CHAMP'MAN

EPERNAY TRIATHLON PAYS DE CHAMPAGNE

13/14 JUIN 2026

STADE PAUL CHANDON - EPERNAY



GUIDE

DU TRIATHLÈTE

CHAMP'MAN – MILLÉSIME 2026

BIENVENUE À TOUTES ET TOUS SUR CETTE 8ÈME ÉDITION !

CETTE ANNÉE ENCORE, NOUS VOUS ACCUEILLONS AVEC BEAUCOUP DE PLAISIR À EPERNAY !

- Sur les triathlons M et L mesurez-vous à un parcours vélo traversant le cœur historique de la Champagne viticole. Le parcours course à pied quant à lui traverse la prestigieuse avenue de Champagne.

- Le triathlon distance S, rendant la compétition plus accessible (dès l'âge de 16 ans). Un format idéal pour se lancer dans un premier triathlon, avec tout de même le challenge de l'ascension de la célèbre Côte des morts !

- Le Champ'Kids où nous aurons le plaisir de voir évoluer nos futurs champions...

Bonne course à tous, merci pour votre participation et profitez bien.
Et un grand merci à nos sponsors et à tous nos bénévoles présents.

Julia Guillaume-Burnet, Présidente ETPC



PROGRAMME

SAMEDI 13/06/2026

S

- 10h Ouverture du retrait des dossards
- 12h30 Ouverture parc à vélo
- 13H30 Fermeture parc à vélo
- 13H40 Briefing de course S (au départ de la natation)
- 14h Départ course S en « rolling start » (hommes/femmes et relais)
- 15h10 Arrivée estimée du premier concurrent
- 15h45 Possibilité de sortir les vélos du parc à vélo
- 16h30 Remise des récompenses

KIDS

- 17h30 Départ de la course BABY moins de 8 ans
- 17h45 Départ de la course KIDS 8-9 ans
- 18h30 Départ de la course KIDS 10-11 ans
- 19h Départ de la course KIDS 12-15 ans

- 18h Fermeture du retrait des dossards
- 19h30 Paëlla party / Concert

DIMANCHE 14/06/2026

- 07h30 > 08h45 Retrait des dossards
- 07h30 Ouverture village exposants
- 07h30 Ouverture parc à vélo
- 08h15 Mise en place des navettes bus > départ natation (! dernier départ à 09h45)*

*Votre acheminement sur le lieu de départ de la natation (à environ 2km) est sous votre entière responsabilité. Nous avons mis en place les navettes nécéssaires sur la plage horaire indiquée. Aucun recours possible envers l'organisation.

- 08h25 Briefing de course (au parc à vélo) — M L
- 09h30 Départ course en « mass start » (hommes, femmes et relais) — L
- 09h45 Dernier départ navette bus
- 10h15 Départ course en « mass start » (hommes, femmes et relais) — M
- 11h10 BARRIÈRE HORAIRE NATATION — M L
- 12h10 Arrivée estimée du premier concurrent — M
- 13h30 Arrivée estimée du premier concurrent — L
- 14h Possibilité de sortir les vélos du parc à vélo*

*si les derniers concurrents du L et du M ont posé leur vélo

- 15h Remise des récompenses — M
- 15h15 BARRIÈRE HORAIRE VÉLO — M L
- 16h30 Remise des récompenses — L
- 17h00 BARRIÈRE HORAIRE DERNIER TOUR DE CAP — M L
- 18h30 Fin de la course

"LE VILLAGE"

STANDS ET ANIMATIONS

- Boutique Champman / Buvette et restauration
- Point info / Protection Civile
- Stand des partenaires : pâtes Nominettes, Sparna Run, Alpha Cycles
- Massages (le dimanche, pour les concurrents du M et du L)

PARKING

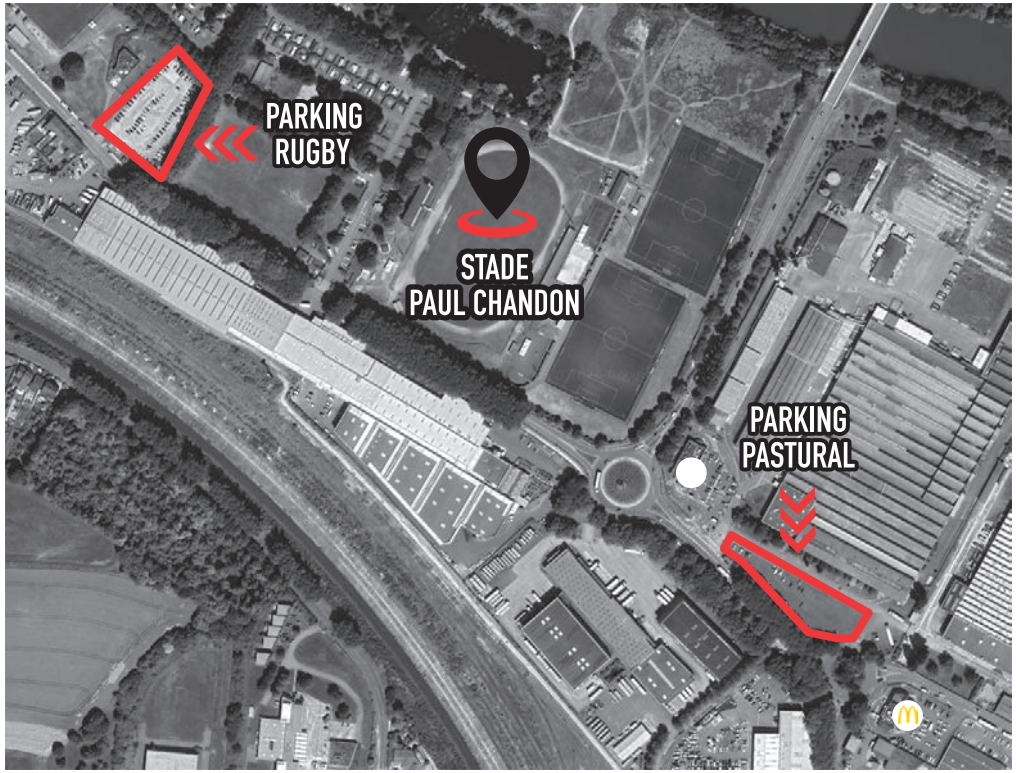
Merci de n'utiliser que les parkings prévus par l'organisation.
Ils seront matérialisés avec de la signalétique
Champman.

2 parking sont à votre disposition :

- Parking devant "Pastural"
- Parking du stade de rugby .

PARKING DU RUGBY :

ATTENTION,
AUCUNE POSSIBILITÉ
DE SORTIR
LES VÉHICULES
PENDANT
TOUTE LA DURÉE
DES COURSES.



RETRAIT DES DOSSARDS

Le retrait des dossards s'effectuera uniquement aux horaires indiqués dans le programme.

MERCI DE BIEN VOULOIR VOUS PRÉSENTER AVEC :

- votre licence FFTRI si vous êtes licenciés.
- votre carte d'identité si vous n'êtes pas licenciés.
- votre certificat médical si demandé lors de l'inscription en ligne.
- votre QRcode reçu quelques jours avant la course.

Sans ces documents, votre dossard ne pourra pas vous être remis.

i Vous ne pouvez pas venir ?
Le retrait par une tierce personne est possible mais il faut impérativement que la personne se présente avec les documents demandés ci-dessus et une copie de votre pièce d'identité.

