



GUIDE DU TRIATHLETE

Dernière mise à jour : 24/06/2026



GORILLAMAN

TRIATHLON DE MONTAUBAN



4 & 5 JUILLET 2026

INFOS ET INSCRIPTIONS

[TRIATHLONMONTAUBAN.FR](https://www.triathlonmontauban.fr)

JEUX, BUVETTE, RESTAURATION - OUVERT AU PUBLIC

COURSES JEUNES - XS - S - M - L



17° Régiment du Génie Parachutiste

P

D927

Avenue du 10° Dragons

Zone principale d'activité

P

Montauban

Le Tarn

Le Tarn

Musée Ingres Bo

Cathédrale baroque
Notre-Dame de l...
Fermé temporairement

GORILLAMAN
YOU JUST HAVE TO TRI

Localisation :
Rue du Corps
Franc Pommies
82000 Montauban

44° 01' 21" N
01° 20' 36" E



SE LOGER AVEC NOS PARTENAIRES

TRIATHLON
DE MONTAUBAN

Vers Cahors / Paris

1 Ibis & Ibis budget (Réduction)

50 route de Saint Martial
82000 MONTAUBAN
05 63 20 20 88

Triathlon

2

Rocade A20

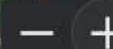
2 Le Dali **** (Réduction)

6 - 8 Quai de Verdun
82000 Montauban
05 63 21 00 00

1

Vers Toulouse

3D



SAMEDI 04 JUILLET 2026

COURSE XS

11H00 à 14H00 : Retrait des dossards
13H45 à 14H45 : Ouverture PAV
14H50 : Briefing course
15H00 : Départ course XS
17H00 : Remise récompenses



DRAFTING AUTORISE

COURSE S IND RELAIS ET ENTREPRISE

11H00 à 15H45 : Retrait des dossards
15H30 à 16H25 : Ouverture PAV
16H35 : Briefing course
16H40 : Départ S – Relais – Entreprise
18H35 : Remise récompenses



DRAFTING AUTORISE

½ FINALE SUD-OUEST D3

15H50 à 17H20 : Retrait des dossards
17H30 à 18H15 : Ouverture PAV
18H25 / 19H55 : Briefing course F/H
18H45 : Départ FEMMES – 20H15 : Départ HOMMES
21H30 : Remise récompenses



DRAFTING AUTORISE



Retrait dossard possible vendredi 3 juillet de 15H00 à 20H00 (sauf D3) Chez notre Partenaire GIANT : 87 Av d'Irlande à Montauban

DIMANCHE 05 JUILLET 2026

COURSE L

06H00 à 07H45 : Retrait des dossards *

07H00 à 08H15 : Ouverture PAV

08H20 : Briefing course

08H30 : Départ course L – L Relais – L en Duo

14H05 : Remise récompenses (PRIZE MONEY)



DRAFTING INTERDIT
SAUF EN DUO

COURSE M

07H45 à 10H00 : Retrait des dossards *

10H00 à 11H15 : Ouverture PAV

11H20 : Briefing course

11H30 : Départ course M – M Relais – M en Duo

14H30 : Remise récompenses (PRIZE MONEY)



DRAFTING INTERDIT
SAUF EN DUO

COURSES JEUNES

11H30 à 13H00 : Retrait des dossards *

13H00 à 13H45 : Ouverture PAV

13H55 : Briefing des 2 courses

14H00 : Départ course 6/9 ans (2017 -2020)

14H20 : Départ course 10/13 ans (2013- 2016)

Remise récompenses : Fin de course 10/13 ans

Retrait dossard possible vendredi 3 juillet de 15H00 à 20H00 (sauf D3) Chez notre Partenaire GIANT : 87 Av d'Irlande à Montauban

ACCES COMPETITION SAMEDI 4 JUILLET 2026 :

NOUS VOUS RECOMMANDONS D'ARRIVER PAR LE NORD OU L'OUEST ET SUIVRE : (RUE DES FRERES PONCELET)

ACCES DEPUIS LE NORD : PRENDRE BVD CHANTILLY / DEPUIS LE SUD PRENDRE LA GARE SNCF DIRECTION CASTELSARRASIN



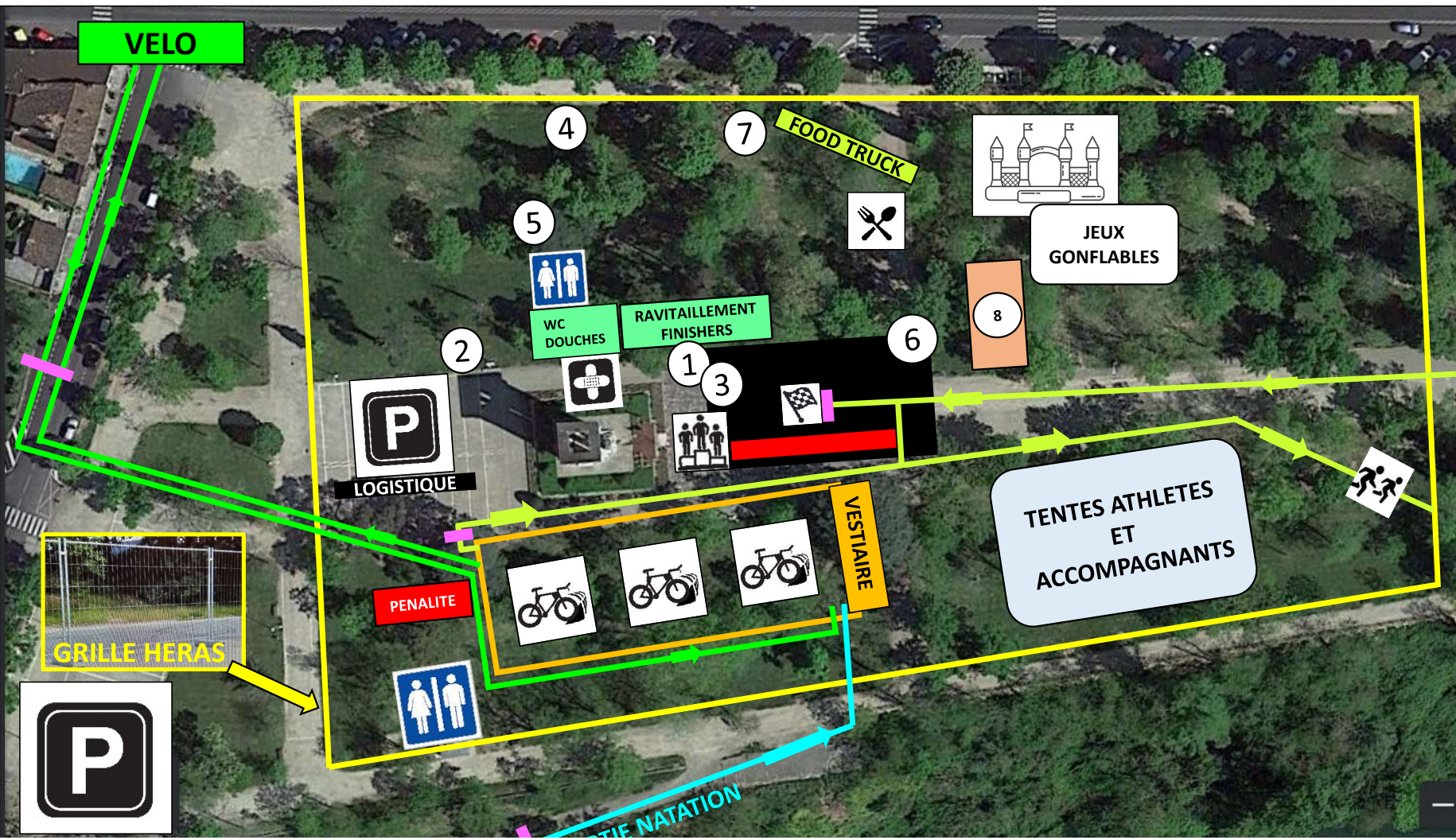
ACCES COMPETITION DIMANCHE 5 JUILLET 2026 :

NOUS VOUS RECOMMANDONS D'ARRIVER PAR LE NORD OU L'OUEST ET SUIVRE (RUE DES FRERES PONCELET)

ACCES DEPUIS LE NORD : PRENDRE BVD CHANTILLY / DEPUIS LE SUD ET L'OUEST PRENDRE LA GARE SNCF DIRECTION CASTELSARRASIN



DETAIL VILLAGE TRIATHLON DE MONTAUBAN



LEGENDES	
	POSTE SECOURS
	ARRIVEE
	PODIUM
1	PC SECURITE
2	ARBITRE / DOPAGE
3	CHRONOMETREUR
4	RETRAIT DOSSARDS / CONSIGNE
5	AFFICHAGE INFOS
6	DJ
7	EXPOSANTS
8	ESPACE VIP



