

Triathlon de Gatineau 2025											
Horaires des Courses 5 juillet 2025											
Race Schedule July 5th, 2025											
 TRIATHLON DE GATINEAU					 TRIATHLON DE GATINEAU					Première Générale	
Épreuve Race	Réunion Pré course (à la ligne de départ) Pre-Race Briefing (at the start line)	Groupe Group	Départ Start	Médailles Medals	Natation (# boucles) Swim (# laps)	Vélo (# boucles) Bike (# laps)	Course (# boucles) Run (# laps)	Longueur de boucle Lap length	Temps limite imposé		
1	Coupe Québec Duathlon Sprint (sans sillonnage) Coupe Québec Sprint Duathlon (Draft illegal)	7h10	Tous / All	7h30	9h30	Course / Run 5 km	20 km (3 tours/laps)	2,5 km (1 tour)	Vélo / Bike 6,6 km Course / Run 2,5 km		
2	Distance Sprint Groupe d'âge présenté par Tourisme Outaouais et la Ville de Gatineau (sans sillonnage) Triathlon Sprint en Équipe Coupe des entreprises Sprint Distance Age Group presented by Outaouais Tourism and the City of Gatineau (Draft illegal) Sprint Triathlon - Team Corporate Challenge	07h25	Groupe 1/Équipes Groupe 2	07h40 07h45	9h45	750 m (1 tour/lap)	20 km (3 tours/laps)	5 km (2 tours/laps)	Vélo / Bike 6,6 km Course / Run 2,5 km	Vélo 1h10 après départ tout participant n'ayant pas commencé la dernière boucle de vélo (13,4 km de complétés sur 20 km) sera redirigé en transition pour commencer la course à pied.	
3	Course 10 km 10 km Run	7h50	Tous / All	08h00	9h30	-	-	10 km (4 tours/laps)	Course / Run 2,5 km		
4	Course 5 km 5 km Run		Tous / All	08h05	9h30	-	-	5 km (2 tours/laps)	Course / Run 2,5 km		
5	Triathlon Olympique (sans sillonnage) Triathlon Sprint en Équipe Olympic Triathlon (Draft illegal) Olympic triathlon - Team	8h20	Groupe 1/Équipes Groupe 2	8h35 8h40	11h15	1500 m (2 tour/lap)	40 km (6 tours/laps)	10 km (4 tours/laps)	Vélo / Bike 6,6 km Course / Run 2,5 km	Natation : 40 mins après départ. Tout participant n'ayant pas complété la première boucle de natation (750m de complétés sur 1,5 km) sera dirigé en transition pour commencer la portion vélo. Vélo: 2h05 après départ. tout participant n'ayant pas commencé la dernière boucle de vélo (33,4 km de complétés sur 40 km) sera redirigé en transition pour commencer la course à pied.	
6	Aquathlon Sprint Sprint Aquathlon	9h00	Masse Mass	9h15	10h30	750 m (1 tour/lap)	-	5 km (2 tours/laps)	Course / Run 2,5 km		
7	Coupe Québec Junior Coupe Québec Sprint Groupe Age avec sillonnage Coupe Québec Junior and Age Group Sprint Triathlon Draft Legal	10h30 11h10	Ouvert/Open-Hommes/Men Femmes/Women	10h45 11h25	13h00	750 m (1 tour/lap)	20 km (3 tours/laps)	5 km (2 tour/lap)	Vélo / Bike 6,6 km Course / Run 2,5 km		
8	Coupe Québec U15 avec sillonnage U15 Québec Cup draft legal	12h15	Hommes / Men Femmes / Women	12h30 12h33	14h00	375 m (1 tour/lap)	10 km (2 tours/laps)	2,5 km (1 tour/lap)	Vélo / Bike 5 km Course / Run 2,5 km		
9	Triathlon Initiation / Super Sprint (sans sillonnage) Triathlon Initiation / Super Sprint en Équipe Try a Tri / Super Sprint Triathlon (Draft illegal) Try-a-tri/Supersprint Triathlon - Team	12h55	Groupe 1 Groupe 2	13h10 13h15	-						
10	Coupe Québec U13 avec sillonnage U13 Québec Cup draft legal	13h45	Hommes / Men Femmes / Women	14h00 14h03	15h00	200 m (1 tour/lap)	5 km (1 tour/lap)	2 km (2 tours/laps)	Vélo / Bike 5 km		
11	Jeunesse 4 Youth 4	14h15	Hommes / Men Femmes / Women	14h30 14h35	-	200 m (1 tour/lap)	5 km (1 tour/lap)	2 km (2 tours/laps)	Vélo / Bike 5 km Course / Run 1 km		
12	Jeunesse 3 Youth 3	14h45	Hommes / Men Femmes / Women	15h00 15h05	-	100 m (1 tour/lap)	3 km (2 tours/laps)	1 km (2 tours/laps)	Vélo / Bike 1,5 km Course / Run 500 m		
13	Jeunesse 2 Youth 2	15h05	Hommes / Men Femmes / Women	15h20 15h25	-	50 m (1 tour/lap)	1,5 km (1 tour/lap)	500 m (1 tour/lap)	Vélo / Bike 1,5 km Course / Run 500 m		
14	Course 1 km familiale 1 km Family fun run	15h20	Tous / All	15h30	-	-	-	1 km (2 tours/laps)	Course / Run 500 m		