VOTRE PACK COMPREND :

- 1 dossard à porter derrière en vélo et devant en course à pied (3 points d'attache minimum).
- 1 puce de chronométrage à porter à la cheville gauche (à rendre à l'arrivée / le non retour de la puce de chronométrage sera facturé 60€).
- 1 bonnet de natation.
- 1 autocollant à coller sur le casque et 1 autocollant à coller sur la tige de selle du vélo.
- des autocollants de « marquage » à coller sur la jambe gauche et le bras gauche



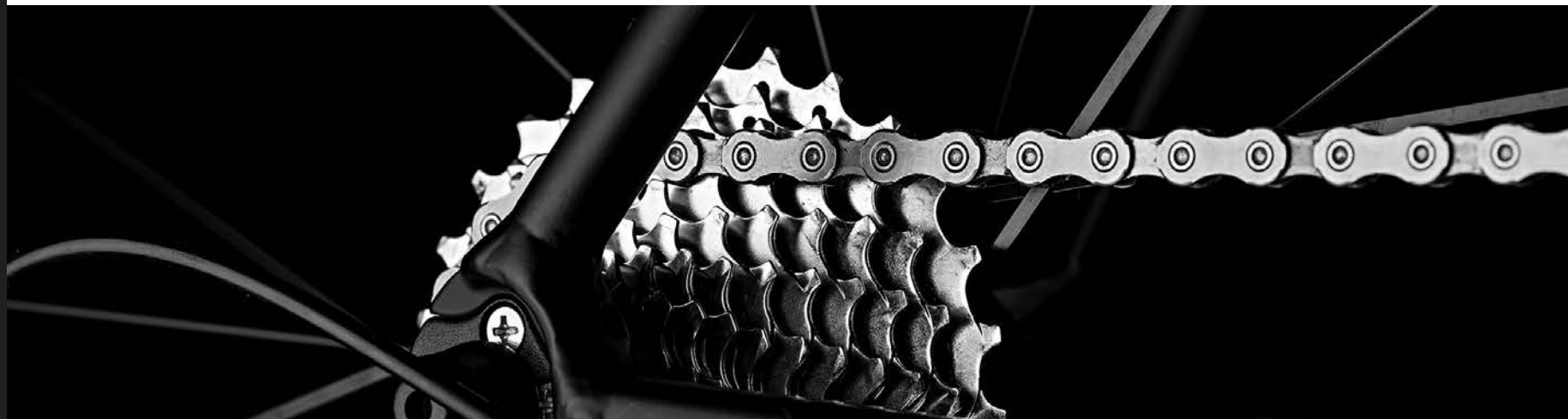
OUVERTURE DU PARC À VÉLO

HORAIRES D'OUVERTURE DU PARC À VÉLO : 12H30 SAMEDI / 07H30 DIMANCHE.

PRÉSENTEZ-VOUS À L'ENTRÉE ET AUX ARBITRES, AVEC :

- votre puce à la cheville gauche.
- vos autocollants collés :
  - sur le casque et la tige de selle
  - sur la jambe et le bras gauche
- votre casque sur la tête, jugulaire fermée.
- votre vélo avec les bouchons de cintre en respectant les consignes réglementaires de la FFTRI
- votre dossard (3 points d'attache minimum).

Les arbitres vérifieront tous ces points et ne vous laisseront entrer que si tout est conforme.



CONSIGNES GÉNÉRALES

ATTENTION : NOUS VOUS DEMANDONS LA PLUS GRANDE VIGILANCE LORS DE VOTRE COURSE.

LA PLUPART DES ROUTES QUE VOUS EMPRUNTEZ EN VÉLO NE SONT PAS FERMÉES À LA CIRCULATION.
Vous devez donc IMPERATIVEMENT respecter le code de la route (même en cas de présence de signaleurs).

- Aucune aide ou accompagnement extérieurs pendant la course.
- Utilisation de lecteurs vidéos, audio, téléphone ou tout autre matériel électronique en fonction d'écoute ou de communication interdite.
- Interdiction de modifier le dossard (couper, plier, masquer une partie par exemple).
- Décisions arbitrales sans appel.



NATATION



RÈGLES

- Port de la combinaison obligatoire pour les mineurs.
- Port de la combinaison autorisé si la température de l'eau est inférieure à 24°C et obligatoire si la température est inférieure à 16°C.
- Tout autre accessoire est interdit (en dehors du bonnet fourni et des lunettes)

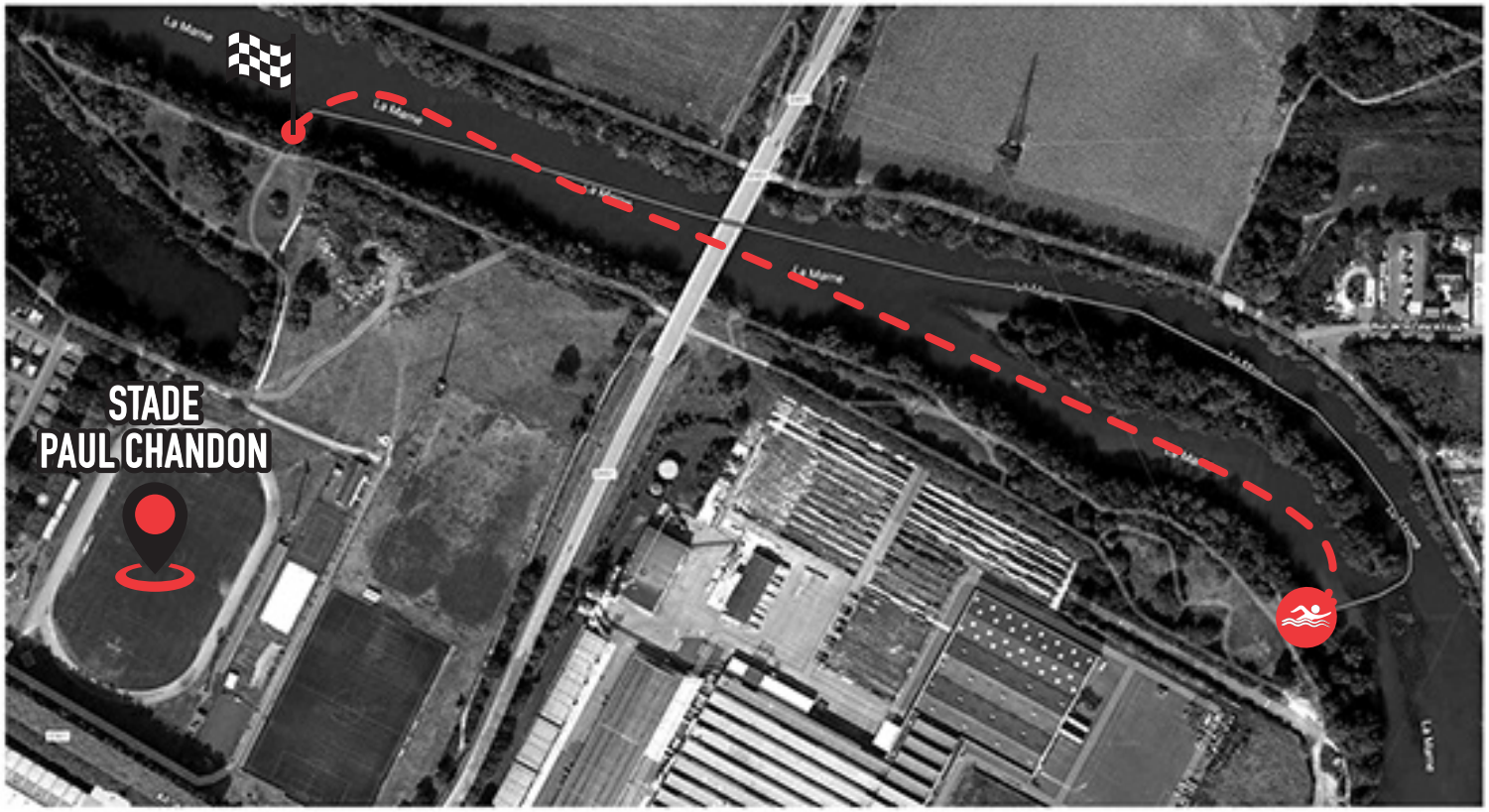


Le sac kraft numéroté, donné au retrait des dossards, vous servira à rapatrier vos affaires du départ de natation (chaussures) jusqu'au parc à vélo.

