

PARCOURS

DAY 4

Données concernant le parcours

3 km

Départ

Départ du bateau :

La seule et unique possibilité de rejoindre le départ.

Single / Couple

Team of Five / 6to15

6h00 / 8h00

7h00

9h00

Première arrivée des nageurs

7h45

Temps limite du dernier Single / Couple

8h30

Fin des contrôles

10h45

Sécurité

Des bateaux de surveillance et de sauvetage sont placés le long du parcours de natation. 25 sauveteurs de la SSS section Nidwalden assurent la sécurité. 10 canoëistes accompagnent les nageurs le long du parcours.

Particularités

Le départ se fait du bateau. Le chrono est lancé dès que les nageurs quittent le bateau. Ensuite, les gigathlètes courent env. 300 m sur une route goudronnée jusqu'au point d'accès à l'eau. Les auxiliaires indiquent le chemin et se chargent de la sécurité pour l'entrée dans l'eau.

ENNETBÜRGEN / STANSSTAD

APERÇU

STANSSTAD

DÉPART

STANSSTAD

APERÇU

swiss

olympic

Gigathlon

7. – 13. 7. 2013

DAYS

3|4

10. 7. 2013

11. 7. 2013

Aperçu du jour, jeudi 11 juillet 2013

06h00

Trajet en bateau Ennetbürgen – Kehrsiten (Single / Couple) Embarcadère d'Ennetbürgen

06h45 – 7h00

Départ natation Single / Couple après l'arrivée du bateau Kehrsiten

07h45

Arrivée prévue du premier nageur Stansstad

07h45 – 10h45

Zone de transition natation > VTT Stansstad

08h00

Trajet en bateau Ennetbürgen – Kehrsiten (Team of Five / 6to15) Embarcadère d'Ennetbürgen

08h45 – 09h00

Départ natation Team of Five / 6to15 après l'arrivée du bateau Kehrsiten

09h45

Arrivée prévue du premier vététiste Ennetbürgen

09h45 – 14h30

Zone de transition VTT > vélo Ennetbürgen Herdern

10h45

Fin des contrôles natation Stansstad

12h55

Arrivée prévue du premier cycliste Berne Allmend

12h55 – 19h30

Zone de transition vélo > roller Berne Allmend

13h55

Arrivée prévue du premier roller Berthoud

13h55 – 21h30

Zone de transition roller > course à pied Berthoud

14h30

Fin des contrôles VTT Ennetbürgen Herdern

15h45

Arrivée prévue du premier coureur Berne Allmend

15h45 – 01h00

Arrivée Day 4 Berne Allmend

19h30

Départ collectif roller Team of Five / 6to15 Berne Allmend

19h30

Fin des contrôles vélo Single / Couple Berne Allmend

21h30

Fin des contrôles vélo Team of Five / 6to15 Berne Allmend

21h30

Fin des contrôles roller Berthoud

01h00

Fin des contrôles course à pied Berne Allmend

Localités hôtes

ENNETBÜRGEN

A M VIERWALDSTÄTTERSEE

KEHRSITEN

STANSSTAD

SINGLE / COUPLE

LOGISTIQUE

Arrivée

Le Single / Couple emprunte le bus navette du campement pour l'embarcadère d'Ennetbürgen. Il embarque dans le bateau spécial, départ à 6h00. Un trajet en bateau de 45 min. l'amène au départ du parcours de natation à Kehrsiten. Le supporter roule avec le VTT jusqu'à la zone de transition de Stansstad (6,5 km, 25 min.). Suivre les panneaux blancs du Gigathlon. Le Single / Couple doit impérativement rejoindre le départ en bateau. Il n'existe pas d'alternative pour se rendre à Kehrsiten. Secteurs strictement interdits aux véhicules de supporters entre Ennetbürgen et Kehrsiten.

Effets personnels

Le Single / Couple a la possibilité de déposer un sac d'effets personnels directement sur le bateau avant le départ du parcours. Dépôts des effets personnels : de 6h00 à 7h00 directement sur le bateau (avant le départ du parcours). Retrait des effets personnels : de 15h00 à 20h00 dans le hall d'enregistrement au campement de Berne.

