

Nouvelle course, nouvelle destination, nouvelle envie...

Le 25 septembre 2010 à 9h30 aura lieu à WeiHai le départ du premier triathlon Olympique 2 en Chine. Vous découvrirez le cadre magnifique entre nature, montagne, verdure du parcours, les rues colorées de cette ville de WeiHai de plus de 2 500 000 d'habitants située à 1h de de Pékin sur la Côte Est de la Chine.

Les valeurs telle que l'hospitalité, la convivialité, la compétition, dans un esprit de respect et de partage, sont au cœur de ce projet.

Venez découvrir avec VO2maxvoyages cette épreuve qui ne va cesser de grandir en terme de notoriété !



vo2maxvoyages

- le spécialiste des sports d'endurance -

BP 109 - 13321 Marseille Cedex 16 - **04.95.06.12.26**

Lundi au Vendredi de 9h30-12h et de 14-18h00

contact@vo2maxvoyages.com www.vo2maxvoyages.com

PROGRAMME

Mercredi 22 septembre :

Départ de France à 13h30 sur un vol de Air France, restauration et nuit à bord.

Jeudi 23 septembre :

10h-11h : Arrivée en fin de matinée à Weihai
Accueil par notre correspondant
puis installation dans votre hôtel****
14h : Montage des vélos suivi par la reconnaissance parcours en vélo
Inscription et retrait des dossards
20h : Visite du village officiel Weihai 2010
Visite de la ville et Welcome Dîner

Vendredi 24 septembre

08h00-10h00 Natation sur le parcours.
12h00 : Briefing en anglais
10h00 à 16h00 : Enregistrement des sacs et des vélos.
18h00 : Cérémonie d'ouverture et dîner officiel

Samedi 25 septembre

10h30 Départ de l'ITU Olympic 2 Weihai 2010
18h30 Cérémonie de remise des prix et dîner de clôture

Dimanche 26 septembre

check out Hôtel et transfert à l'aéroport pour le retour sur Paris ou transfert à l'aéroport pour l'extension de Pékin

PROGRAMME EXTENSION DE PEKIN

Dimanche 26 septembre :

Envol pour Pékin dans la matinée . Accueil par notre guide puis promenade sur la plus grande place du monde : la Place TianAnMen, et le Temple du Ciel .
Dîner . Nuit a l'hôtel Spring Garden (Charme)

Lundi 27 septembre :

Vous partirez à la visite de la Grande muraille de Jianshanling a Simatai (8km). C'est le site incontournable de Chine. C'est la structure architecturale la plus importante jamais construite par l'homme. Depuis 1987, elle est classée au patrimoine mondial de l'UNESCO.
Déjeuner pique nique . Retour en ville, fin d'après midi libre.
Dîner puis nuit a l'hôtel

Mardi 28 septembre :

Visite du Palais d'été : il était le lieu de villégiature de l'empereur et de sa famille. Ils

venaient s'y reposer et s'y divertir. Le palais s'étend sur 294 hectares, il s'articule autour de l'immense lac Kunming et de la colline de la longévité.

Déjeuner puis direction vers la vieille ville avec le temple Lamas et de confucis . Dîner puis nuit a l'hôtel.

Mercredi 29 septembre :

Découverte d'un cite d'expection : la Cite interdite. Il s'agit du plus vaste complexe architectural de Chine : une véritable ville dans la Cité impériale, dans laquelle l'Empereur de Chine et son entourage étaient quasiment assignés à résidence
Déjeuner , puis nous partirons sur le site de JO puis dîner canard laque

Jeudi 30 septembre :

Fin du séjour, départ pour l'aéroport et envol vers Paris sur Air France.



vo2maxvoyages

- le spécialiste des sports d'endurance -

BP 109 - 13321 Marseille Cedex 16 - **04.95.06.12.26**

Lundi au Vendredi de 9h30-12h et de 14-18h00

contact@vo2maxvoyages.com www.vo2maxvoyages.com

HEBERGEMENT



Le BLUE SKY HOTEL ****

Il fait face à la mer et se dresse contre la montagne, avec trois bâtiments modernes, entouré par des arbres et des fleurs. Vous pouvez apprécier la beauté des paysages de l'île Liugong à l'est, et vous pourrez profiter de la vue d'ensemble de Weihai Bay. L'hôtel offre toutes sortes de services tels que : la restauration et boissons, loisirs, logement, conférences, shopping, etc.



Il est l'hôtel officiel de la course et Il se trouve 10 minutes à pied du départ.