NATATION S

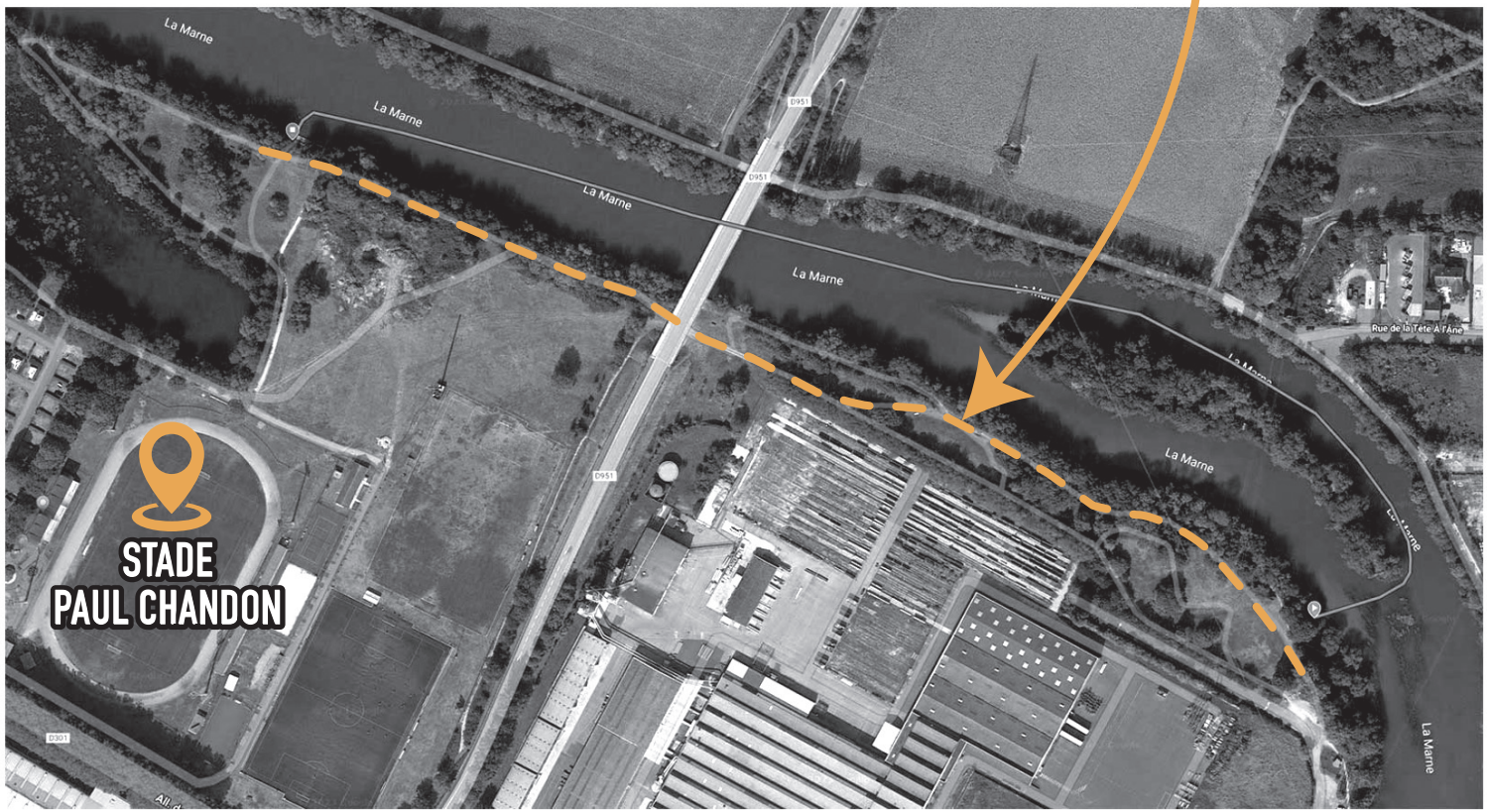
S

- 670m / Dans la Marne
- 100% dans le sens du courant
- Accès au départ par vos propres moyens (500m à pied depuis le parc à vélo)
- Départ en « rolling-start » (par vagues) : des pancartes indiqueront les SAS DÉBUTANTS CONFIRMÉS ET EXPERTS, chaque athlète est libre de choisir son sas.