GORILLAMAN

YOU JUST HAVE TO TRI

Cristian - Agencia Fropia

COURSE XS

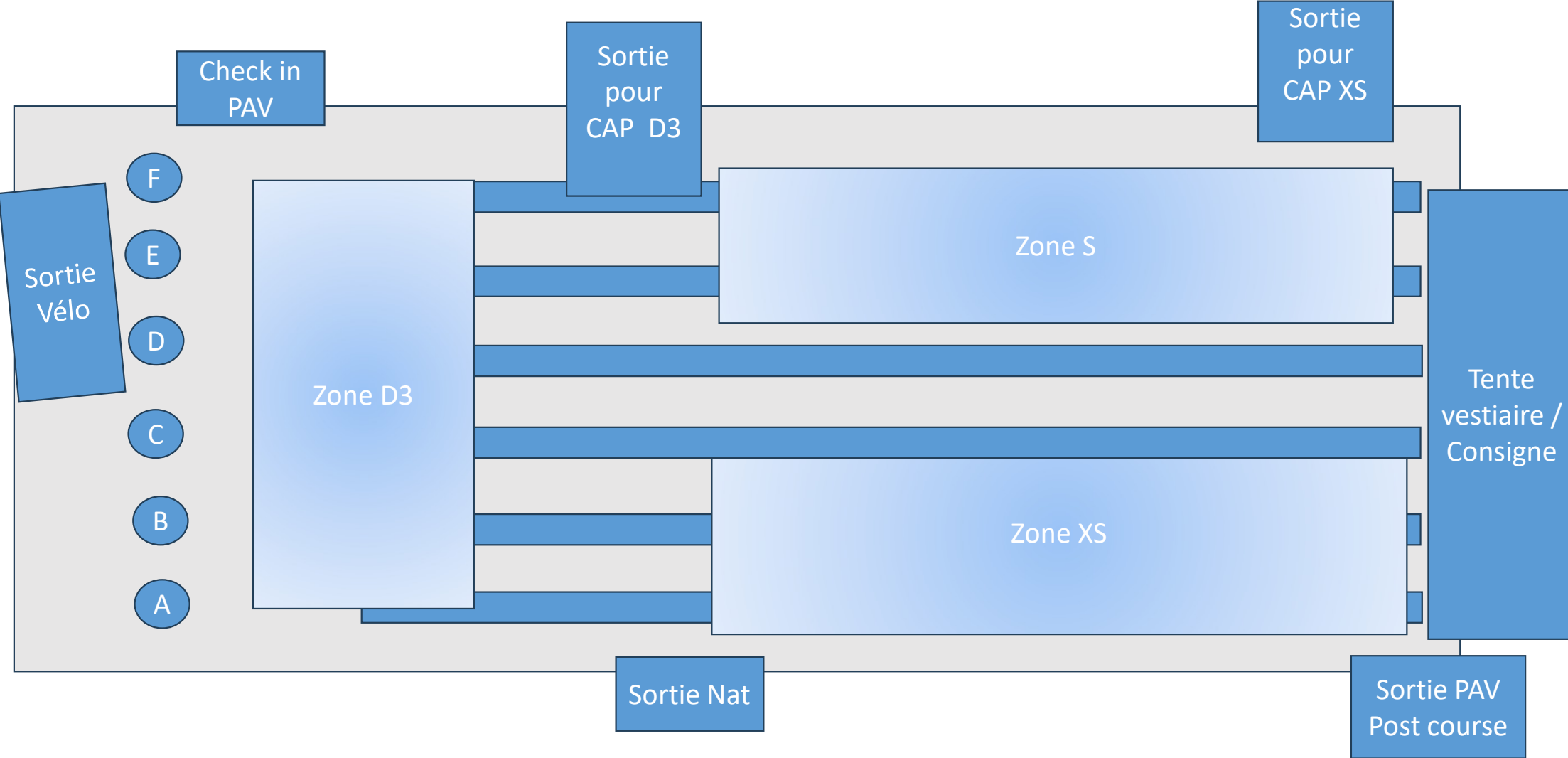
ROUTE FERMEE A LA CIRCULATION



PAV Gorillaman 2026

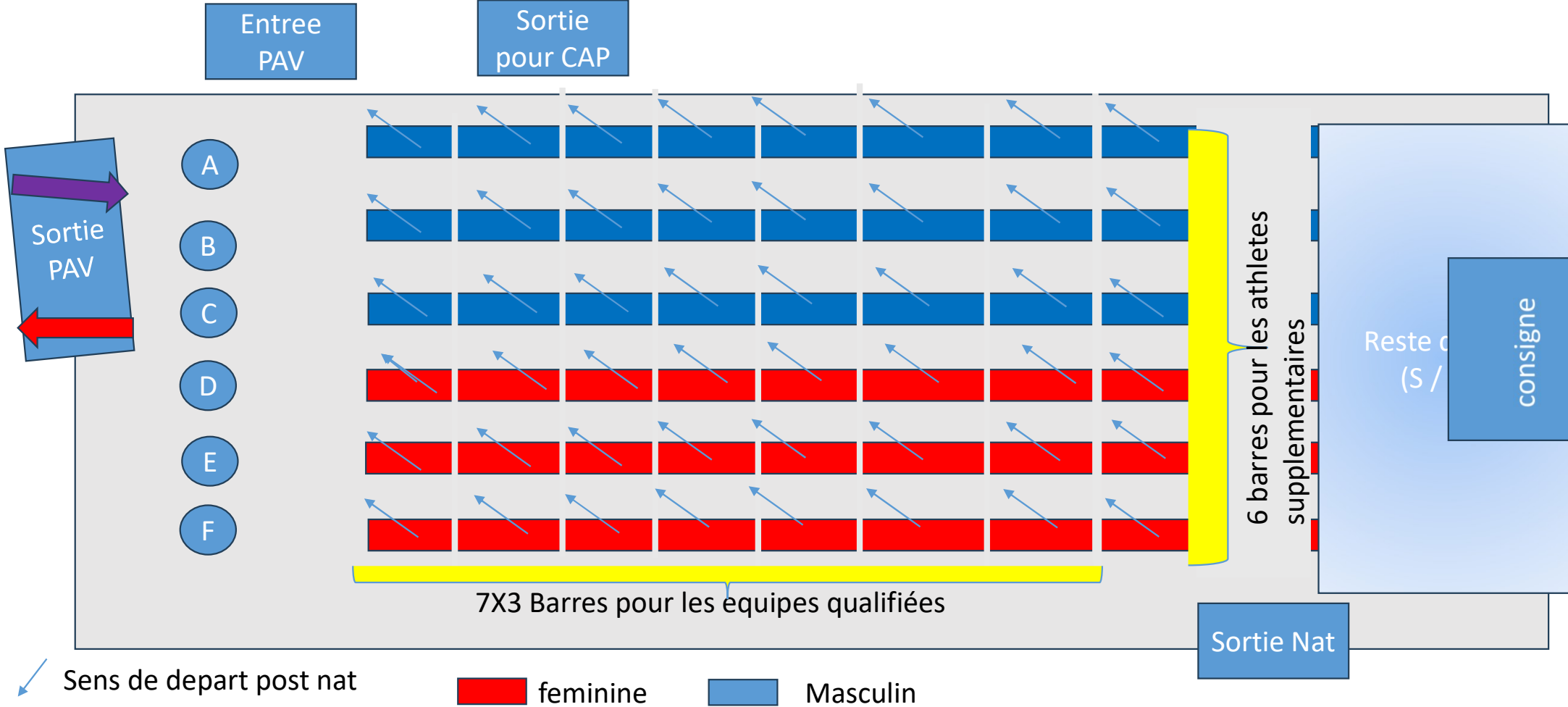


PAV Triathlon le Samedi







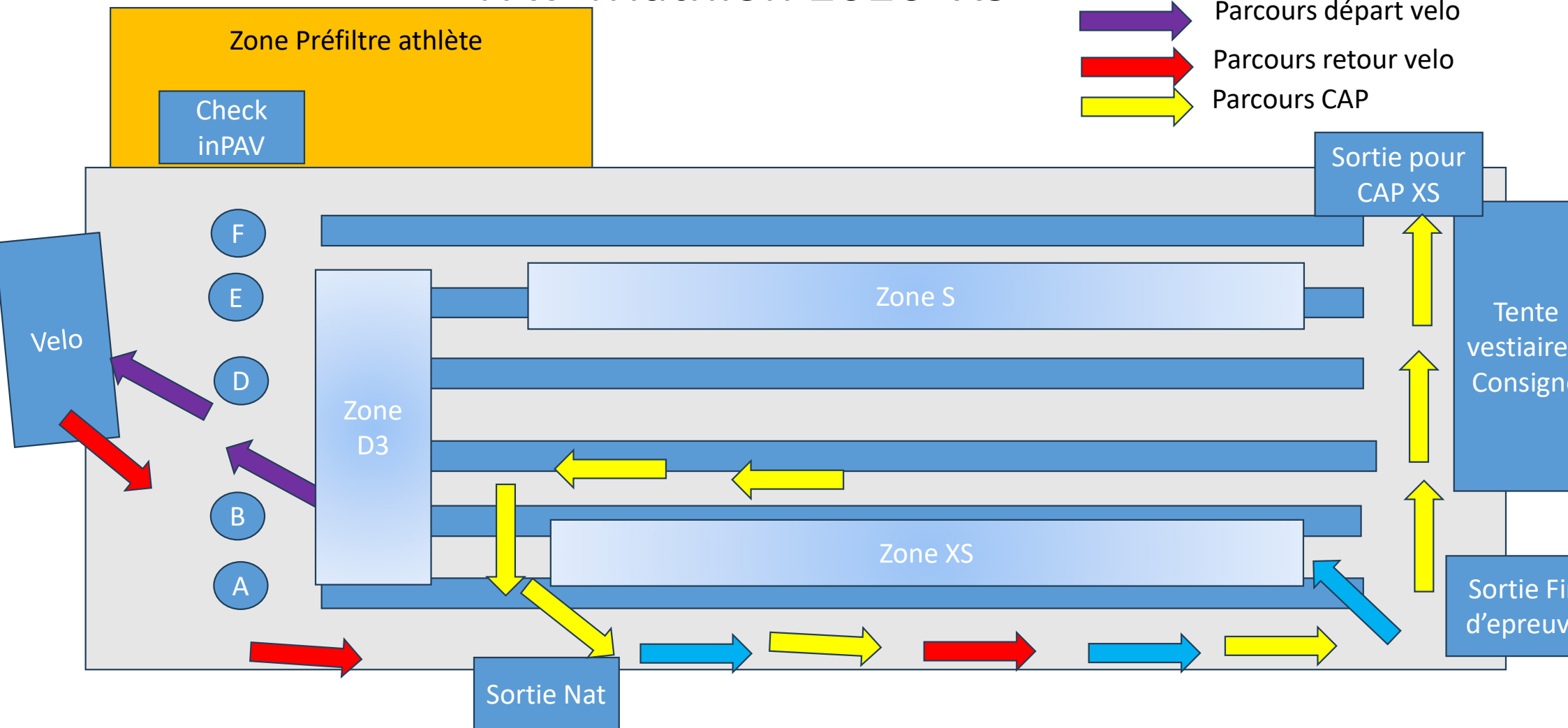
PAV Triathlon le zoom sur D3

21 équipes x2 + 6 barres pour athletes supplementaires



PAV Triathlon 2026 XS

-  Parcours Nat → velo
-  Parcours départ velo
-  Parcours retour velo
-  Parcours CAP

