



1900m - 92km - 21km

TRIATH'LONG

INTERNATIONAL | CÔTE DE BEAUTÉ
www.triathlongcotedebeaute.com

SAM 6 SEPT 2014
ROYAN - 14h00



CONCEPTION ARTISANIK - CREDIT PHOTO THIERRY SOUBREK

Après 3 éditions du Triath'Long International de la Côte de Beauté qui avaient marqué les corps et les esprits des centaines de participants, l'édition 2014 continue de monter en puissance en s'appuyant sur des bases solides. Les retours élogieux et unanimes des athlètes, mais également des nombreux spectateurs, partenaires, élus et bénévoles sur le succès de notre épreuve ont permis de récompenser l'investissement des licenciés du Triath'Club Royannais et de hisser notre manifestation parmi les plus cotées en France.

L'engouement suscité par l'épreuve royannaise s'est traduit cette année encore par un nouveau record d'attribution des dossards avec 700 dossards attribués en moins de 36h... Du jamais vu ! Un nombre que l'organisation souhaite volontairement limiter pour des raisons de sécurité, pour limiter le drafting et afin de permettre à chaque athlète de profiter au maximum de son épreuve. Une évolution rendue possible grâce la mise en place d'un parcours vélo plus long composé de 2 boucles au lieu de 3 et l'agrandissement du parc à vélo. Un tarif parmi les plus bas en France mais des prestations de haut niveau comme vous pourrez le constater au moment de vivre ou de revivre l'évènement. Nous avons souhaité organiser notre Triathlon en pensant à ce que nous, spécialistes de la Longue Distance, aimerions retrouver sur une telle épreuve.

- Un parcours magnifique dans un cadre exceptionnel, la Côte de Beauté. Un tracé 100% bord de mer qui mettra, malgré tout, les organismes à rude épreuve.
- Du show du début à la fin avec du bon son (DJ et Speakers) et une couverture vidéo de haut niveau (diffusion en live de la course sur écran géant et sur internet).
- Un engagement pour l'environnement (label triathlon durable et contrat régional de développement durable) qui concerne tous les acteurs de la manifestation ; athlètes, arbitres, bénévoles, partenaires et spectateurs.

Une épreuve organisée par des athlètes, pour des athlètes.

Le Triath'Long International de la Côte de Beauté 2014 réunira nombre d'athlètes issus de la France entière qui viendront se mesurer aux meilleurs régionaux et tenter de titiller un plateau élite Masculin et Féminin de qualité. Pour tous, l'objectif sera d'atteindre cette finish line où l'émotion sera au rendez vous et se mêlera à la fierté d'avoir été au bout de son défi. A noter la présence au départ de professionnels tels que les français Hervé FAURE (vainqueur en 2011) et Toumy DEGHAM (vainqueur en 2012 et 2013) et chez les filles de la Mauricienne Fabienne ST LOUIS, de la britannique Georgie RUTHEFORD ou encore de Julie GIGAULT. Le spectacle en tête de course promet d'être de haut niveau avec notamment Lionel ROYE, Olivier JOURNAUX, Steffan DUFFAU ou encore Anthony FAYE, Jérôme JOUSSEMET et David BARDI qui viseront le titre de champion régional sans oublier Gwénaél OUIILLERES et Carl DUPONT qui seront eux aussi aux avants postes à n'en pas douter. Certains athlètes qualifiés dans l'année pour la grande finale mondiale d'ironman à Hawaii, viendront eux aussi à Royan pour finaliser leur prépa à quelques semaines de Kona.

2014 marquera également la mise en place d'une charte Triath'long Féminin et d'actions spécifiques en faveur de la promotion de la pratique féminine du triple effort. L'action la plus symbolique étant la présence de deux marraines de choix en la personne de Carole PEON, Ancienne athlète internationale française, désormais conseillère technique nationale ainsi que Cécile BERTIN, fondatrice de couriraufeminin.fr mais également ultrarunneuse et aventurière au long cours.

Les licenciés du Triath'Club Royannais se sont investis tout au long de l'année pour proposer à tous ces acteurs, un spectacle de qualité. Je les en remercie ainsi que les très nombreux bénévoles qui seront présents à nos côtés. Merci également à tous nos partenaires, qui nous suivent depuis longtemps pour la plupart et à la Ville de Royan qui met chaque année à notre service d'importants moyens logistiques, humains, matériels et financiers.