Titre de transport

Bracelet, gilet de supporter

TEAM OF FIVE / 6to15

LOGISTIQUE

Arrivée

Le nageur emprunte le bus navette du campement pour l'embarcadère d'Ennetbürgen. Il embarque dans le bateau spécial, départ à 8h00. Un trajet en bateau de 45 minutes les amène au départ du parcours de natation à Kehrsiten. Le nageur doit impérativement rejoindre le départ en bateau. Il n'existe pas d'alternative pour se rendre à Kehrsiten. Secteur strictement interdit aux véhicules de supporters.

Effets personnels

Le nageur a la possibilité de déposer un sac d'effets personnels directement sur le bateau avant le départ du parcours. Dépôts des effets personnels : de 8h00 à 9h00 directement sur le bateau (avant le départ du parcours).

Retrait des effets personnels

Retrait des effets personnels : de 15h00 à 20h00 dans le hall d'enregistrement au campement de Berne.

Douches

Il n'y a pas de douches à disposition à Stansstad ; des douches sont à disposition au campement d'Ennetbürgen.

Suite du trajet/retour

Le nageur prend le bus navette de Stansstad au campement d'Ennetbürgen. Toute l'équipe roule vers Berne avec le véhicule de supporters, excepté le cycliste.

Titre de transport

Bracelet

TIMETABLE

JEUDI 11 JUILLET 2013

Bus navette du campement d'Ennetbürgen à l'embarcadère d'Ennetbürgen

Single / Couple

Campement d'Ennetbürgen : 5h30

Arrivée à l'embarcadère : 6h00

Départ du bateau : 6h00

Durée du trajet : 5 min.

Durée du trajet : 45 min.

Team of Five / 6to15

Campement d'Ennetbürgen : 7h20

Arrivée à l'embarcadère : 8h00

Départ du bateau : 8h00

Durée du trajet : 5 min.

Durée du trajet : 45 min.

Bus navette de Stansstad à Ennetbürgen Herdern

Nageur / supporter 7h45-10h45, cadence de 15 minutes. Durée du trajet : 5 min.

PARCOURS DE REMPLACEMENT

E 4.1

Raisons pour le parcours de remplacement

Parcours de natation raccourci en cas de température de l'eau trop basse. Parcours de remplacement de course à pied en cas d'orage ou avis de tempête.

Températures de l'eau

A partir de 15° C : parcours d'origine

14 – 14,9° C : Parcours de natation max. 2 km, Harissenbucht – Stansstad

13 – 13,9° C : Parcours de natation max. 1 km, Harissenbucht – Stansstad

Jusqu'à 12,9° C : le parcours de natation est remplacé

par un parcours de course à pied, départ au campement d'Ennetbürgen.

Données concernant le parcours de remplacement

8 km, 250 m de dénivelé

Temps de parcours

Départ Single / Couple : 7h00, Team of Five / 6to15 : 9h00

Endroits dangereux

① Descente raide sur le trail en forêt, bonnes chaussures conseillées.

PARCOURS

DAY 4

Données concernant le parcours

43 km

1000 m de dénivelé

Première transition natation > VTT

7h45

Première arrivée des vététistes

9h45

Temps limite du dernier Single / Couple

12h30

Fin des contrôles

14h30

Endroits dangereux

① Croisement de parcours. Suivre les instructions du staff.

② Passage de voies ferrées. S'arrêter impérativement lorsque les barrières du passage à niveau sont fermées.