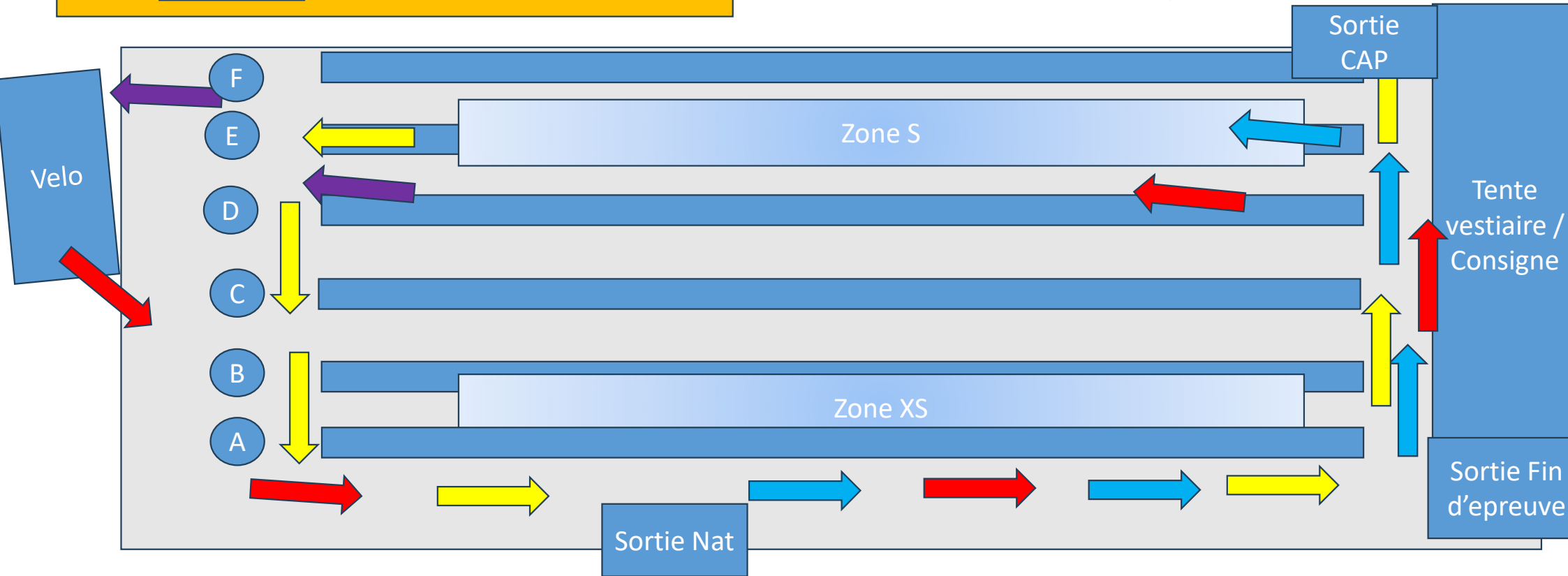


PAV Triathlon 2026 S




Zone Préfiltre athlète

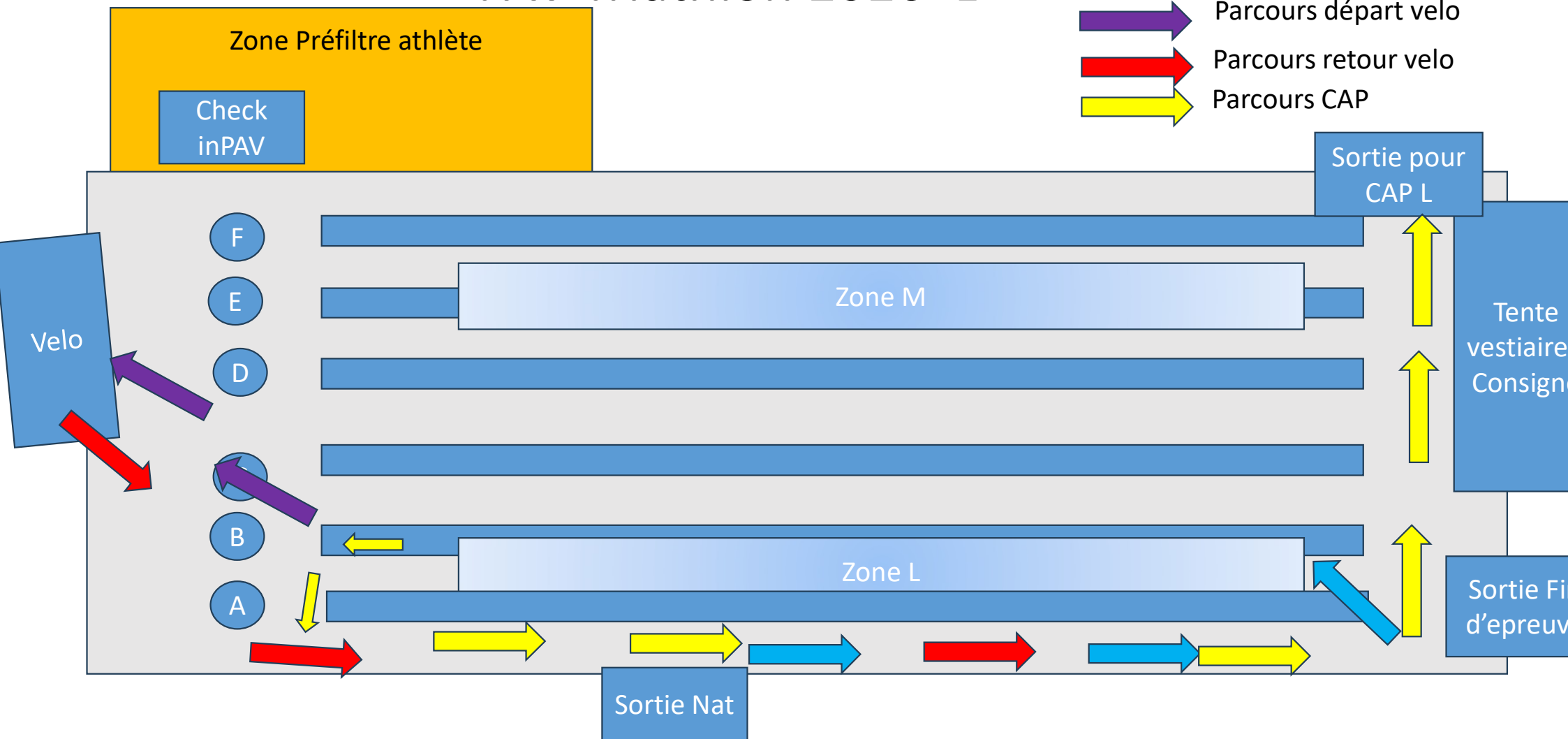
Check inPAV

- Parcours Nat → velo
- Parcours départ velo
- Parcours retour velo
- Parcours CAP

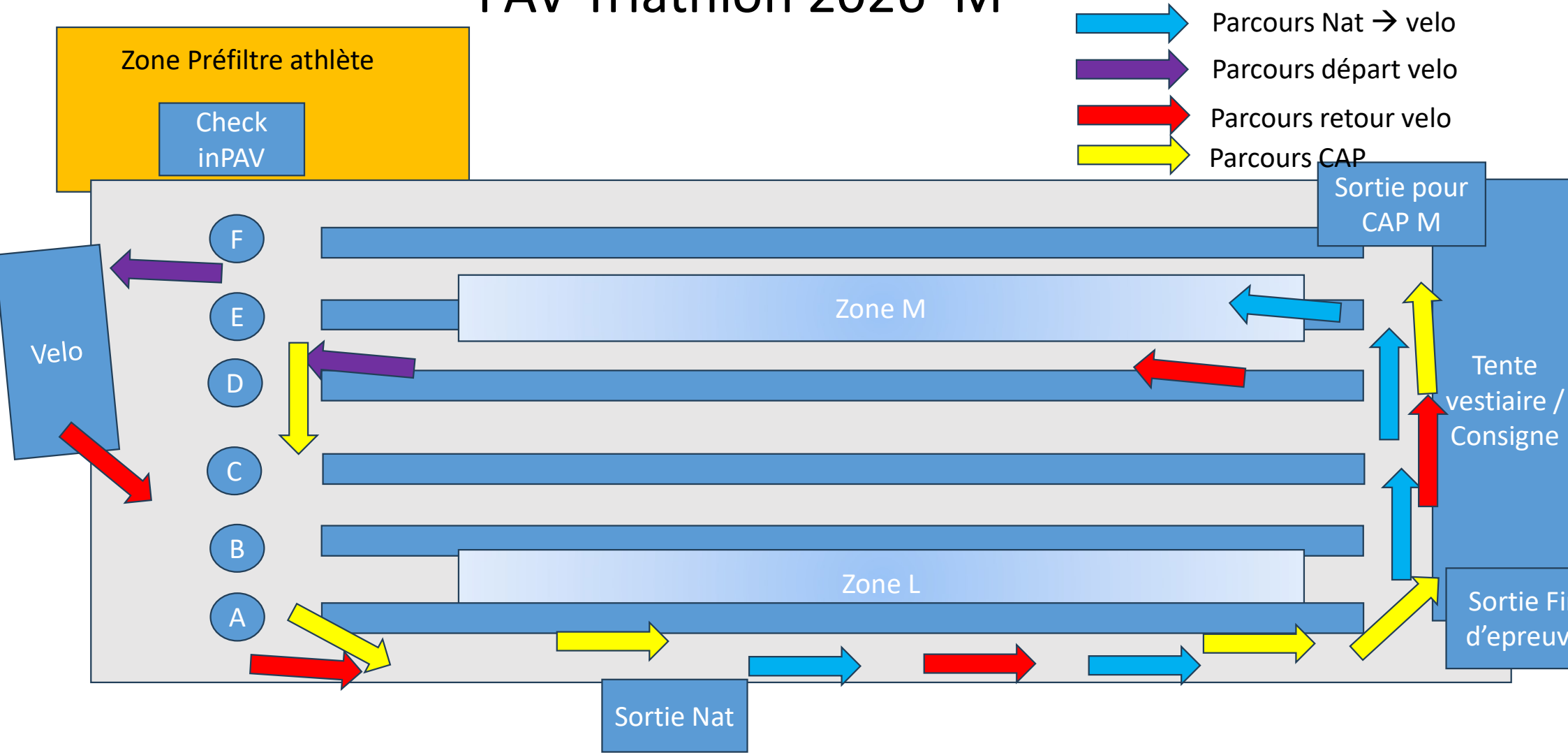


PAV Triathlon 2026 L

-  Parcours Nat → velo
-  Parcours départ velo
-  Parcours retour velo
-  Parcours CAP