Toute l'équipe d'organisation souhaite remercier chacun des 700 athlètes qui nous ont fait confiance et leur donne rendez vous à Royan le Samedi 6 Septembre 2014. Vous retrouverez dans cette newsletter, quelques infos pratiques sur la manifestation. Bonne lecture, bonne fin de prépa et bon séjour sur la côte royannaise.

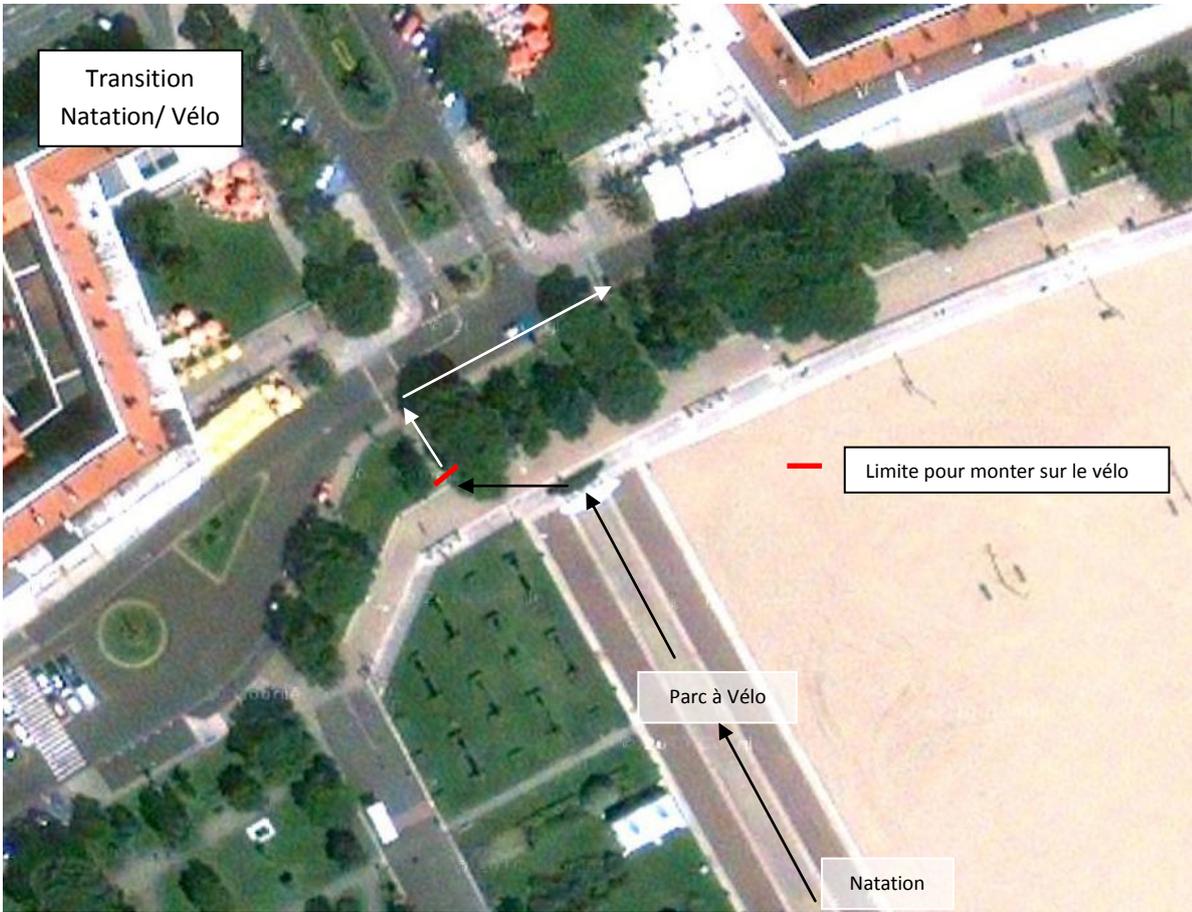
Partie Natation : 1 boucle de 1900m en Mer, dans la Baie de la Grande Conche.