Particularités

Les gourdes, tubes, canettes, peaux de banane et tout autre déchet de ravitaillement doivent être exclusivement jetés dans la « zone de déchets » située après les postes de ravitaillement et non pas sur le parcours, sinon pénalité de temps.

swiss

olympic

Gigathlon

7. – 13. 7. 2013

DAYS 3|4

10. 7. 2013

11. 7. 2013

Aperçu du jour, jeudi 11 juillet 2013

06h00	Trajet en bateau Ennetbürgen – Kehrsiten (Single / Couple) Embarcadère d'Ennetbürgen
06h45 – 7h00	Départ natation Single / Couple après l'arrivée du bateau Kehrsiten
07h45	Arrivée prévue du premier nageur Stansstad
07h45 – 10h45	Zone de transition natation > VTT Stansstad
08h00	Trajet en bateau Ennetbürgen – Kehrsiten (Team of Five / 6to15) Embarcadère d'Ennetbürgen
08h45 – 09h00	Départ natation Team of Five / 6to15 après l'arrivée du bateau Kehrsiten
09h45	Arrivée prévue du premier vététiste Ennetbürgen
09h45 – 14h30	Zone de transition VTT > vélo Ennetbürgen Herdern
10h45	Fin des contrôles natation Stansstad
12h55	Arrivée prévue du premier cycliste Berne Allmend
12h55 – 19h30	Zone de transition vélo > roller Berne Allmend
13h55	Arrivée prévue du premier roller Berthoud
13h55 – 21h30	Zone de transition roller > course à pied Berthoud
14h30	Fin des contrôles VTT Ennetbürgen Herdern
15h45	Arrivée prévue du premier coureur Berne Allmend
15h45 – 01h00	Arrivée Day 4 Berne Allmend
19h30	Départ collectif roller Team of Five / 6to15 Berne Allmend
19h30	Fin des contrôles vélo Single / Couple Berne Allmend
21h30	Fin des contrôles vélo Team of Five / 6to15 Berne Allmend
21h30	Fin des contrôles roller Berthoud
01h00	Fin des contrôles course à pied Berne Allmend

Localités hôtes

ENNETBÜRGEN

AM VIERWALDSTÄTTERSEE

STANSSTAD ENNETBÜRGEN

© swisstopo (BM 130172)

SINGLE / COUPLE

LOGISTIQUE

Arrivée

Le supporter / Couple roule avec le VTT jusqu'à la zone de transition de Stansstad (6,5 km, 25 minutes). Suivre les panneaux blancs du Gigathlon.

Suite du trajet

Le supporter / Couple va de Stansstad au campement d'Ennetbürgen avec le bus navette.

Titres de transport bus / bateau

Bracelet, gilet de supporter

TEAM OF FIVE / 6to15

LOGISTIQUE

Arrivée

Le vététiste roule avec le VTT jusqu'à la zone de transition de Stansstad (6,5 km, 25 minutes). Suivre les panneaux blancs du Gigathlon.

Effets personnels

Le vététiste apporte des vêtements secs pour le nageur dans la zone de transition de Stansstad. Le cycliste apporte des vêtements secs pour le vététiste dans la zone de transition d'Ennetbürgen.

Douches

Des douches sont à disposition au campement d'Ennetbürgen.

Suite du trajet

Toute l'équipe voyage ensemble dans le véhicule de supporters d'Ennetbürgen au lieu d'étape de Berne. Itinéraire : voir manuel page 43.

TIMETABLE

JEUDI 11 JUILLET 2013

Bus navette de Stansstad à Ennetbürgen Herdern

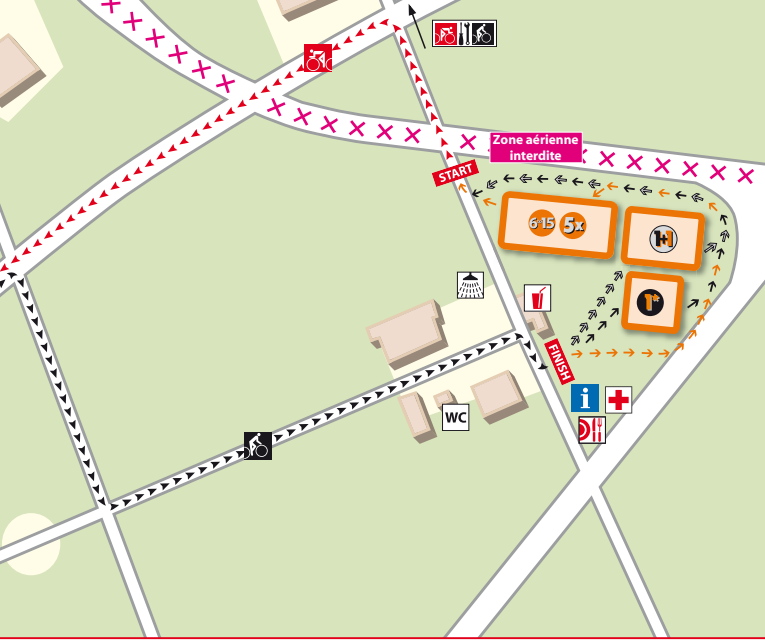
Nageur / supporter 7h45 – 10h45, cadence de 15 minutes. Durée du trajet : 10 min.