PAV Triathlon 2026 M





NATATION
XS
400 M
1 BOUCLE



Départ / Arrivée

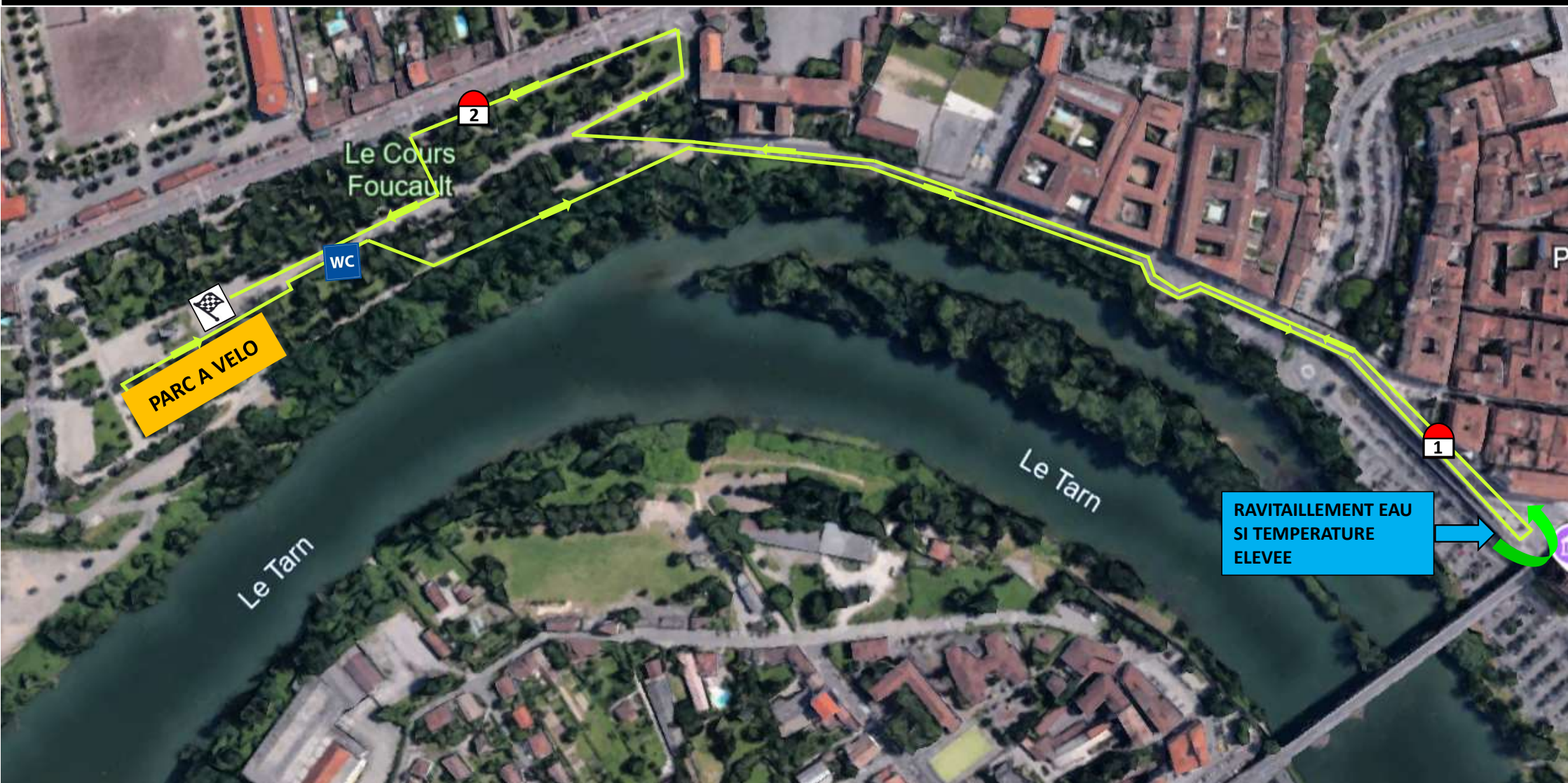
PARCOURS VELO
XS
10 KMS
2 BOUCLES

**CIRCULATION A
L'ANGLAISE
(à gauche)**

**CIRCULATION
EN SENS
NORMAL
(à droite)**

COURSE A PIED XS : 1 BOUCLE 2,5 KM

TRIATHLON
DE MONTAUBAN



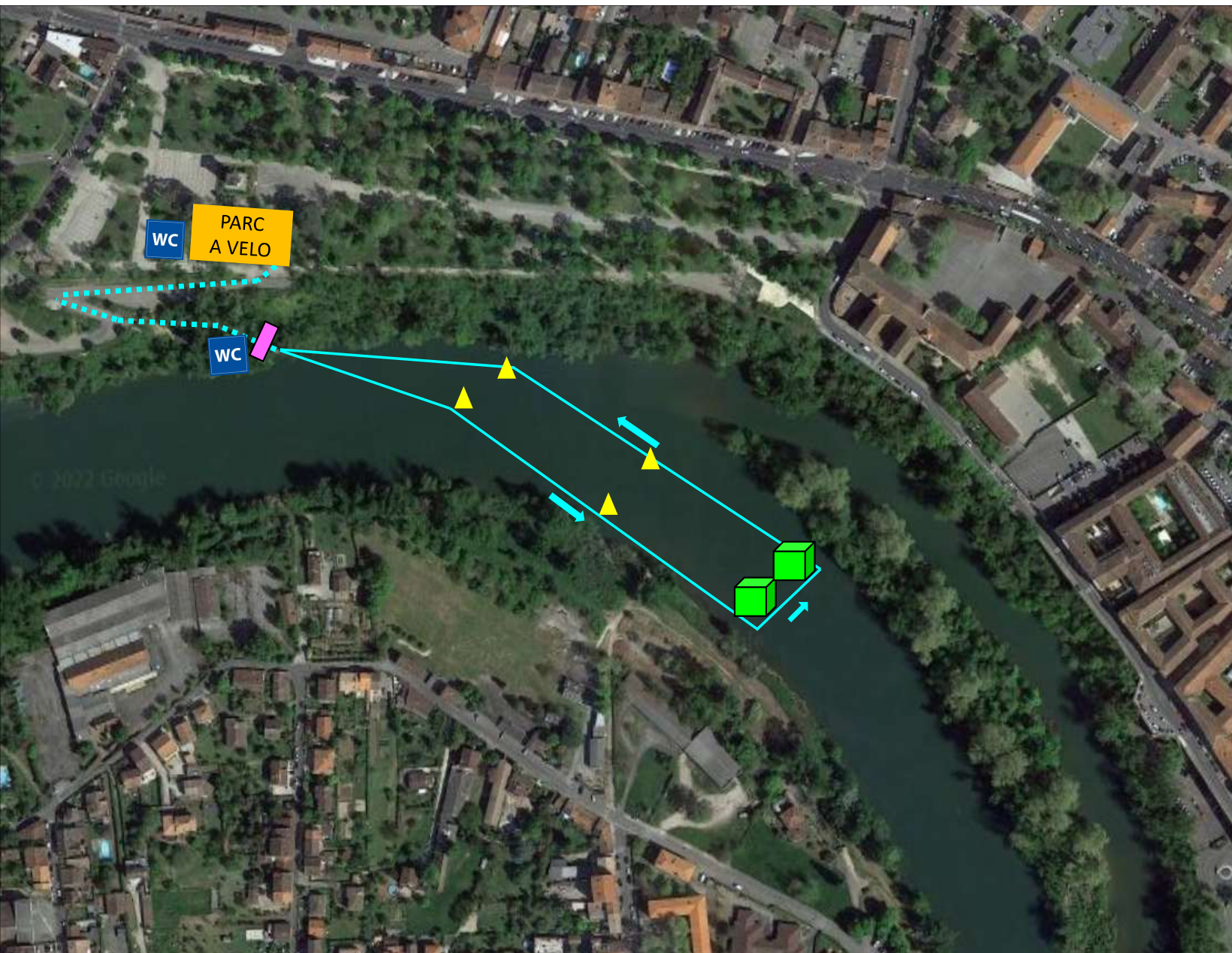
GORILLAMAN

YOU JUST HAVE TO TRI

Crédit : Agence France

COURSES
S INDIVIDUEL
S – RELAIS
S – ENTREPRISE