Note de l'organisation : Natation en mer qui nécessite de bien s'orienter par rapport aux bouées pour ne pas trop se rallonger, avec un plan d'eau généralement un peu agité avec un léger courant. Marée montante qui permettra un retour plus rapide que l'aller. Départ sur la plage et sortie de l'eau au même endroit au niveau de l'arche de Départ. Les athlètes laisseront les grosses bouées (en blanc sur le schéma) sur main droite. Un schéma précis du parcours sera détaillé lors du briefing. Une zone sera réservée pour les athlètes féminines qui pourront malgré tout choisir de partir, si elles le souhaitent, avec les hommes. La sécurité sera assurée par de nombreux Kayaks et des paddles boards en plus des bateaux de sécurité. 250m environ sur la plage pour rallier le parc à vélo et T1. Portique de douche avant le parc à vélo.

Transition 1 (T1) : Chaque participant récupère son vélo à son emplacement et se dirige vers la sortie du parc, vélo à la main, jugulaire de casque attachée, dossard dans le dos.

! L'organisation invite fortement les athlètes à ne pas mettre leur dossard sur la partie natation mais seulement au départ du vélo afin de ne pas détériorer éventuellement le dossard et ne pas être déclassé à cause de cela.



Partie Vélo : 2 boucles de 46 kms soit 92kms (environ 150m de dénivelé cumulé à chaque boucle)



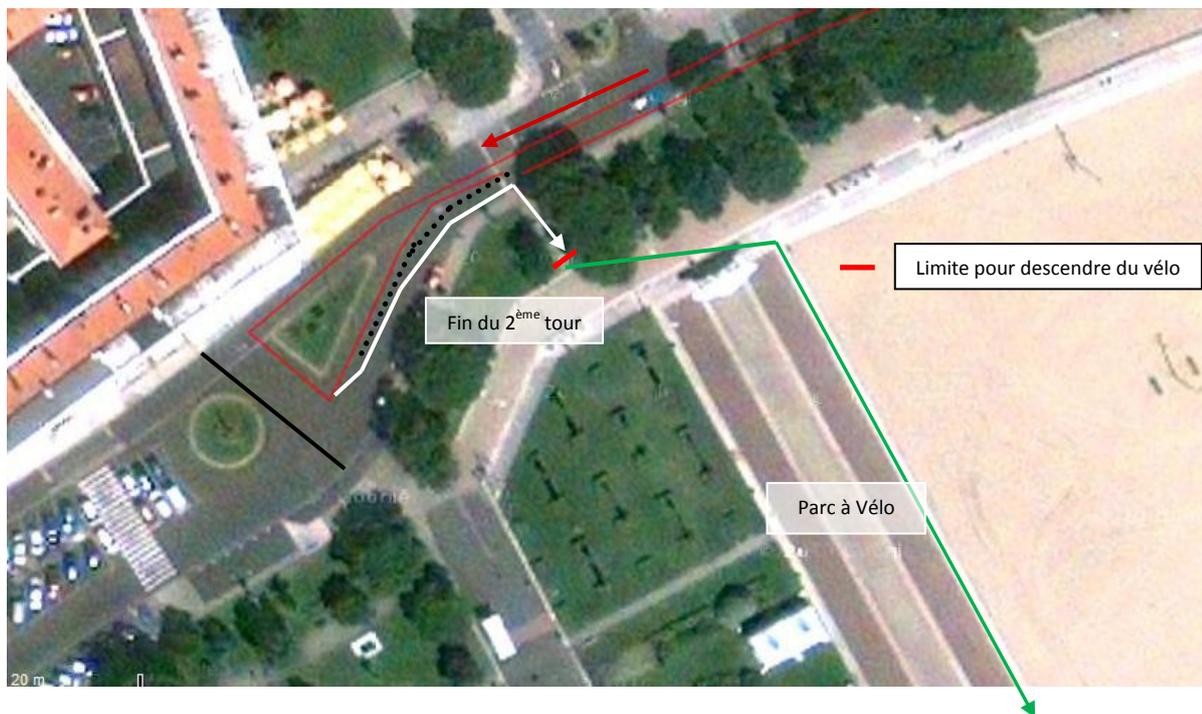
Ravitaillements en eau et en boisson énergétique (Nutratlétic) sur deux postes en vis-à-vis à chaque boucle situés environ à mi parcours.

