous de 16 °c et interdite au-dessus de 24°c.



Pratique, elle permet de ne pas abîmer les vêtements, certaines peuvent transporter un ravitaillement en tube. Trois points de fixation sont nécessaires pour le dossard, prévoir des épingles à nourrice.



Des embouts de guidon doivent être mis en place pour éviter les blessures en cas d'accident, ils sont OBLIGATOIRES.



Type de prolongateur autorisé dans les courses avec drafting (rouler en groupe) il ne doit pas dépasser le point le plus en avant du guidon et doit être fermé par un pontet .



Type de prolongateur pour épreuve vélo en solitaire uniquement.



Chaussure de vélo, la petite languette spécifique sert pour les plus aguerris à maintenir les chaussures en bonne position sur le vélo à l'aide d'élastique pour une transition plus rapide. Un scratch unique ou double permet un serrage rapide.



Pour la transition à pied prévoir un système de laçage rapide type élastique ou à tirer.