1/2 FINALE SUD-OUEST D3 TRIATHLON

ROUTE FERMEE A LA CIRCULATION

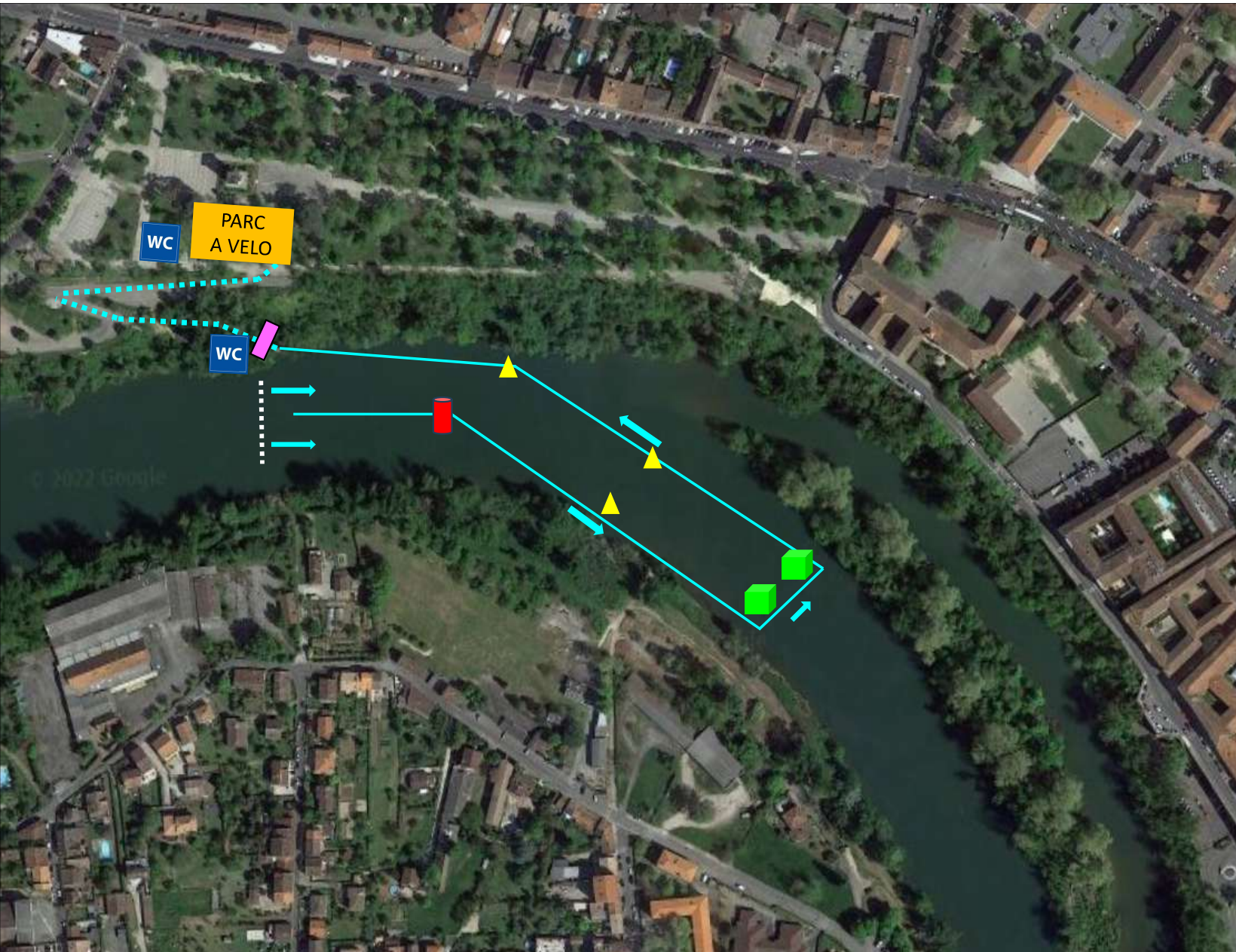


GORILLAMAN
TRIATHLON DE MONTAUBAN

NATATION
S

1 BOUCLE
DE 750 M

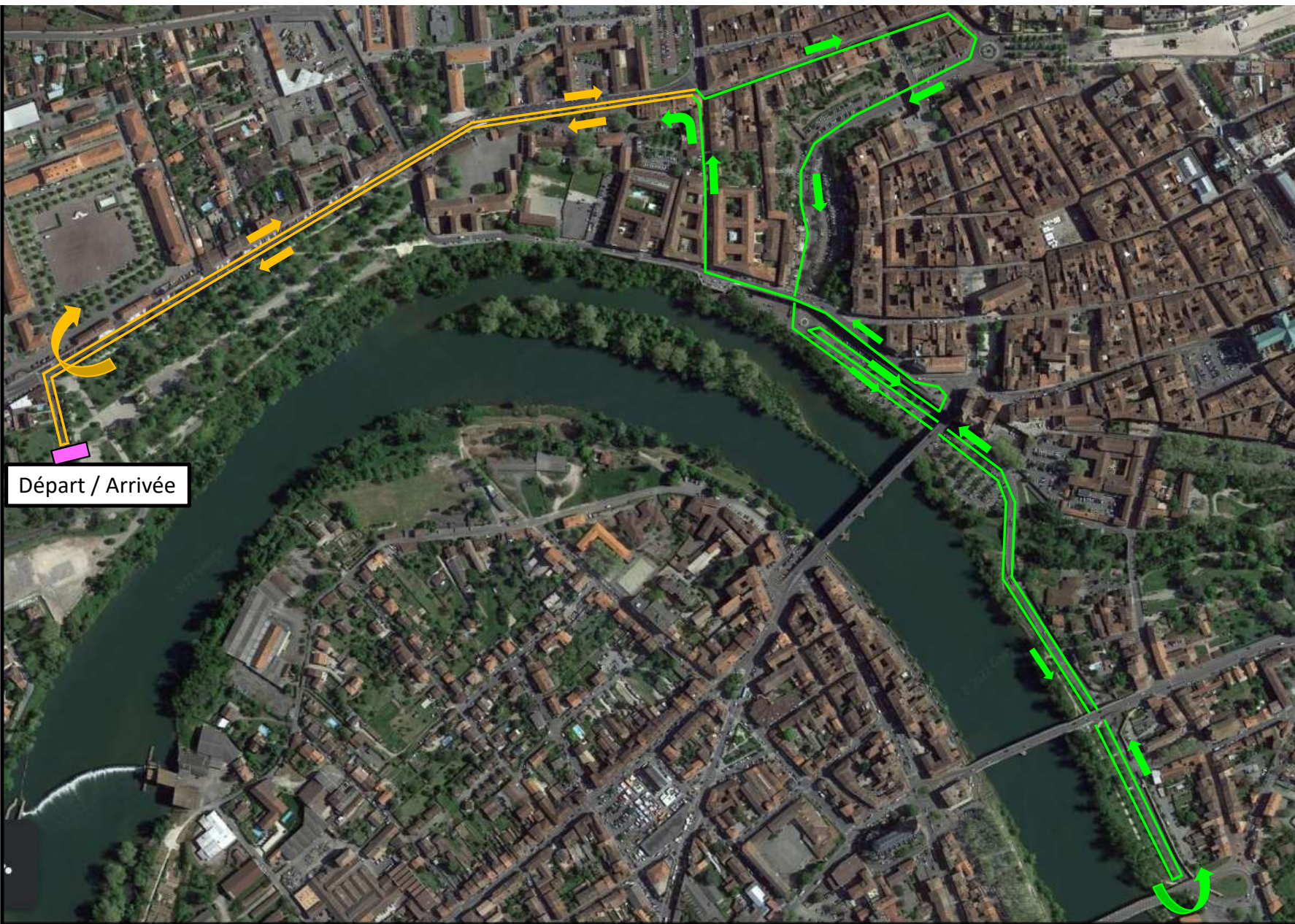




GORILLAMAN
TRIATHLON DE MONTAUBAN

NATATION S
½ FINALE
SUD-OUEST
D3
1 BOUCLE
DE 750 M





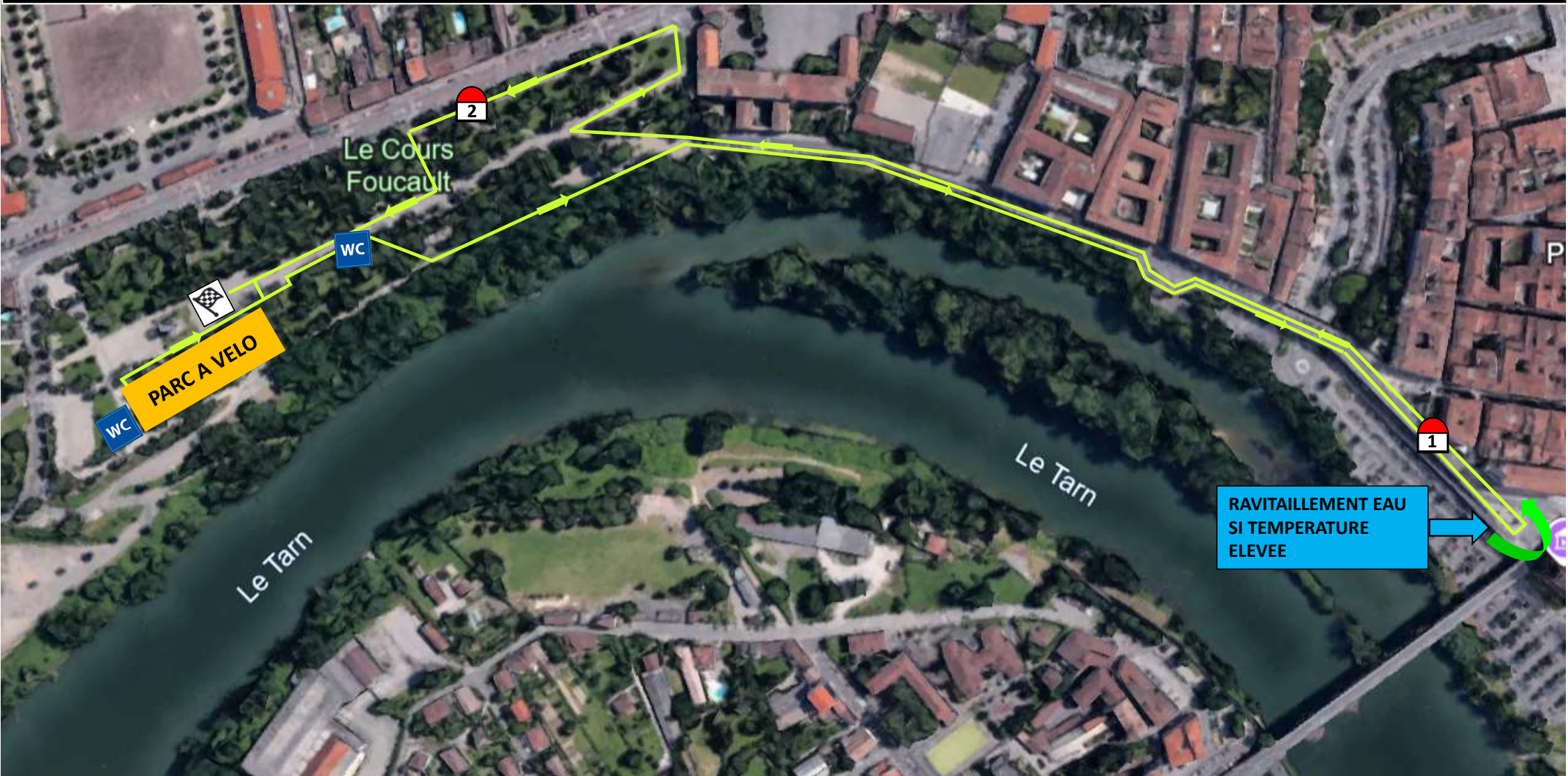
Départ / Arrivée

PARCOURS VELO
S
20 KMS
4 BOUCLES

CIRCULATION A
L'ANGLAISE
(à gauche)