Note de l'Organisation : « C'est un parcours vélo sélectif du fait de l'enchaînement de parties très roulantes sur un bon enrobé et de parties casse-pattes avec la succession de 3 courtes bosses à l'aller et au retour ! Le vent de l'estuaire qui souffle habituellement sur ce parcours 100% bord de mer rendra la tâche plus ardue mais les passages en forêt et la vue magnifique motiveront les athlètes à rallier le parc à vélo dans les temps. »

 L'enrobé a été refait cette année mais restez vigilants dans les descentes. Une nouvelle portion a été inaugurée cette année sur le front de mer de Saint Georges de Didonne mais restez vigilants sur les traversées éventuelles de piétons.

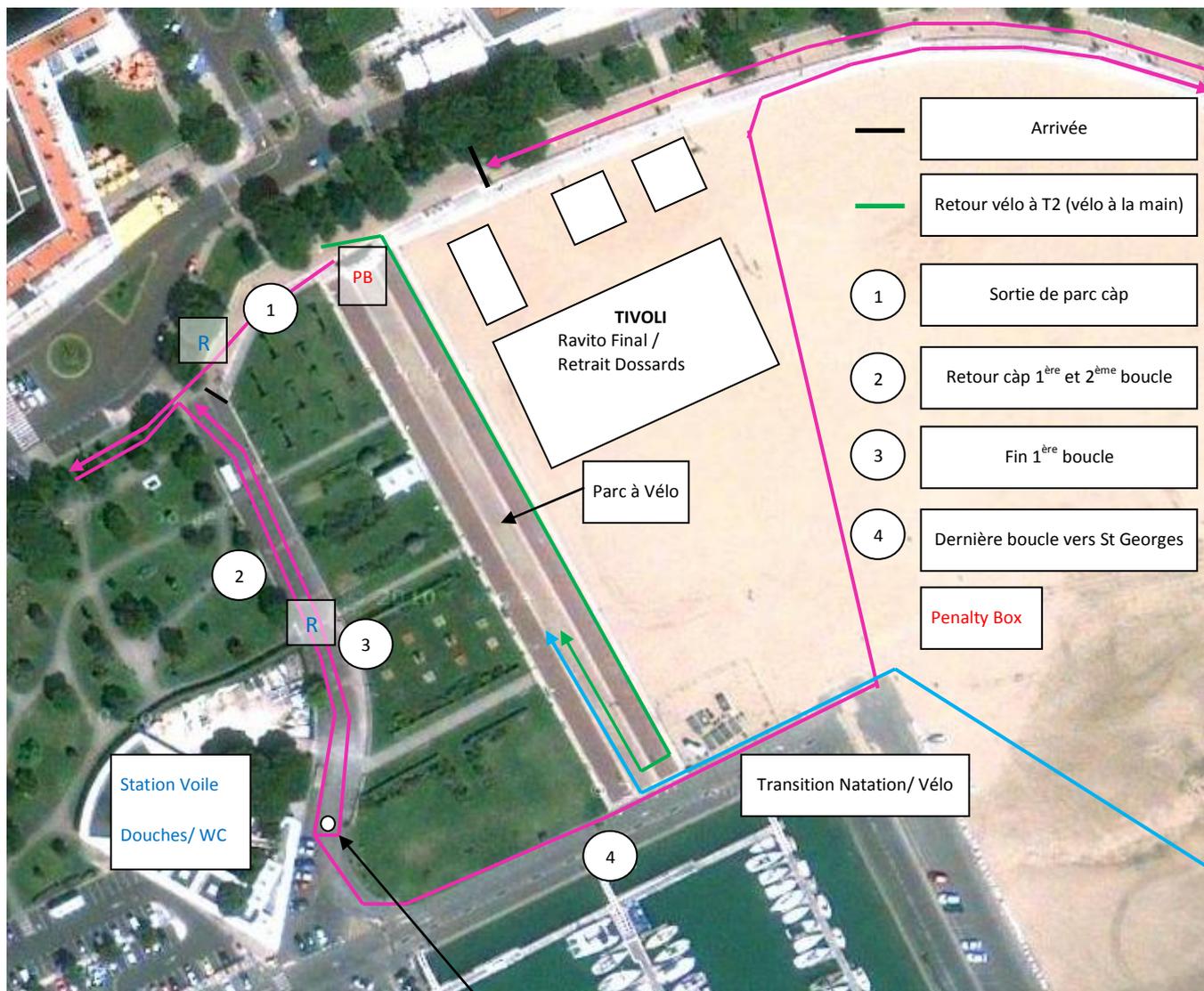
Nous rappelons que le **Drafting** est interdit sur cette épreuve et nous comptons sur tous les athlètes pour respecter les règles. Le parcours sera entièrement fermé à la circulation mais le tracé traverse des zones bordées de Campings alors restez vigilants lors de vos différents passages.

