

HORAIRE / SCHEDULE*

*le comité organisateur se réserve le droit de changer l'horaire en tout temps avant l'événement.
*The race organising committee reserves the right to change the schedule at all time prior to the event.

AVANT LA COURSE
PRE-RACE

MERCREDI WEDNESDAY

04 SEPTEMBRE
SEPT MBER

18h00-19h00 Réunion d'avant course en ligne sur la page Facebook du Triathlon Esprit (réunion en français)
20h00-21h00 Online pre-race briefing on the Esprit Facebook Page (English briefing)

JEUDI THURSDAY

05 SEPTEMBRE
SEPTEMBER

17h00-18h30 Entraînement de nage en eau libre dans le Bassin Olympique / Open water swimming training practice in the Olympic Bassin
16h00-19h00 Remise des trousseaux du participant / race kit distribution
15h00 (FR seulement)- 16h30 (FR seulement)- 18h00 (FR & ENGLISH- Clinique mon premier triathlon/ Beginner's information seminar (English at 18h00)

VENDREDI FRIDAY

06 SEPTEMBRE
SEPTEMBER

17h00-18h30 Entraînement de nage en eau libre dans le bassin Olympique / Open Water Swimming Training practice in the Olympic Bassin
16h00-19h00 Remise de kits du participant / Race Kit Distribution

SAMEDI SATURDAY

07 SEPTEMBRE
SEPTEMBER

06h00 Ouverture de la zone de transition/Transition zone opens

CHAMPIONNAT CANADIEN JUNIOR ET U23 (DISTANCE SPRINT/ JUNIOR AND U23 NATIONAL CHAMPIONSHIPS (SRINT DISTANCE))

07h00 Hommes (men) -Épreuve avec sillonnage réservée aux athlètes Élite/Draft legal race for Elite athletes only

07h30 Femmes (women) -Épreuve avec sillonnage réservée aux athlètes Élite/Draft legal race for Elite athletes only

COUPE QUÉBEC U13-U15/U13-U15 QUÉBEC CUP (avec sillonnage/with drafting)

08h00 Hommes (Men) Coupe du Québec U13-U15 Quebec Cup

08h02 Femmes (Women) Coupe du Québec U13-U15 Quebec Cup

TRIATHLON OLYMPIQUE/OLYMPIC TRIATHLON

08h30 VAGUE 1 / WAVE 1*

09h30 VAGUE 2 / WAVE 2*

10h30 VAGUE 3 / WAVE 3 & Équipes relais / & Relay Teams*

11h30 VAGUE 4 / WAVE 4

12h30 VAGUE 5 / WAVE 5

TRIATHLON DÉCOUVERTE & U13-U15 (récréatif sans sillonnage) / TRY-A-TRI TRIATHLON & U13-U15 (recreational without drafting)

14h00 Départ U13-U15 (récréatif sans sillonnage)- Départ Mixte

14h05 Départ Découverte / Try-a-tri- Départ Mixte

DÉFI CORPORATIF/ CORPORATE RELAY

14h30 Triathlon Sprint / Sprint Triathlon

14h35 Duathlon Sprint / Sprint Duathlon

DIMANCHE SUNDAY

08 SEPTEMBRE
SEPTEMBER

06h00 Ouverture de la zone de transition/Transition zone opens

TRIATHLON DEMI-ESPRIT/DEMI-ESPRIT TRIATHLON (CHAMPIONNATS CANADIENS/CANADIAN CHAMPIONSHIP)

07h00 Départ de masse / Mass start

07h02 Départ par intervalles / Rolling Start

DUATHLON (CHAMPIONNATS CANADIENS) / DUATHLON (CANADIAN CHAMPIONSHIP)

09h15 Duathlon Sprint/Sprint Duathlon

09h30 Duathlon Olympique/Olympic Duathlon

TRIATHLON SPRINT / SPRINT TRIATHLON

10h30 VAGUE 1 / WAVE 1*

11h15 VAGUE 2 / WAVE 2*

12h00 VAGUE 3 / WAVE 3 + Équipes relais / + Relay Teams

12h45 VAGUE 4 / WAVE 4

13h30 VAGUE 5 / WAVE 5

* Départ mixte et âges confondus/ Mixed gender and age start.

**Les participants des épreuves Aqua-vélo seront placés dans la vague 2 des épreuves Triathlon Sprint et Olympique)/Participants in the Aqua-Bike Events will start in wave 2 of the Sprint and Olympic Triathlons events

ESPRIT MONTRÉAL TRIATHLON