PARCOURS DAY 4

Données concernant le parcours	
114 km	
1550 m de dénivelé	
Première transition VTT > vélo	9h45
Première arrivée des cyclistes	12h55
Fin des contrôles	
Single / Couple	19h30
Team of Five / 6to15	21h30

- Endroits dangereux**
- ① A Stans Nord, rouler à droite des feux de signalisation sur les pistes cyclables, attention à la circulation.
 - ② Après la traversée de la piste cyclable sur la digue d'Acheregg : prudence, rouler lentement, virage en U en direction d'Alpnach.
 - ③ Descente de Glaubenberg à Entlebuch : prudence et rouler à une vitesse adaptée. Attention, nombreux passages canadiens !
 - ④ Passage de voies ferrées. S'arrêter lorsque les barrières sont fermées.
 - ⑤ Trubschachen : traversée du village difficile à cause de passages de voies ferrées et de nombreux piétons. Respecter les priorités et suivre les consignes de sécurité.
 - ⑥ De Gümligenmoos jusqu'à l'arrivée (derniers 6 km) : conditions urbaines, rouler à une vitesse adaptée.
- Particularités**
- Les gourdes, tubes, canettes, peaux de banane et tout autre déchet de ravitaillement doivent être exclusivement jetés dans la « zone de déchets » située après les postes de ravitaillement et non pas sur le parcours, sinon pénalité de temps.