Transition Vélo-Course à Pied (T2) : A la fin de la 2^{ème} boucle vélo, les triathlètes emprunteront la voie de décélération (sur la droite de la route) avant de rentrer dans la zone de transition puis le parc à vélo. La descente du vélo se fera au même endroit que la montée, à quelques mètres de la chaussée.



L'interdiction de circulation sur le parcours vélo, sera levée après 5h de course maximum. A partir de 18h environ, une moto de l'organisation remontera un à un les coureurs au niveau de Chenac - Saint Seurin d'Uzet (demi-tour vélo) pour leur annoncer que la route est rouverte à la circulation et qu'ils peuvent regagner le parc mais sous leur propre responsabilité et en respectant le code de la route, les feux et les priorités notamment. Ces athlètes ne seront pas autorisés à partir sur la course à pied étant donné le temps limite autorisé pour rejoindre le parc à vélo à T2 (4h45 soit 18h45).

T2 et partie course à pied



- Au 1^{er} passage (retour 1^{ère} boucle (2)), les athlètes feront le tour d'un îlot directionnel afin de repartir pour une boucle identique (3)
- Au 2^{ème} passage, les athlètes iront tout droit direction l'arrière du parc à vélo pour réaliser la dernière boucle (4)

Course à pied : 2 allers-retours en direction de Pontailac en Bord de mer sur la corniche (7,5kms) et un aller retour en direction de Vallières sur le promenoir (5kms).

1^{ère} partie càp (2 allers-retours)



Note de l'organisation : « Parcours côtier avec une vue imprenable sur l'estuaire de la Gironde et notamment le phare de Cordouan, 400 ans en 2011. Deux allers-retours plus techniques en direction de Pontailac avec un passage sur la corniche et sur le tracé de la « Vélodyssée », inauguré en 2012. A chaque fois les athlètes reviennent en direction du parc à vélo. Ensuite un aller retour en direction de Vallières sur le promenoir, sans difficulté. Sur la totalité du parcours Course à Pied, l'athlète court sur la partie droite du tracé. Des chouchous seront distribués à chaque extrémité des boucles de course à pied. A l'instar des années précédentes et afin de garder l'identité de l'épreuve royannaise qui est d'avoir un peu de sable dans les baskets, les athlètes emprunteront environ 1000m de plage en différents tronçons sur la totalité du parcours. Un épongeage est prévu sur la 1^{ère} boucle. Les athlètes emprunteront également sur la 1^{ère} boucle un nouveau tronçon au beau milieu des commerces du port. Un passage spectaculaire autant pour les athlètes que pour les spectateurs. L'arrivée, quand à elle, se déroulera sur le promenoir, au milieu de la foule»

Ravitaillements

NUTRATLETIC, fournisseur officiel de boisson énergétique sur le Triath'Long International de la Côte de Beauté sera présent sur la totalité des ravitaillements mis en place par l'organisation avec sa boisson de l'effort. **NUTRATLETIC** proposera également aux athlètes de remplir leurs bidons avant le départ de l'épreuve avec sa boisson isotonique de l'effort, NutraPerf. La boisson d'attente Nutratente sera également disponible sur l'aire de départ, quelques minutes avant le coup de sifflet. A l'arrivée, des boissons de récupération seront à la disposition des Finishers.

www.nutratletic.com

Sur la partie vélo, deux postes de ravitaillement en vis-à-vis de chaque côté de la route, en haut d'une bosse devant lesquels les athlètes passeront 4 fois au cours des 2 boucles vélos.