CIRCULATION
EN SENS
NORMAL
(à droite)

COURSE A PIED : S – S Ent – Relais – ½ Finale D3 : 2 BOUCLES 2,5 KM



GORILLAMAN
YOU JUST HAVE TO TRI

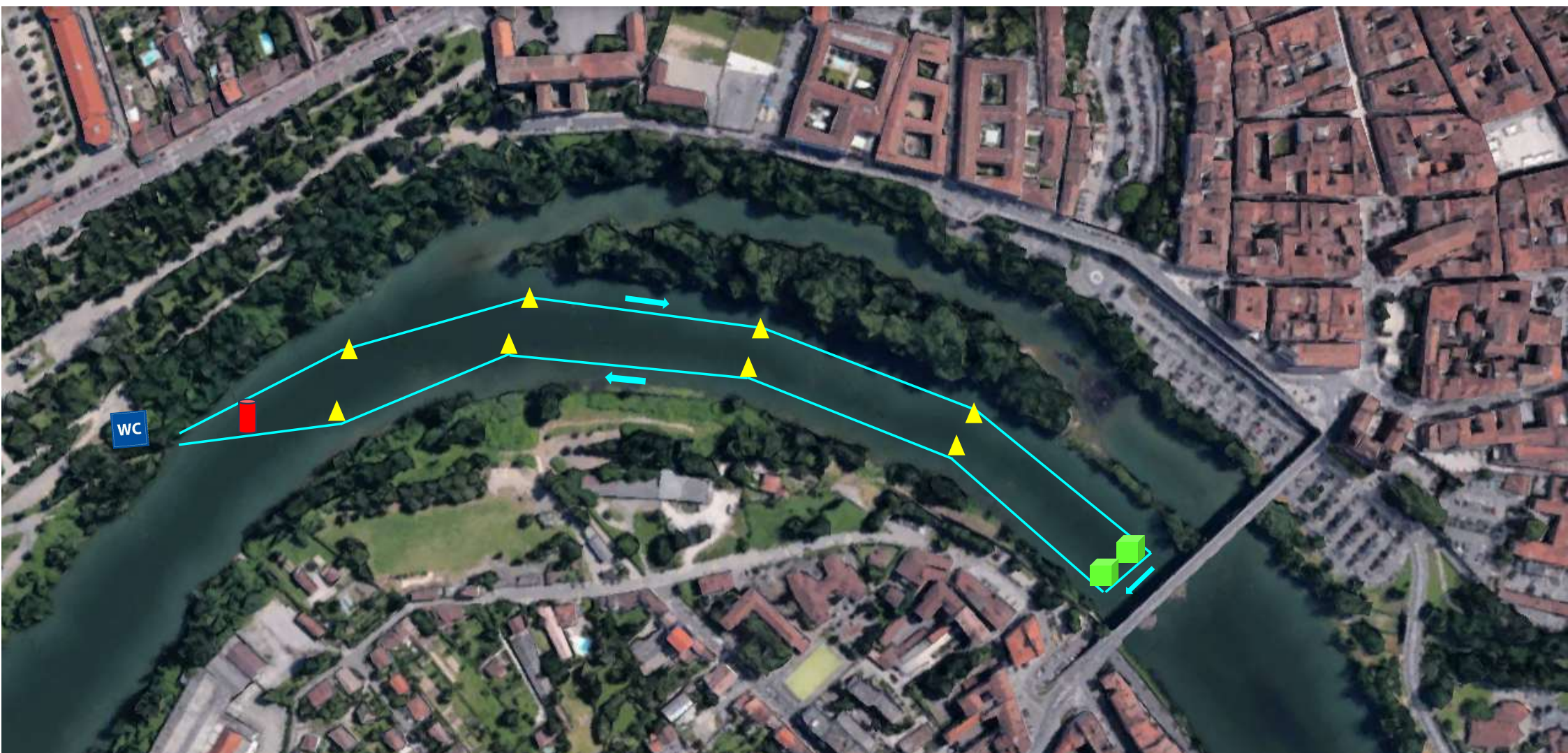
Crédit: Agence France

GORILLAMAN
TRIATHLON DE MONTAUBAN

**COURSES M
INDIVIDUEL
M RELAIS
M EN DUO**

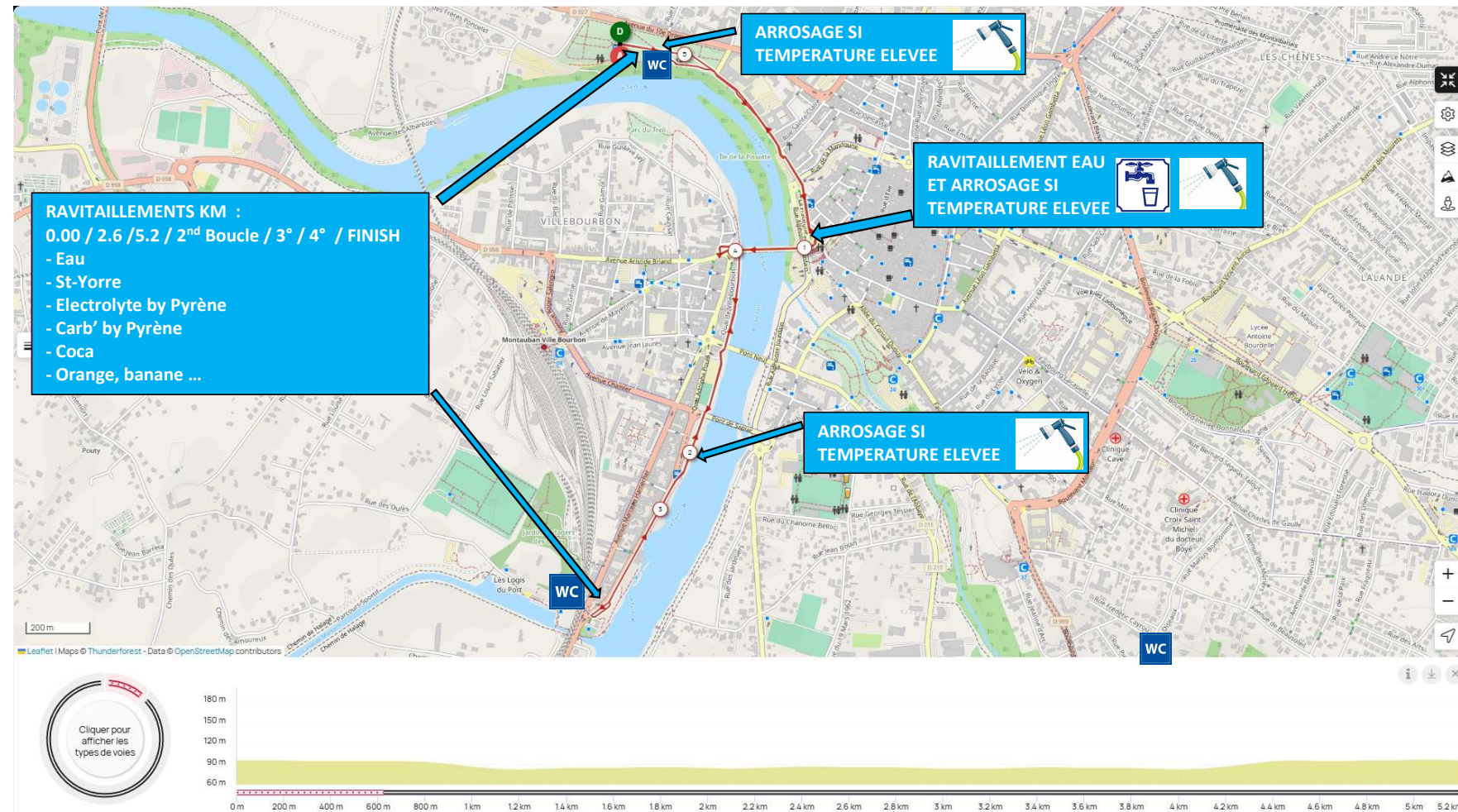
44,35 Kms / 265 m D+

NATATION M 1500 m 1 boucle



PARCOURS COURSE A PIED M 10.4 KMS 2 BOUCLES

Parcours commun
avec le L



GORILLAMAN
YOU JUST HAVE TO TRI

Cristian / Agencia Fapost

GORILLAMAN