NATATION S

POSSIBILITÉ DE SUIVRE LES ATHLÈTES EN MARCHANT LE LONG DE LA MARNE

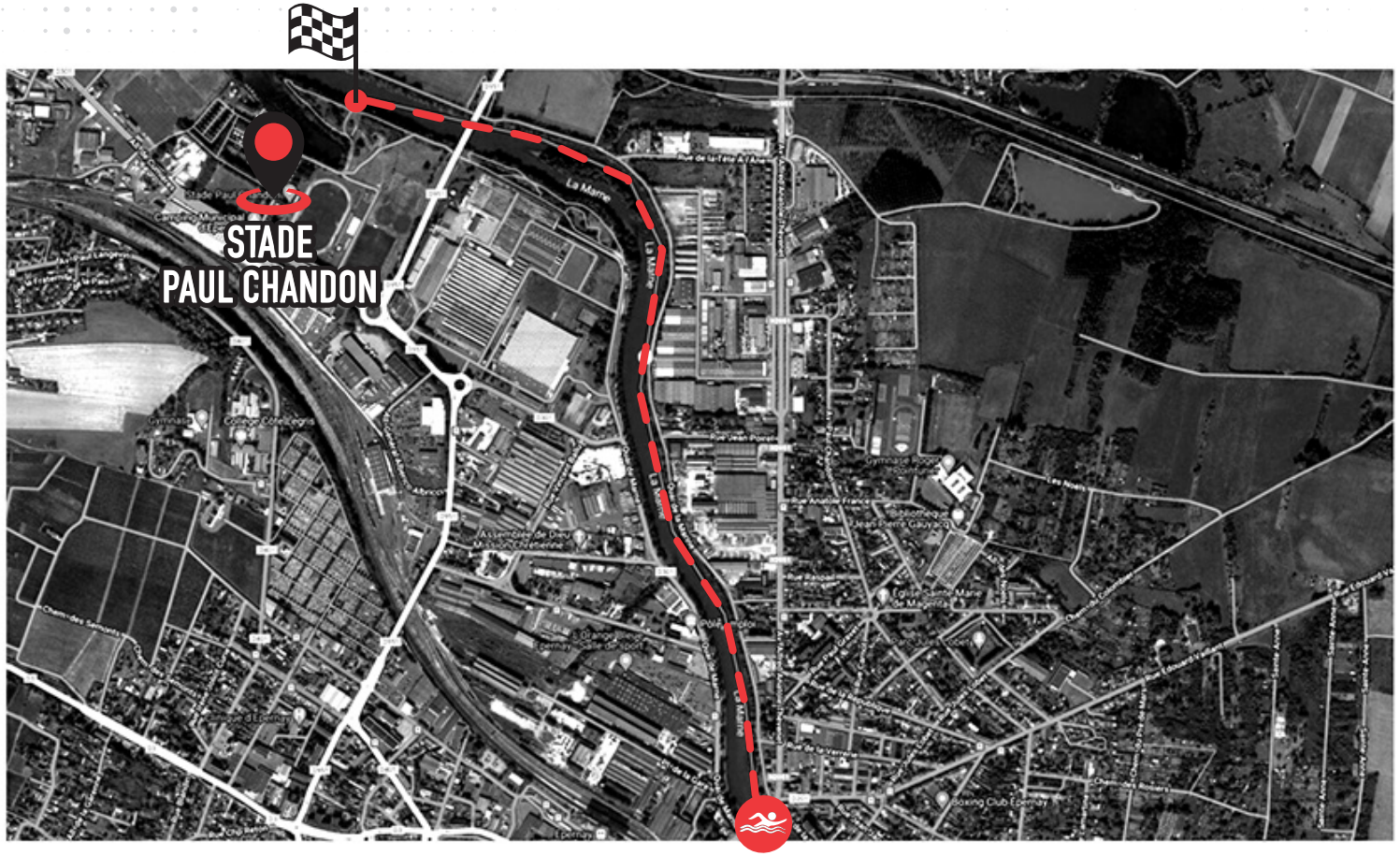


NATATION M/L

M **L**

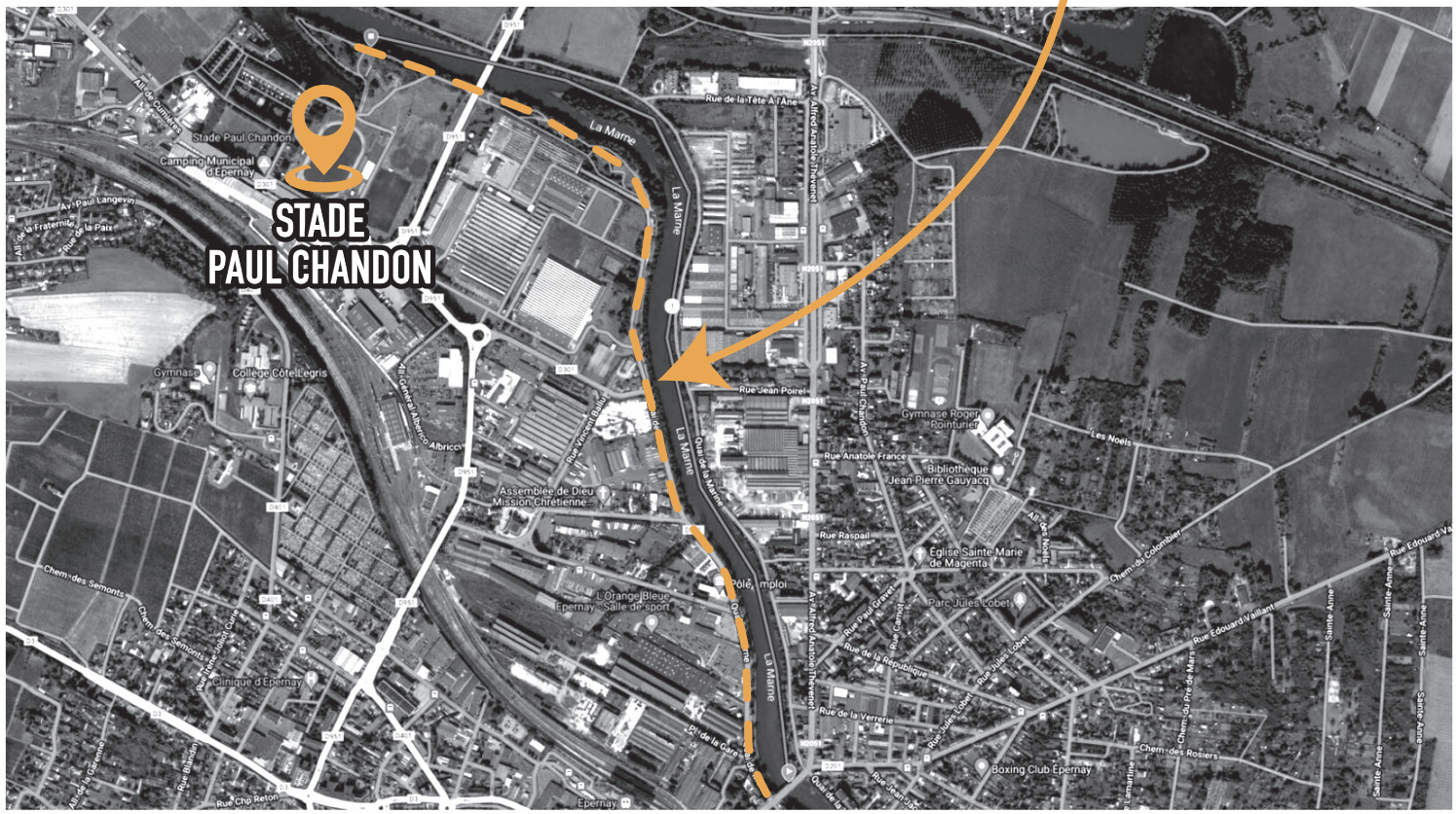
- 2000m / Dans la Marne
- 100% dans le sens du courant
- Départ en « mass start » hommes, femmes et relais
- Système de navettes par bus pour vous déposer au départ

A vous de prévoir le délai suffisant pour l'acheminement au départ natation. Cela reste de votre responsabilité. Reportez-vous aux horaires de navettes indiqués (voir programme). Aucun recours en cas de retard au départ.