Un poste de ravitaillement à la sortie du parc après T2 et un poste à chaque extrémité des deux allers-retours soit au total 9 ravitaillements en course à pied et 2 épongeages.

Des ravitaillements composés d'eau, de coca et de boisson énergétique dans des gobelets en cartons recyclables (en fibre de bambou) comme le stipule le label triathlon durable. L'eau mise à la disposition des athlètes sera de l'eau de la ville de Royan et l'organisation n'utilisera pas de bouteille en plastique. Des zones de propreté seront délimitées et nous demandons aux athlètes de respecter ces zones pour se débarrasser de leurs déchets, afin de respecter le site naturel magnifique de l'épreuve ainsi que le règlement de la FFTRI. Merci de jeter vos déchets uniquement dans ces zones, sous peine de sanction arbitrale.

Les bénévoles ne distribueront pas les gobelets et chaque athlète pourra se servir à la volée, par souci d'équité entre les athlètes. En vélo, chacun pourra s'arrêter pour se servir ou être servi par les bénévoles.

Une fois la ligne d'arrivée, les athlètes pourront se sustenter auprès du ravitaillement final offert par notre partenaire **SUPER U**, qui fournira également tous les autres ravitaillements.

www.magasins-u.com

Vous aurez également la possibilité de déguster huîtres et vin de pays charentais offerts par nos partenaires.

La chronométrie sera assurée par Chronosport (www.chronosport.com) et IPITOS et les résultats seront mis en ligne quasiment en direct à l'aide de la 3G. Vous recevrez également vos chronos en temps réels sur votre mobile via un service sms offert par l'organisation.

Côté animation, nous avons la chance de pouvoir compter sur la participation de 2 des meilleurs speakers français en Triathlon, présents sur les plus grandes épreuves nationales (Embrun, Nice, Altriman, Belfort...). Stéphane GARCIA, fondateur du Triath'Club Royannais et grand artisan de la mise en place de ce Triath'Long International de la Côte de Beauté, commentera la course en direct en compagnie de Pierre CESSIO et Kamel Amiri.

La course sera retransmise en direct live et en intégralité sur écran géant sur la plage de la Grande Conche grâce à des moyens techniques exceptionnels. Les internautes pourront suivre la course en direct sur le net mais également sur leurs smartphones, une première en France !

Un DJ sera aux platines sur le site principal et des groupes musicaux et des DJ, positionnés sur la course à pied et le parcours vélo seront acteurs de la fête et du spectacle.

Au moment du retrait des dossards, chaque athlète se verra remettre son dossard, sa puce, son étiquette de tige de selle et son bonnet natation. Le retrait des dossards se fera de façon nominative et l'athlète qui retirera son dossard devra se munir d'une pièce d'identité et de sa licence.

L'organisation a souhaité permettre aux familles, aux accompagnateurs d'être au plus près de ses athlètes au moment de leur arrivée. A ce titre nous proposons aux personnes intéressées d'intégrer le tivoli d'arrivée réservé aux athlètes. Pour la modique somme de 5€ pour les adultes et de 1€ par enfant de moins de 12 ans, ces personnes, munies d'un bracelet, pourront intégrer le tivoli et profiter également du buffet final, offert par notre partenaire **SUPER U**, sponsor de la partie vélo. Ces accès seront contrôlés et les bracelets seront à récupérer sous la tente de retrait des dossards, avant la course.

Récompenses : Chaque athlète qui franchira la ligne se verra remettre le polo de Finisher. Ce polo leur permettra d'accéder à la zone d'arrivée.

Douches : Des douches et des WC seront à la disposition des athlètes à quelques mètres seulement du parc à vélo et de l'arrivée (Station Voile).