TRIATHLON DE MONTAUBAN

COURSES

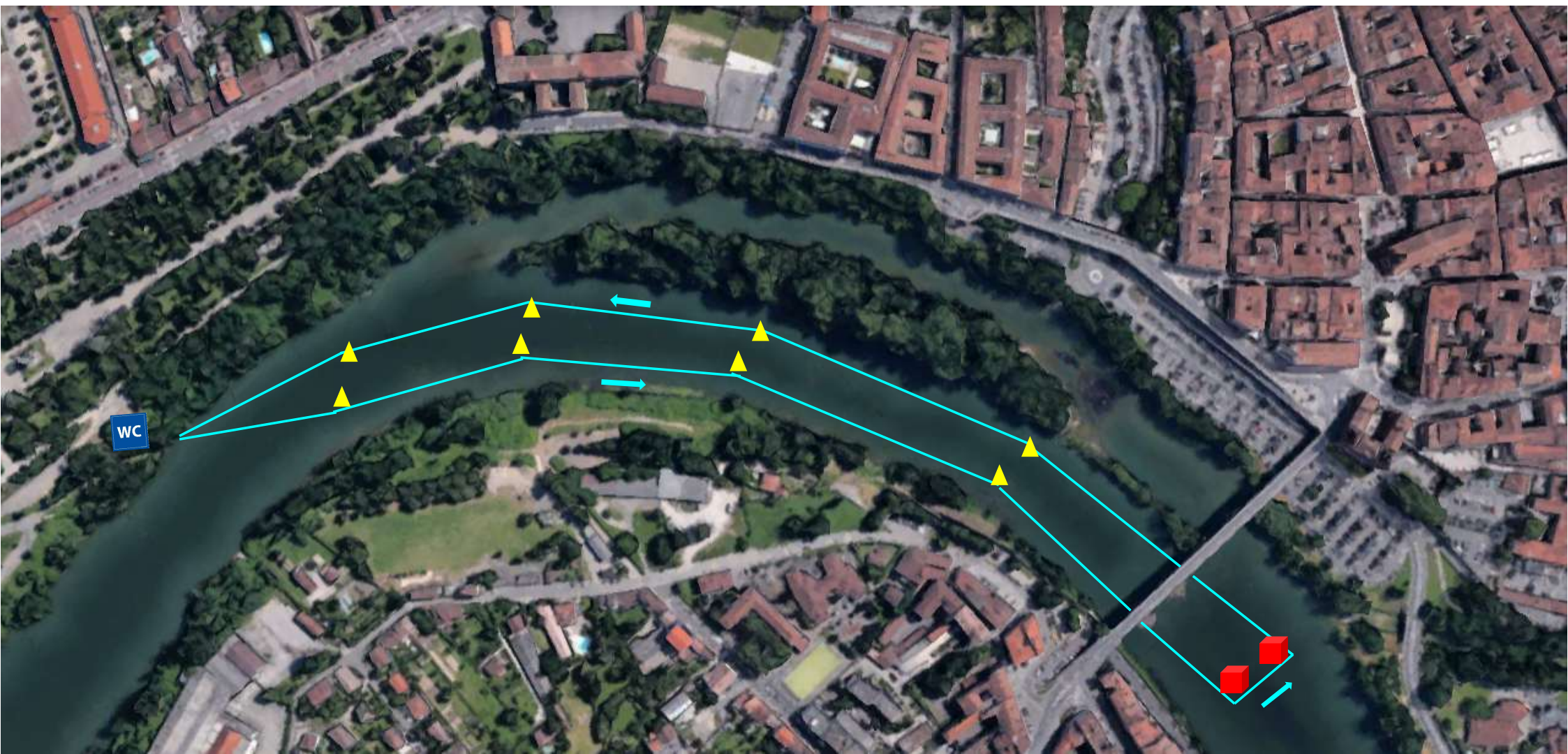
L

INDIVIDUEL

M RELAIS

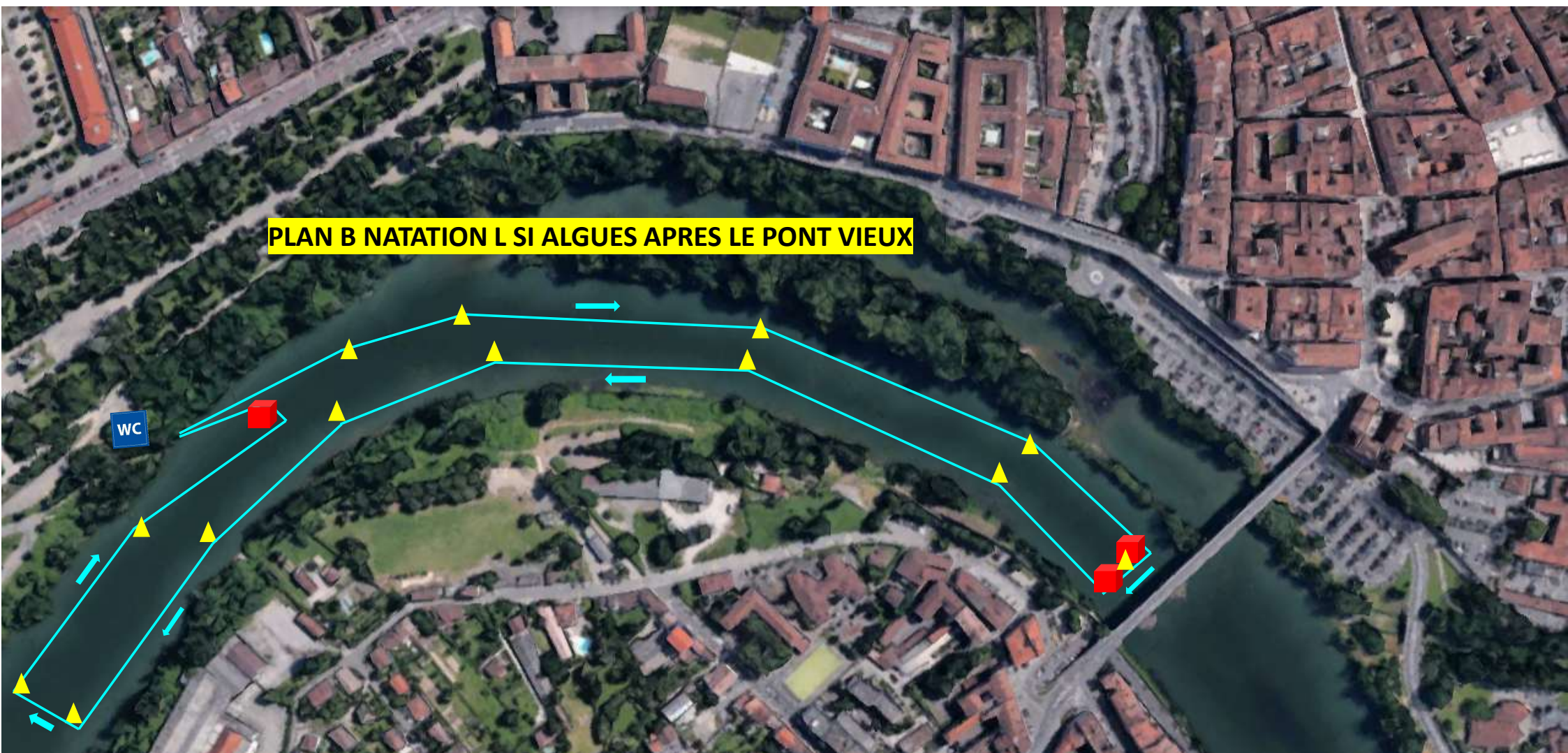
M EN DUO

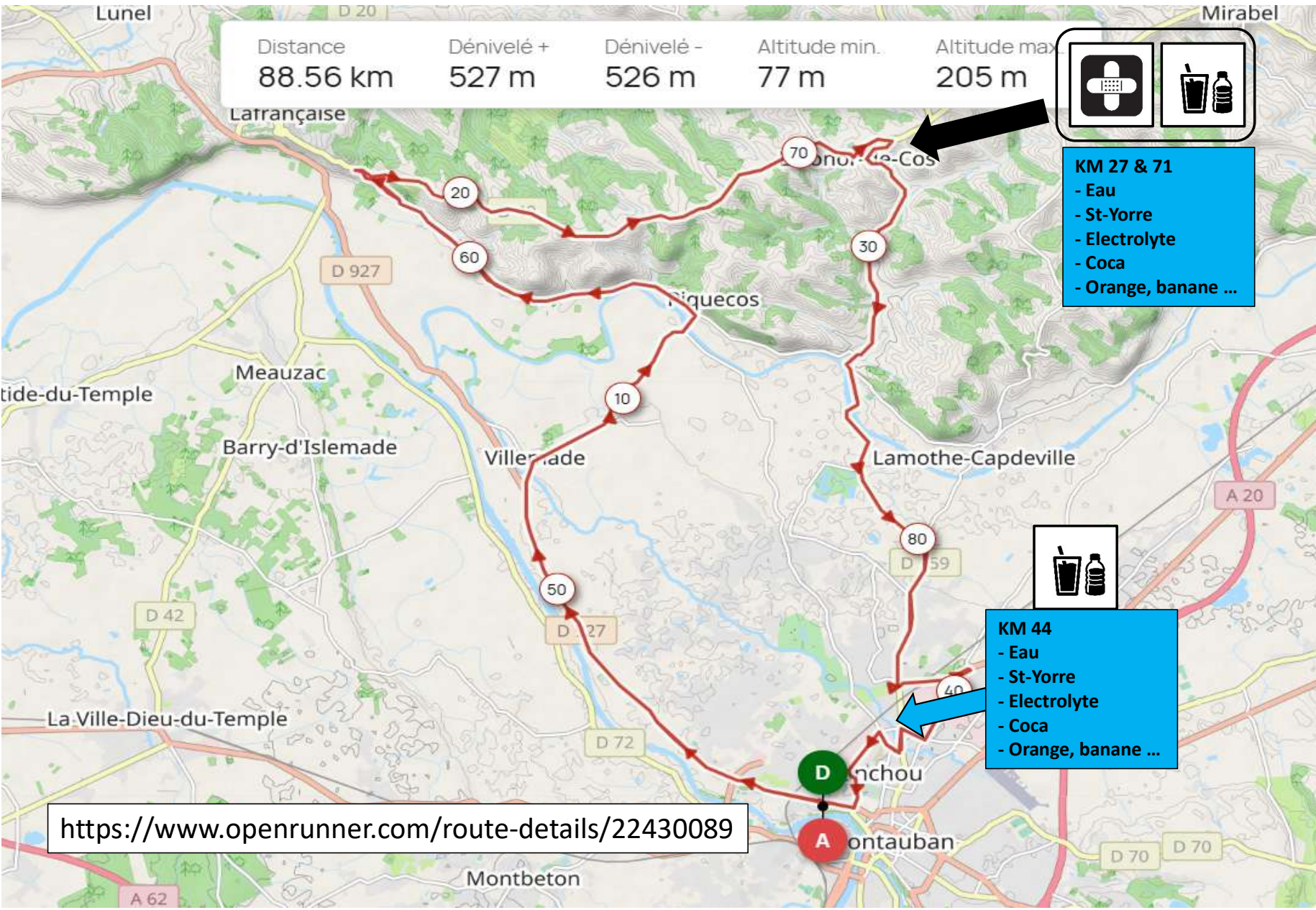
NATATION L 1900 m 1 boucle



NATATION L 1900 m 1 boucle

PLAN B NATATION L SI ALGUES APRES LE PONT VIEUX

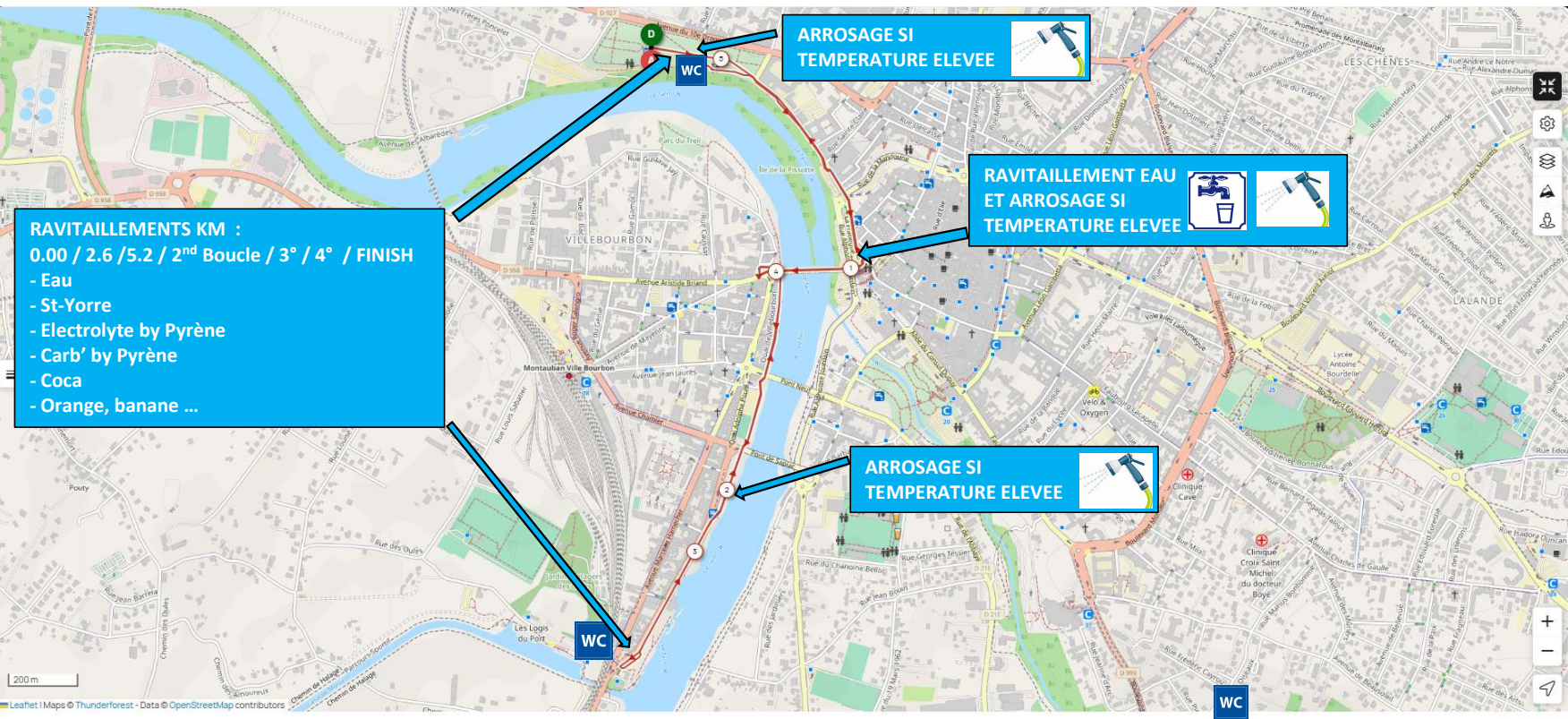




PARCOURS
VELO
L

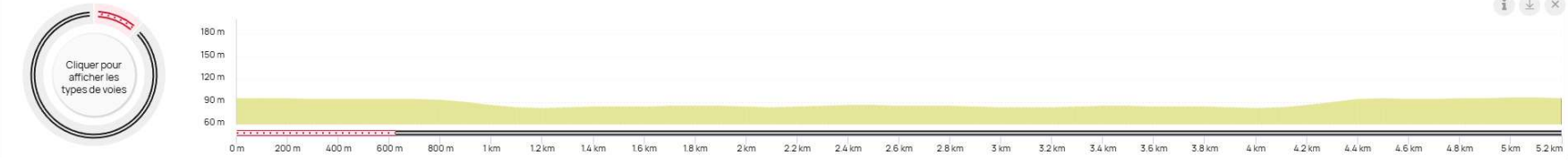
2 BOUCLES
DU
M

PARCOURS
COURSE
A
PIED
L
20.8
KMS
4 BOUCLES
Parcours commun
avec le M



RAVITAILLEMENTS KM :