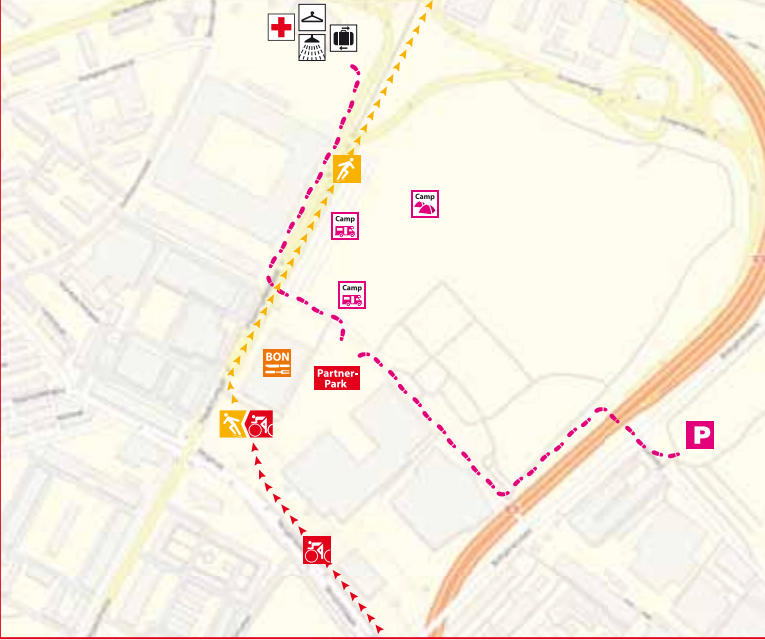
ENNETBÜRGEN DÉPART



BERN ALLMEND ARRIVÉE



BERN ALLMEND APERÇU



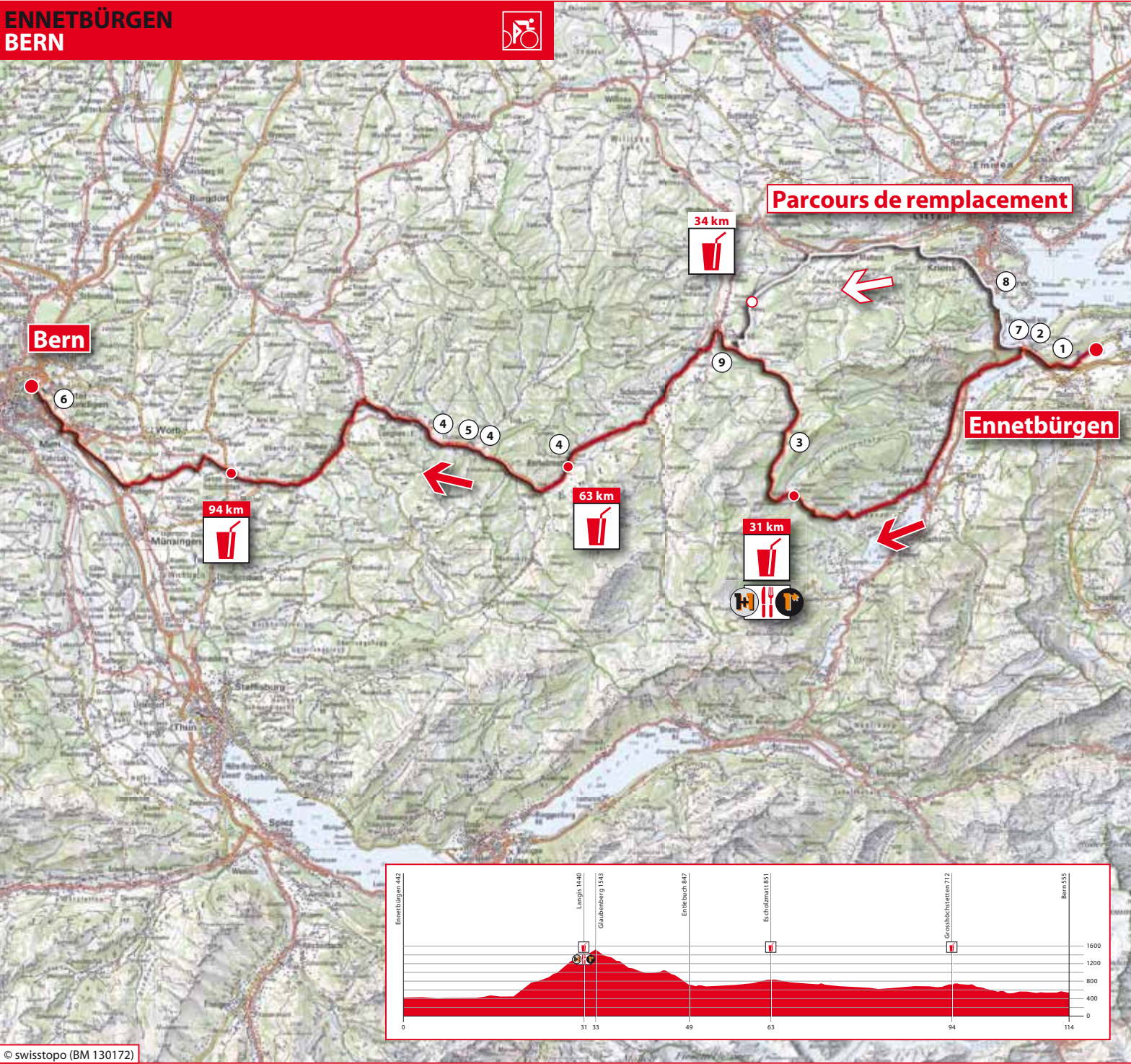
swiss olympic Gigathlon 7. – 13. 7. 2013