TARIFS et CONDITIONS

Tarifs	Chambre double
Séjour Triathlon de WeiHai Du 22 au 26 septembre 5jours/3nuits	1360 €
Séjour Triathlon de WeiHai + extension à Pékin du 22 au 30 septembre 9jours/7nuits	2245 €

**Acompte 400 € à la réservation
Solde : 30 jours avant le départ**

Le voyage Marathon comprend

Les vols Paris / Pékin
Les vols Pékin / WeiHai
Les transferts aéroport - Hôtel - aéroport

Hébergement selon la formule choisie
L'assistance à l'aéroport de Pékin
La reconnaissance du parcours en minibus
Le Kit Coureur

Accompagnateur vo2maxvoyages à partir de 20 inscrits

Ne comprend pas

Taxes Aériennes 254€ au 28/01/2010
Les dépenses personnelles
Transport du vélo lors de l'acheminement aérien : 80 €/pers Pékin, et environ 30€/pers Pékin - WeiHai

En option :

Départ de province : nous consulter
Assurance annulation : 3% du prix du voyage
Assurance annulation bagage spéciale vélo : 4.2% du prix du voyage
Supplément chambre single : 150 €
L'inscription à la course

Tarifs pour l'inscription à la course:

	Jusqu'au 15 avril 2010	16 avril au 15 juillet 2010	16 juillet au 31 août 2010
Triathlon licencié 25 septembre 2010	180.00 €	210.00 €	250.00 €
Triathlon non licencié 25 septembre 2010	250.00 €	280.00 €	320.00 €

vo2maxvoyages

- le spécialiste des sports d'endurance -

BP 109 - 13321 Marseille Cedex 16 - **04.95.06.12.26**

Lundi au Vendredi de 9h30-12h et de 14-18h00

contact@vo2maxvoyages.com www.vo2maxvoyages.com

INFORMATION ET PARCOURS**Accès départ**

Un service de navettes depuis vos hôtels vous déposera sur le lieu du départ.
Les accompagnateurs pourront eux aussi utiliser ces navettes pour se rendre au départ.

Natation : deux boucles de 1,5 Km

En septembre la température de l'eau est comprise entre 19° et 21°, le port de la combinaison est donc vivement conseillé.

La natation se fait dans la baie de Whe Hai, départ depuis la plage avec deux boucles de 1,5 km et donc une sortie à l'australienne pour attaquer la deuxième boucle.

Vous pourrez les jours précédents la compétition nager sur le parcours, une permanence vestiaire sera installée sur la plage..

HEURE LIMITE SORTIE NATATION FIXEE A 11H00 (Soit 1H30 après le départ)

Dépôt du matériel

Les vélos sont à déposer au Parc vélo la veille de la course le samedi 24 septembre entre 14h30 et 20H00.

Vélo : deux boucles de 40 Km HEURE LIMITE VELO FIXEE A 14H30 (fermeture du parc à vélo)

Course à pied : 4 boucles de 5 Km**Ravitaillements :**

En vélo, sur les 80 km du parcours, 4 postes de ravitaillement sont prévus avec une possibilité de ravitaillement personnel au 40km.

Le ravitaillement personnel sera à remettre à l'Organisation le matin de la course.

La boisson énergétique sera distribuée par notre partenaire

- Km 20 : ravitaillement en eau
- Km 40 : ravitaillement en liquide (eau, Coca, effort) et solide (sucré, salé) + ravitaillement personnel
- Km 60 : ravitaillement en eau
- Km 80 : ravitaillement en liquide (eau, Coca, effort) et solide (sucré, salé)

vo2maxvoyages

- le spécialiste des sports d'endurance -

BP 109 - 13321 Marseille Cedex 16 - **04.95.06.12.26**

Lundi au Vendredi de 9h30-12h et de 14-18h00

contact@vo2maxvoyages.com www.vo2maxvoyages.com

CONSEIL

Natation : 3km

2 tours

Pensez à bien vous échauffer, l'eau sera à bonne température, mais calme, le vent ne se levant généralement qu'en début d'après-midi.

Profiter des jours précédents l'épreuve pour bien apprécier le bassin et prendre vos repères pour le jour de la course, attention il y a deux tours ne vous précipiter pas et gérer vos efforts.

Vélo - 80 km : parcours entièrement fermé

2 boucles

Le parcours vélo peut se découper en 2 tronçons qui ont chacun leurs caractéristiques :

Km 0 à 20 :

Attention à ne pas partir trop vite, cette portion est une succession de courtes montées et de descentes le long des petites criques qui bordent cette première partie du parcours ne pas emmener de trop gros braquets d'autant plus que le vent est régulièrement favorable sur cette portion.

Km 20 à 40 :

Après avoir longé la plus grande plage de la ville, changement de décor pour un parcours roulant sur les longues et larges avenue de Wei Hai dans l'euphorie, on aurait tendance à s'emballer, privilégiez donc un braquet facile entre vélocité et puissance. Donc pas d'essoufflement et de rapport de force, la dernière partie de ce tronçon vous surprendra avec une dernière petite bosse !!!! pour redescendre jusqu'à la mer N'oubliez pas de faire le plein des bidons avant de repartir pour la deuxième boucle...

La course à pied – 20 km :

4 tours

Le parcours est un parcours sur bitume le long du bord de mer.

Il y a huit points de ravitaillement sur le parcours, buvez donc régulièrement.

Le parcours comprend 4 boucles. La première doit vous servir à retrouver un rythme et une foulée, prenez le temps de retrouver des sensations, après avoir pris quelques repères lors de votre première boucle, vous pouvez vous lâcher pour les trois dernières... et boucler tranquillement ce premier triathlon Longue Distance ITU de Wei Hai.

Partenaires :



vo2maxvoyages

- le spécialiste des sports d'endurance -

BP 109 - 13321 Marseille Cedex 16 - **04.95.06.12.26**

Lundi au Vendredi de 9h30-12h et de 14-18h00

contact@vo2maxvoyages.com www.vo2maxvoyages.com