0.00 / 2.6 / 5.2 / 2nd Boucle / 3^e / 4^e / FINISH

- Eau
- St-Yorre
- Electrolyte by Pyrène
- Carb' by Pyrène
- Coca
- Orange, banane ...

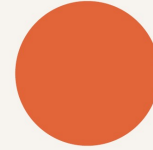


GORILLAMAN

YOU JUST HAVE TO TRI

Créditum - Agence France

parc
auss
onne



COURSES JEUNES



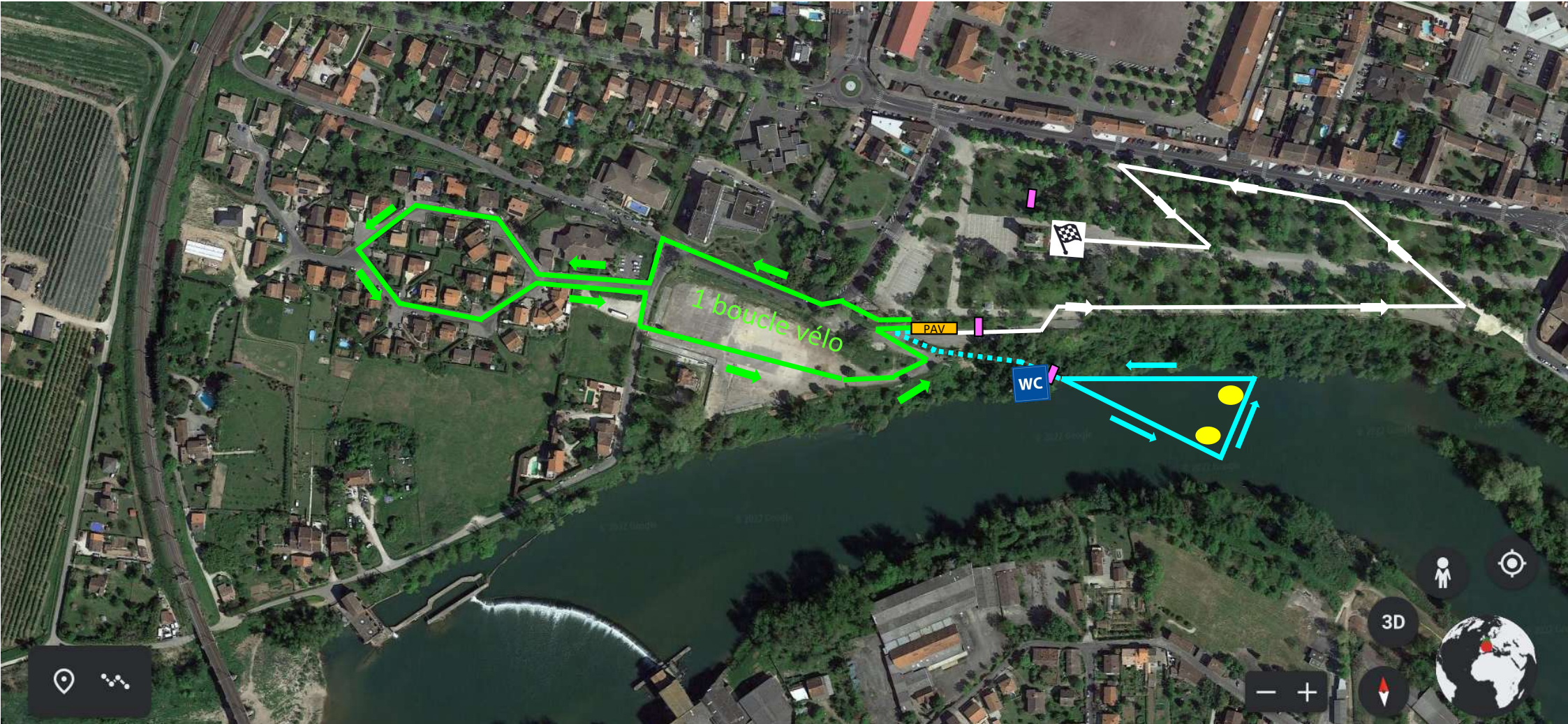
FAUCHÉ

PARCOURS JEUNE 1 : 6 - 9 ANS

NATATION : 50 m

VELO : 1 km

COURSE A PIED : 500M



PARCOURS JEUNES 2 : 10 - 13 ANS

GORILLAMAN
YOU JUST HAVE TO TRI

NATATION : 200 m

VELO : 3 km

COURSE A PIED : 1,5 km