DAYS 3|4



10. 7. 2013
11. 7. 2013

Aperçu du jour, jeudi 11 juillet 2013	
06h00	Trajet en bateau Ennetbürgen – Kehrsiten (Single / Couple) Embarcadere d'Ennetbürgen
06h45 – 7h00	Départ natation Single / Couple après l'arrivée du bateau Kehrsiten
07h45	Arrivée prévue du premier nageur Stansstad
07h45 – 10h45	Zone de transition natation > VTT Stansstad
08h00	Trajet en bateau Ennetbürgen – Kehrsiten (Team of Five / 6to15) Embarcadere d'Ennetbürgen
08h45 – 09h00	Départ natation Team of Five / 6to15 après l'arrivée du bateau Kehrsiten
09h45	Arrivée prévue du premier vététiste Ennetbürgen
09h45 – 14h30	Zone de transition VTT > vélo Ennetbürgen Herdern
10h45	Fin des contrôles natation Stansstad
12h55	Arrivée prévue du premier cycliste Berne Allmend
12h55 – 19h30	Zone de transition vélo > roller Berne Allmend
13h55	Arrivée prévue du premier roller Berthoud
13h55 – 21h30	Zone de transition roller > course à pied Berthoud
14h30	Fin des contrôles VTT Ennetbürgen Herdern
15h45	Arrivée prévue du premier coureur Berne Allmend
15h45 – 01h00	Arrivée Day 4 Berne Allmend
19h30	Départ collectif roller Team of Five / 6to15 Berne Allmend
19h30	Fin des contrôles vélo Single / Couple Berne Allmend
21h30	Fin des contrôles vélo Team of Five / 6to15 Berne Allmend
21h30	Fin des contrôles roller Berthoud
01h00	Fin des contrôles course à pied Berne Allmend



SINGLE / COUPLE LOGISTIQUE

Arrivée
Le supporter / Couple retourne de la zone de transition Stansstad au campement d'Ennetbürgen avec le bus navette. La zone de transition VTT > vélo se trouve à proximité immédiate du campement d'Ennetbürgen.

Suite du trajet
Le supporter et le Couple se rendent ensemble d'Ennetbürgen au prochain lieu d'étape avec le véhicule de supporters. Itinéraire : voir manuel page 43.

TEAM OF FIVE / 6to15 LOGISTIQUE

Arrivée
La zone de transition VTT > vélo se trouve à proximité immédiate du campement d'Ennetbürgen.

Douches
Des douches sont à disposition au campement de Berne.

Effets personnels
Le cycliste apporte des vêtements secs pour le vététiste dans la zone de transition au campement d'Ennetbürgen. Les coéquipiers du cycliste lui amènent des vêtements secs dans la zone de transition au campement de Berne.

PARCOURS DE REMPLACEMENT E 4.3

Raisons de l'entrée en vigueur du parcours de remplacement

- Orage / tempête
- Col infranchissable (neige, glissement de terrain, etc.)
- Températures très basses

Données concernant le parcours de remplacement

105 km
1060 m de dénivelé

Temps de parcours
Le temps du vainqueur est réduit d'environ 15 minutes par rapport au parcours d'origine.

Endroits dangereux

- ⑦ Traversée d'Acheregg, piste cyclable sur les rives du lac en direction de Hergiswil en partie sans visibilité.
- ⑧ Traversée Horw – Kriens, zone urbaine, rouler prudemment.
- ⑨ De retour sur le parcours original, dernière partie Glaubenberg : descente (Erlengraben). Prudence et rouler à une vitesse adaptée en direction d'Entlebuch.

PARCOURS

DAY 4

Données concernant le parcours

25 km

100 m de dénivelé

Première transition vélo > roller

12h55

Première arrivée des rollers

13h55

Départ collectif roller

19h30

Fin des contrôles

21h30

Endroits dangereux

① Les deux premiers kilomètres sont neutralisés. Rester sur le trottoir.Traverser la rue sur les passages piétons uniquement lorsque le feu de signalisation est vert.

② Descente (300 m / 10 md) suivie par un virage serré à droite. Freiner.

③ Descente sans visibilité (250 m / 15 md), freiner absolument. Passage sous la voie ferrée, puis virage à droite à ne pas couper.Bancs à disposition avant et après la descente pour mettre ou enlever les chaussures (facultatif).

④ Construction de l'arène pour la Fête fédérale de lutte, passage difficile, respecter impérativement les consignes du personnel.