NATATION M/L

POSSIBILITÉ DE SUIVRE LES ATHLÈTES EN MARCHANT LE LONG DE LA MARNE CÔTÉ SUPERMARCHÉ CARREFOUR

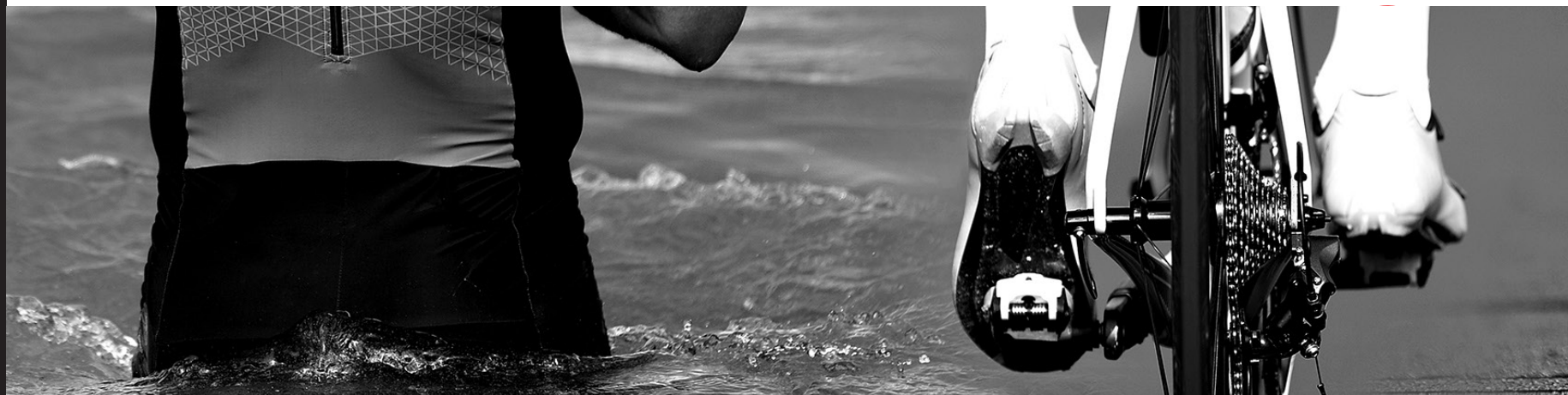


TRANSITION 1

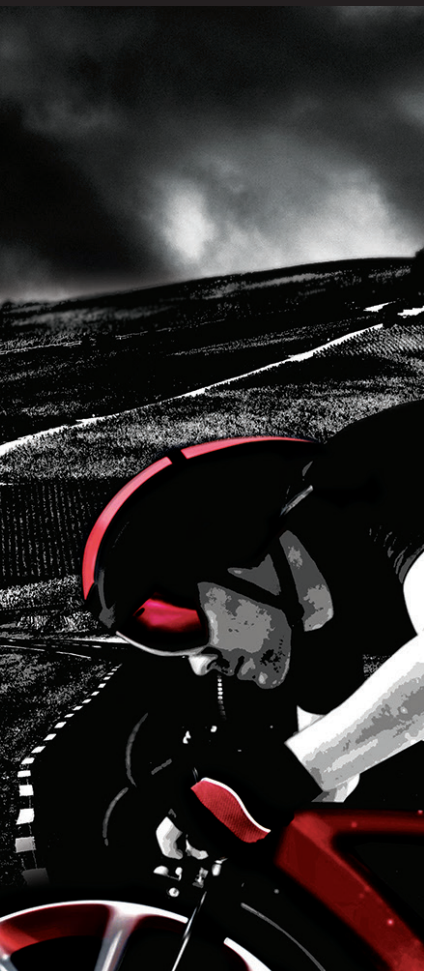
NATATION – VÉLO
DISTANCE SORTIE D'EAU / PARC À VÉLO = 250 M

- Vos affaires doivent être rangées dans un sac et déposées à l'endroit prévu à cet effet.
- Pas de sac à côté des vélos.
- Interdit de se déshabiller entièrement dans le parc à vélo.
  Des tentes matérialisées sont à votre disposition.
- Interdit de monter sur le vélo dans l'aire de transition.
  Montée possible uniquement après la ligne de matérialisation.





VÉLO



SIGNALISATION

Pour cette édition 2026, un balisage au sol de couleur jaune vous indiquera la direction à suivre.







Un marquage de danger, de couleur jaune également, sera apposé au sol avant toutes zones où vous pourrez rencontrer des risques particuliers (dos d'âne, nids de poule, gravillons, ...)

Certaines portions du parcours seront interdites à la circulation automobile.
Le début et la fin de ces zones seront indiquées par des panneaux.
Le respect du code de la route reste obligatoire dans ces zones.





RÈGLES



Pensez à prendre votre propre gourde/bidon (non fournis dans le pack).
Vous pourrez les re-remplir au ravitaillement.

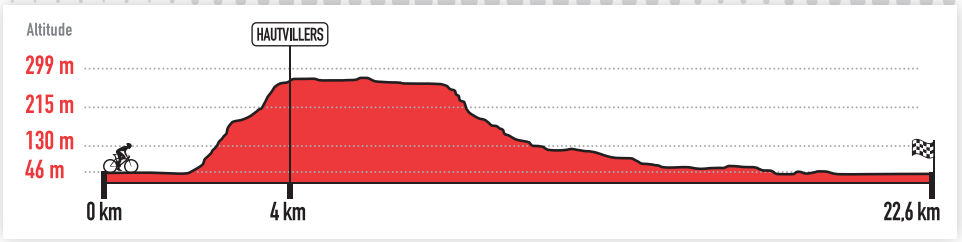
- Port du casque obligatoire, jugulaire fermée, jusqu'à la pose du vélo.
- Dossard visible derrière.
- Respect du code de la route IMPERATIF.
- Accompagnement et assistance interdits.
- Drafting interdit (les règles de la FFTRI s'appliquent en matière de distance).
- Merci de veiller au respect des zones de propreté matérialisées aux ravitaillements.

M/L : 2 arrêts de chronomètre de 3 minutes maximum (Avenay Val d'Or et rond point de Saint-Imoges sur la RD951.
Pour le franchissement du passage à niveau d'Avenay Val d'Or : présence d'un arbitre sur place.
Toute personne tentant de franchir le passage à niveau dès l'apparition des lumières rouges clignotantes sera immédiatement disqualifiée.

VÉLO S

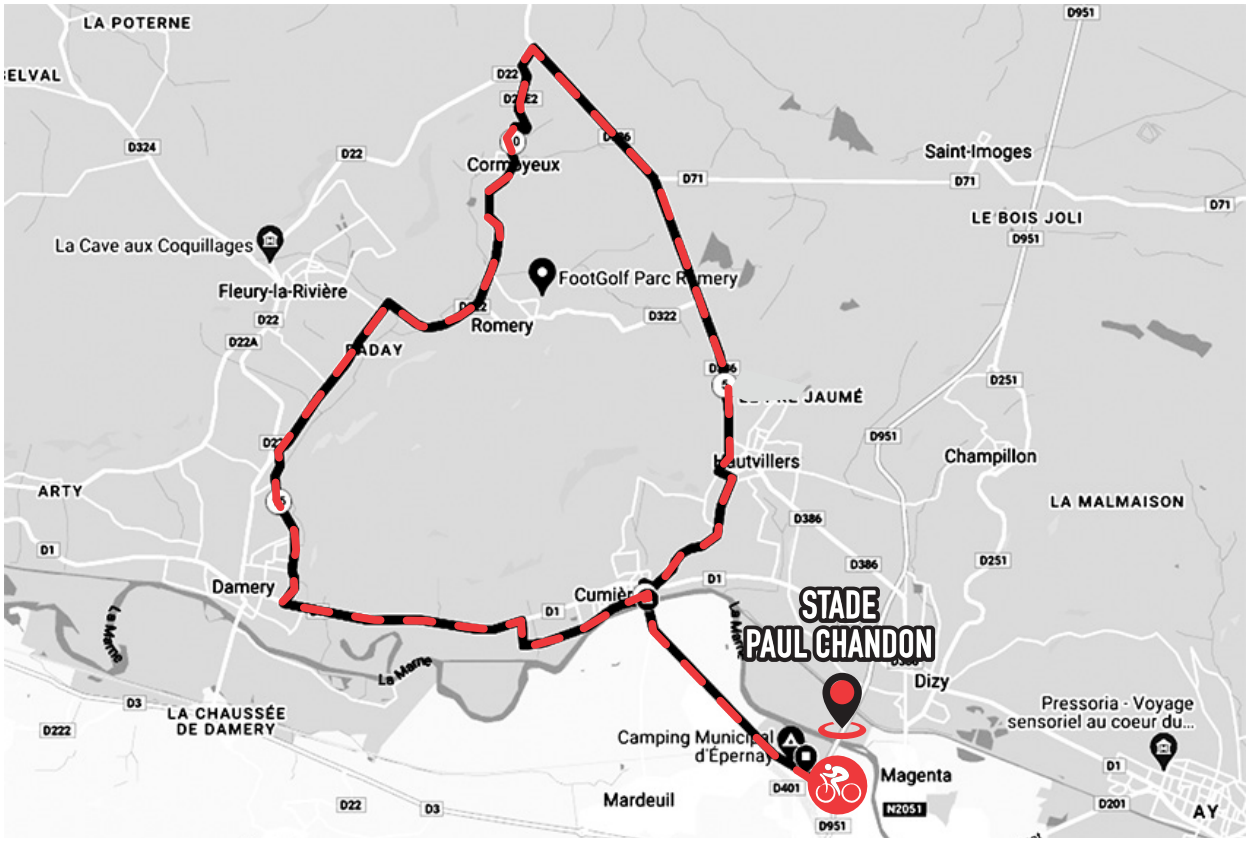
S

- 22km
- 250m de dénivelé



- 1 DIFFICULTÉ MAJEURE À FRANCHIR AVEC LA CÉLÈBRE CÔTE D'HAUTVILLERS OU « CÔTE DES MORTS »

Une partie du parcours vélo S sera fermée à la circulation automobile. Indication par des pancartes.