Particularités

Le gigathlète roule sur un tronçon neutralisé de la zone de transition de Berne Allmend à la zone industrielle d'Ey à Ittigen. Le chronométrage commence dès le passage sur le tapis de chronométrage près du pont de l'autoroute. **Attention, neutralisation de 45 minutes au maximum.** Ensuite, le chronométrage est automatiquement relancé.

swiss

olympic

Gigathlon

7. – 13. 7. 2013

DAYS 3|4

10. 7. 2013

11. 7. 2013

Aperçu du jour, jeudi 11 juillet 2013

06h00	Trajet en bateau Ennetbürgen – Kehrsiten (Single / Couple) Embarcadère d'Ennetbürgen
06h45 – 7h00	Départ natation Single / Couple après l'arrivée du bateau Kehrsiten
07h45	Arrivée prévue du premier nageur Stansstad
07h45 – 10h45	Zone de transition natation > VTT Stansstad
08h00	Trajet en bateau Ennetbürgen – Kehrsiten (Team of Five / 6to15) Embarcadère d'Ennetbürgen
08h45 – 09h00	Départ natation Team of Five / 6to15 après l'arrivée du bateau Kehrsiten
09h45	Arrivée prévue du premier vététiste Ennetbürgen
09h45 – 14h30	Zone de transition VTT > vélo Ennetbürgen Herdern
10h45	Fin des contrôles natation Stansstad
12h55	Arrivée prévue du premier cycliste Berne Allmend
12h55 – 19h30	Zone de transition vélo > roller Berne Allmend
13h55	Arrivée prévue du premier roller Berthoud
13h55 – 21h30	Zone de transition roller > course à pied Berthoud
14h30	Fin des contrôles VTT Ennetbürgen Herdern
15h45	Arrivée prévue du premier coureur Berne Allmend
15h45 – 01h00	Arrivée Day 4 Berne Allmend
19h30	Départ collectif roller Team of Five / 6to15 Berne Allmend
19h30	Fin des contrôles vélo Single / Couple Berne Allmend
21h30	Fin des contrôles vélo Team of Five / 6to15 Berne Allmend
21h30	Fin des contrôles roller Berthoud
01h00	Fin des contrôles course à pied Berne Allmend

Localités hôtes

Stadt Bern

STADT BURGDORF

BERN

BURGDORF

1

2

3

4

Bern 630

Burgdorf 588

0

25

© swisstopo (BM 130172)

SINGLE / COUPLE

LOGISTIQUE

Anreise

Les supporters / Couples vont de Ennetbürgen à Berne avec le véhicule de supporters. Itinéraire : voir manuel page 43. La zone de transition vélo > roller se trouve à proximité immédiate du campement de Berne Allmend. Chaque équipe est responsable pour que le relais se fasse rapidement et sans encombre à

Berthoud.

Le roller part au plus tôt de Berne, lorsque les supporters ou l'autre membre du Couple sont dans le train pour Berthoud. Neutralisation possible de 45 minutes au maximum. Le supporter ou le partenaire du Couple qui ne doit pas se rendre à Berthoud prend en charge le vélo et le met dans le véhicule de supporters.

TEAM OF FIVE / 6to15

LOGISTIQUE

Arrivée

Le roller et ses coéquipiers voyagent d'Ennetbürgen à Berne avec le véhicule de supporters. Itinéraire : voir manuel page 43. La zone de transition se trouve à proximité immédiate du campement de Berne Allmend.

Douches

Des douches sont à disposition dans la zone de transition de Berthoud.

Suite du trajet / retour

Après sa course, le roller voyage en train de la gare de Berthoud au campement de Berne Wankdorf.

Effets personnels

Le coureur apporte des vêtements secs pour le roller dans la zone de transition de Berthoud.

Titre de transport

Bracelet

TIMETABLE

JEUDI 11 JUILLET 2013

Trains rég.	S 4	S 44
Burgdorf dép.	xxh17	xxh52
Wankdorf arr.	xxh35	xxh05

Trajet à pied de la zone de transition de Berthoud à la gare de Berthoud : 10 minutes.

Trajet à pied de la gare de Berne Wankdorf au campement de Berne Allmend : 10 minutes.