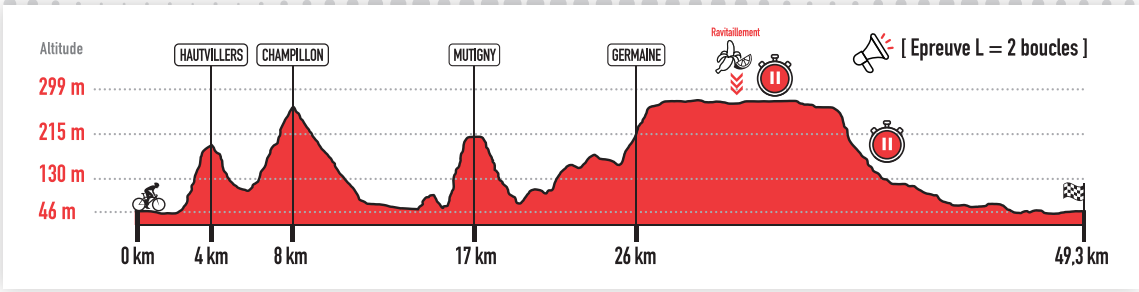


Accompagnateurs, la circulation automobile étant difficile,
merci de ne pas encombrer les routes et les villages proches du circuit.

VÉLO M/L

M **L**

- 49km format M
- 94km format L (= 2 boucles)
- 736m de dénivelé format M
- 1472m de dénivelé format L



4 DIFFICULTÉS MAJEURES À FRANCHIR (M = 1x / L = 2x)

2 arrêts de chronomètre de 3 minutes maximum à Avenay Val d'Or et Saint-Imoges (rond point RD951)

Certaines zones du parcours vélo M et L seront fermées à la circulation automobile. Indication par des pancartes.



Bananes, chips, fruits secs, pâtes de fruits et gels + des boissons pour remplir **vos propres gourdes/bidons**

Accompagnateurs, la circulation automobile étant difficile,
merci de ne pas encombrer les routes et les villages proches du circuit.

TRANSITION 2

VÉLO – COURSE À PIED

- Descendre du vélo à l'endroit indiqué par un marquage au sol et la présence d'un arbitre.
- Rejoindre son emplacement pour se changer.
  Vous devez porter votre casque, jugulaire fermée, jusqu'à la pose du vélo.
- Interdit de se déshabiller entièrement dans le parc à vélo.
  Des tentes matérialisées sont à votre disposition.
- Si vous avez eu une pénalité en vélo, passez à la penalty box avant de partir en course à pied.



COURSE



LE PARCOURS CAP

- CHEMINS STABILISÉS ET ROUTE

POUR LES PARCOURS M / L :

- PASSAGE DANS LA PRESTIGIEUSE AVENUE DE CHAMPAGNE
- CROISEMENT DES CONCURRENTS À PLUSIEURS REPRISES
- 2 RAVITAILLEMENTS SUR LE PARCOURS

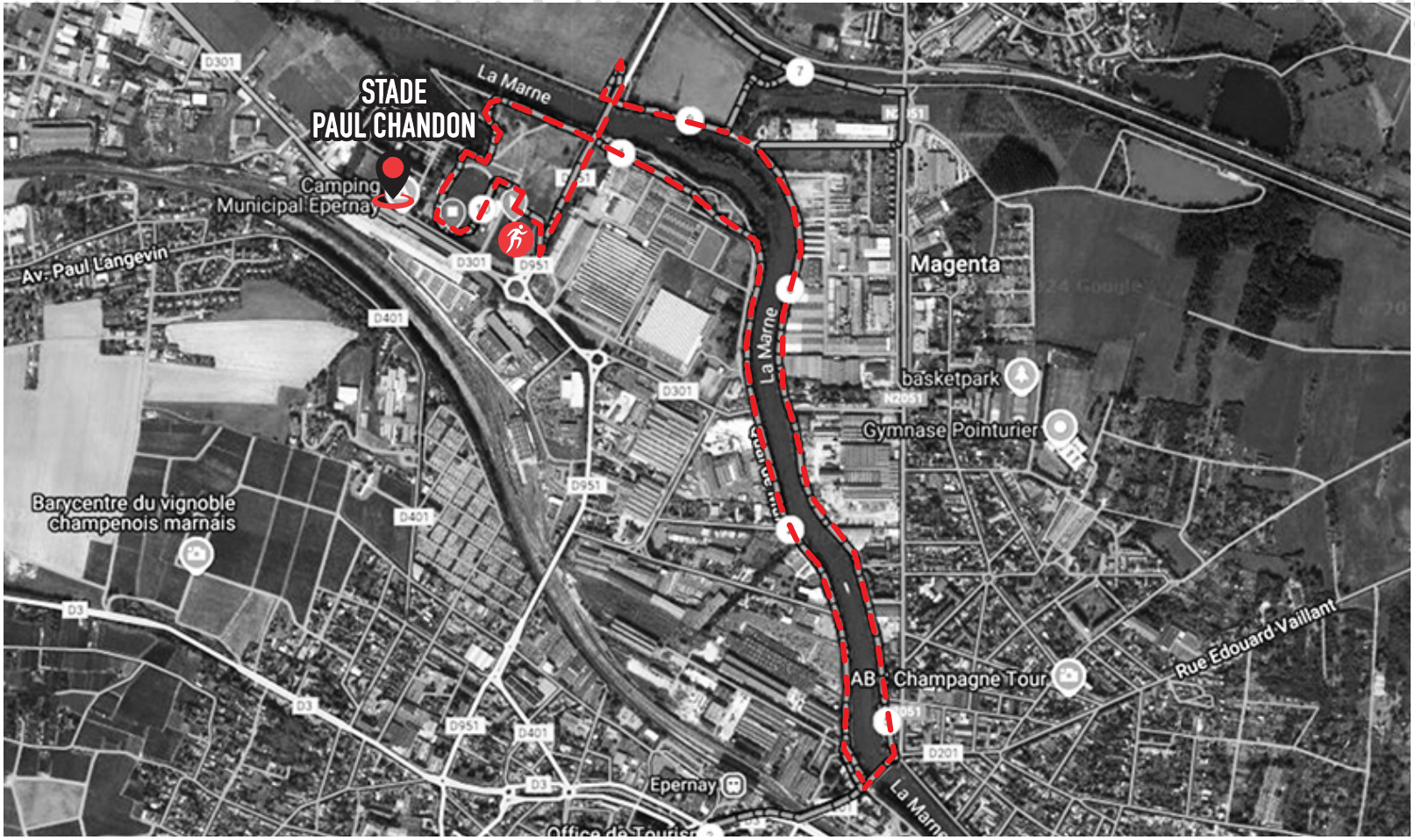
RÈGLES

- Dossard visible devant et à la taille.
- Fermeture des trifonctions avant les 200 derniers mètres.
- Accompagnement et assistance interdits.
- Respect des zones de propretés matérialisées aux ravitaillements.
- ECO CUP OBLIGATOIRE (une eco-cup vous sera offerte dans le sac dossard)

COURSE S

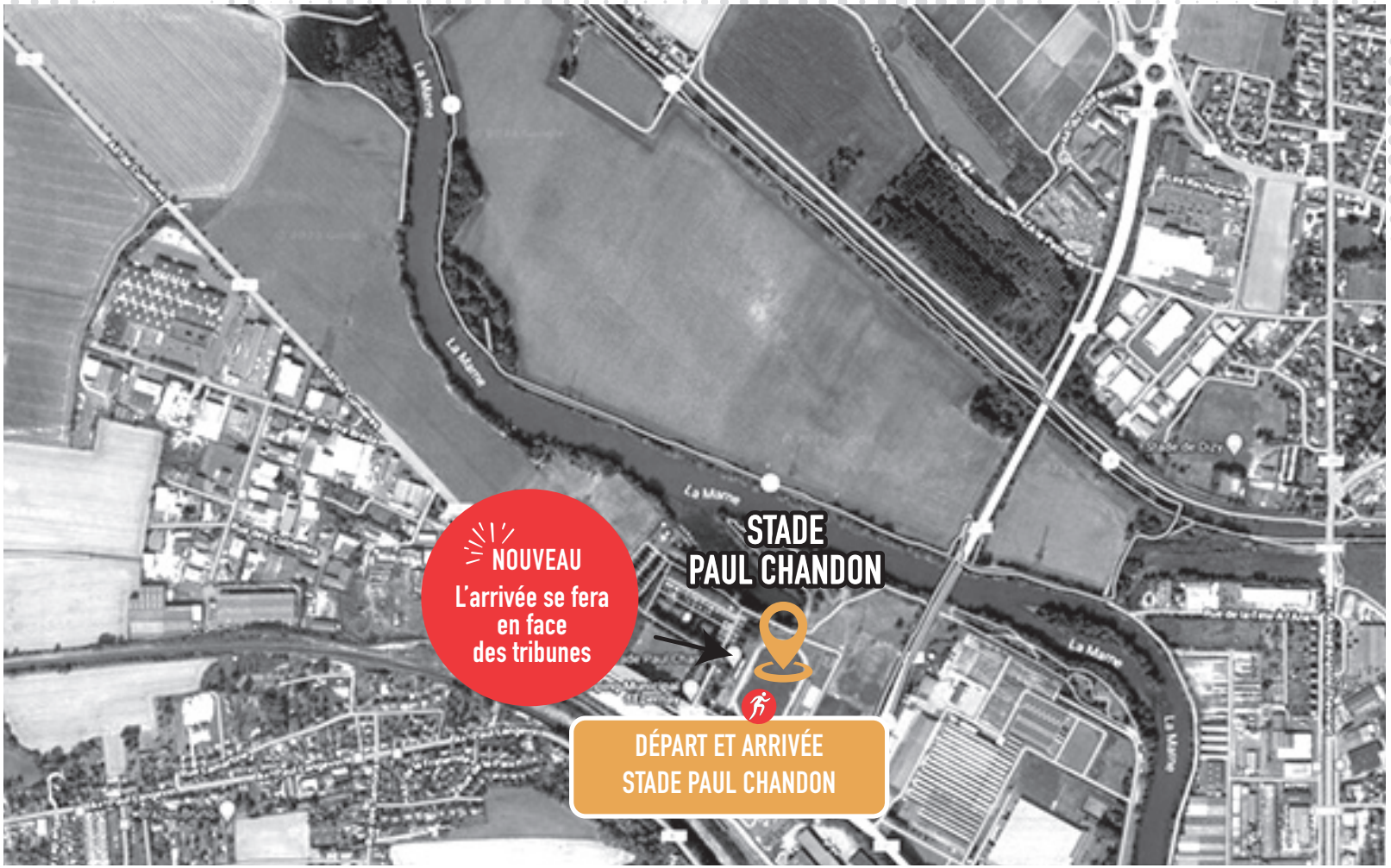
S

- 5 km
- Très faible dénivelé (40m)
- Plus de 50% de chemins arborés sur les bords de Marne et du canal



COURSE S

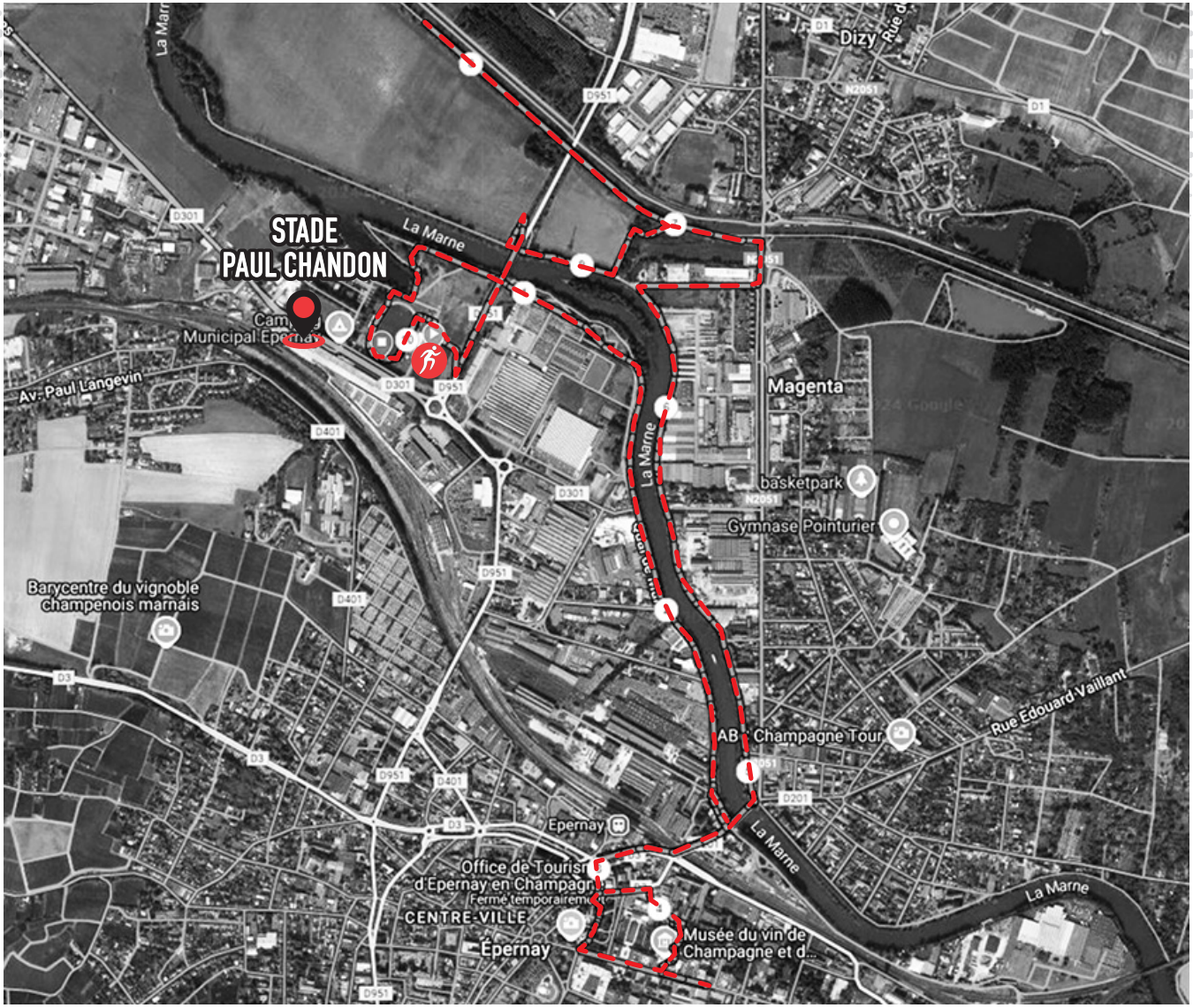
INFORMATIONS POUR LES ACCOMPAGNATEURS



COURSE M/L

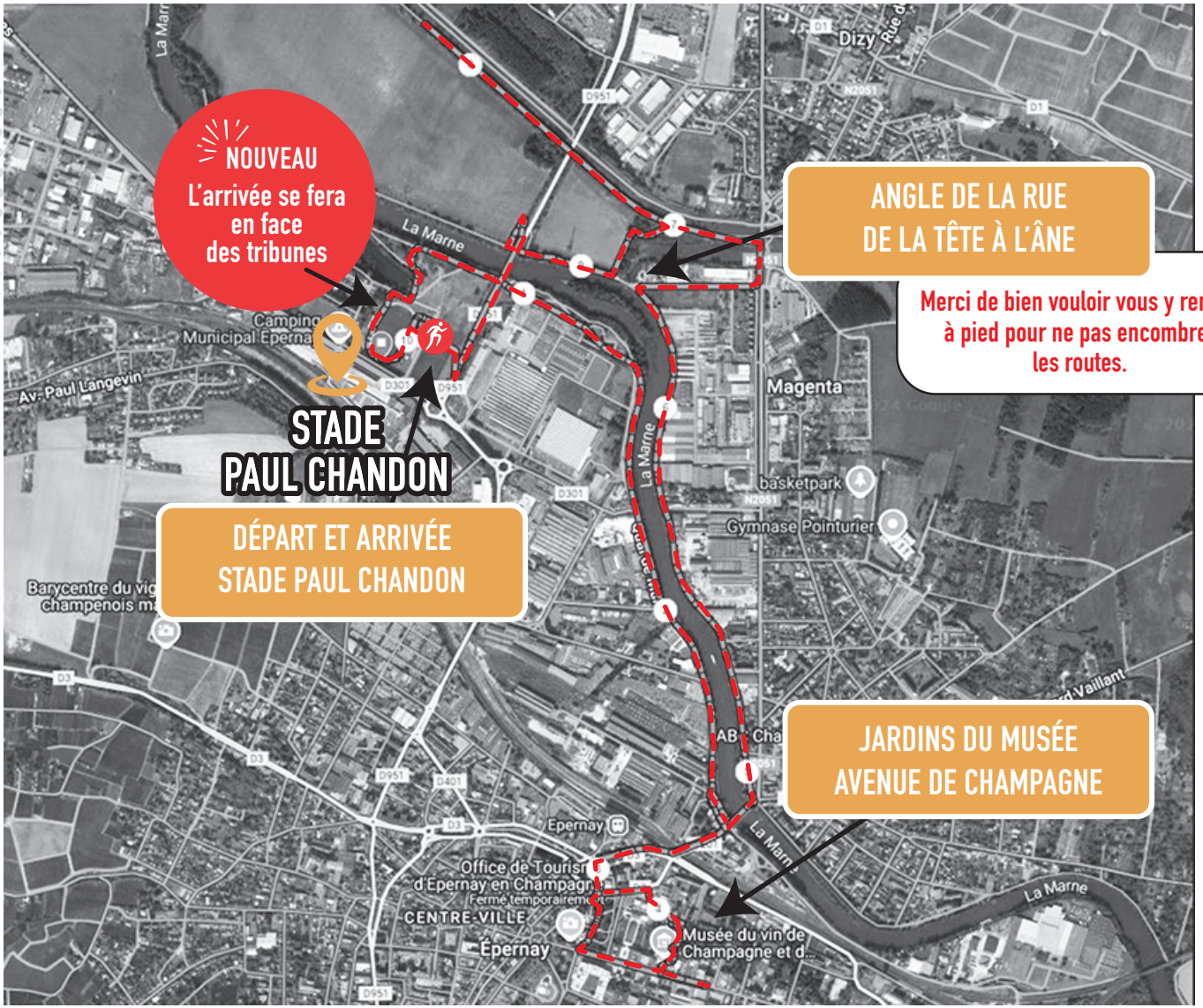
M **L**

- 10km format M (= 1 boucle) / 21km format L (= 2 boucles)
- Passage dans la prestigieuse avenue de Champagne
- Croisement des concurrents à plusieurs reprises
- 2 ravitaillements sur le parcours



COURSE M/L

INFORMATIONS POUR LES ACCOMPAGNATEURS



CHAMP'KIDS

« BABY » < 8 ANS NÉ(E) DE 2019 À 2021	KIDS 8-9 ANS NÉ(E) DE 2017 À 2018
17H30	17H45
200M	400M
1200M	2100M
200M	400M

KIDS 10-13 ANS NÉ(E) DE 2013 À 2016	KIDS 14-15 ANS NÉ(E) DE 2011 À 2012
18H30	19H00
400M	750M
2100M	3600M
400M	750M

« BABY »
= MOINS DE 8 ANS + ADULTE

L'enfant est sous la responsabilité d'un adulte accompagnateur. L'adulte fera tout le parcours en courant à côté de l'enfant et se portera garant des règles de sécurité (port du casque…)



DÉCOUVREZ EPERNAY !

PROLONGEZ VOTRE AVENTURE ...

Après l'effort, le réconfort ! Pourquoi ne pas profiter de votre venue pour le Champ'Man pour découvrir Épernay et ses trésors ?

Capitale du champagne, Épernay vous invite à déambuler sur l'avenue de Champagne, classée au patrimoine mondial de l'UNESCO, et visiter ses prestigieuses caves ou découvrir son magnifique musée.

Flânez dans le centre-ville et laissez-vous séduire par son charme, ses parcs verdoyants et ses lieux culturels. Faites de votre passage à Épernay un week-end mémorable, où sport et découverte s'unissent pour un moment unique !



CREDIT PHOTO ISTOCK - ©HEINSTIRRED

LES INCONTOURNABLES

LE TOP 4 !

1. Avenue de Champagne : nos “Champs-Elysées” sparnaciens, qui cachent un trésor : sous la ville, plus de 100km de caves creusées dans la craie regorgent de Champagne.

2. Musée du vin de Champagne et d’Archéologie régionale : petits et grands trouveront l’émerveillement dans ce musée en découvrant, tout en apprenant, grâce à des dispositifs ludiques et participatifs devant les quelques 2500 objets exposés.

3. Pressoria, voyage sensoriel au coeur de la Champagne : découvrez les secrets du Champagne de façon ludique et interactive au travers de vos cinq sens.

4. Les maisons de Champagne : elles sont au nombre de 360. Quelques unes d’entre elles vous ouvrent leurs portes, vous dévoilant leurs caves ou vous invitant à déguster leur gamme.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération



CRÉDIT PHOTO ISTOCK - ©BARMALINI

MARCHER ET DÉCOUVRIR !



CIRCUIT PÉDESTRE À EPERNAY
VISITEZ LE CENTRE VILLE - 45 MINUTES

CIRCUITS PÉDESTRES DANS LES ENVIRONS
« LA CHAMPAGNE À PIED »

VISITES GUIDÉES

DÉGUSTER...

LES BARS À CHAMPAGNE

LES RESTAURANTS



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération

POUR PLUS D'INSPIRATION ?

Vous venez en famille, entre amis, en amoureux ?
Retrouvez les propositions de week-ends concoctés par l'Office de Tourisme d'Epernay !

PARTENAIRES

PROFITEZ DES AVANTAGES NÉGOCIÉS POUR VOUS
SUR PRÉSENTATION DU DOSSARD OU DE LA CONFIRMATION D'INSCRIPTION !

MUSÉE DU VIN DE CHAMPAGNE ET D'ARCHÉOLOGIE RÉGIONALE – EPERNAY

JOURNÉES EUROPÉENNES DE L'ARCHÉOLOGIE

...

LE 12/13/14 JUIN 2026 L'ENTRÉE DU MUSÉE EST GRATUITE !

Château Perrier
13, avenue de Champagne
51200 Epernay
03 26 55 03 56

MUSÉE : ouvert tous les jours (sauf le mardi) de 11h à 19h
PARC DU CHÂTEAU PERRIER : entrée libre de 08h à 21h

ESPACE AQUATIQUE BULLÉO

Propice aux activités aquatiques, sportives et relaxantes, l'espace Bulléo vous accueille pour profiter d'un espace qui prône le bien-être. Venez profiter d'une piscine qui dispose de 6 bassins !

LES 13 ET 14.06.2026
20%
DE RÉDUCTION SUR CHAQUE ENTRÉE

Parc des loisirs Roger-Menu
51200 Epernay
03 26 53 35 60

Lundi et jeudi : 11h-13h45 et 16h-19h45
Mardi et vendredi : 11h-13h45 et 16h-20h45
Mercredi : 8h-13h45 et 15h-19h45
Samedi : 10h-12h45 et 15h-17h45
Dimanche : 9h-12h45