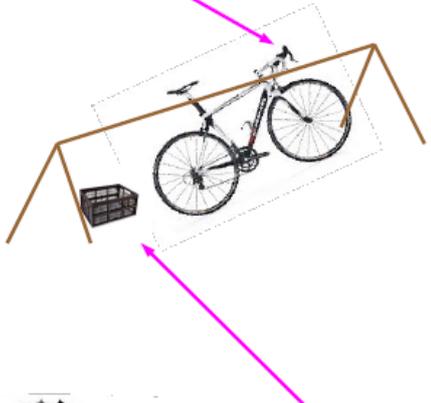
Massages : Près d'une dizaine de Kinés locaux ont proposé leurs services à l'organisation. Afin de vous trouver dans les meilleures dispositions pour vous faire masser, nous demandons aux athlètes de profiter si possible d'une bonne douche AVANT de venir retrouver les kinés sur le site arrivée. Merci de respecter le souhait de nos praticiens diplômés pour profiter au mieux de leurs services.

Bénévoles : Plus de 250 bénévoles viendront prêter main forte à l'organisation que ce soit sur les ravitaillements, aux intersections ou sur le site Départ/Arrivée et nous souhaitons bien évidemment les associer à la réussite de cette manifestation.

Parc à vélo : Chaque athlète se verra remettre au moment du retrait des dossards, un casier pour y déposer TOUTES ses affaires au moment d'intégrer le parc et ce, durant toute la durée de la course.

Merci de respecter les consignes suivantes concernant notre parc à vélo en Bambous - unique au monde - pour une meilleure stabilité de la structure. Repérez également votre emplacement sur le plan.

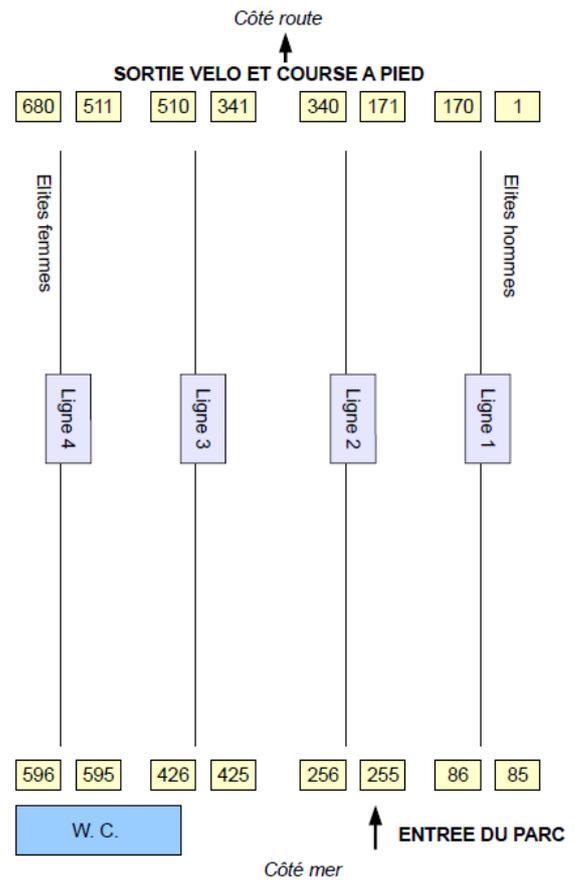
J'accroche mon vélo par les **cocottes** à mon emplacement numéroté





Je ne pose pas ma combinaison sur les bambous, mais au sol ou dans le casier.

Après l'épreuve je rentre dans le parc avec **mon dossard** pour récupérer mes affaires.



Règlement

Article 1

Le Triath'Long International de la côte de beauté est soumis au règlement de la FFTRI. Chaque concurrent s'engage à respecter ce règlement. Toute inscription à la compétition implique le respect du règlement présent.

Article 2

Les concurrents ont l'obligation de participer au Briefing avant le départ de la Course, près du parc à vélos (voir horaires). Tout Concurrent détectant une anomalie sur le parcours de la compétition, pouvant porter atteinte à la sécurité des Concurrents, est tenu d'en informer l'organisateur. Les Concurrents ont l'obligation de se conformer à toute directive ou instruction qui serait donnée par l'Organisateur.

Les concurrents sont tenus de porter le dossard fourni par l'Organisateur (pouvant comporter le marquage de sponsors de la Compétition), pour la partie vélo et course à pied. Le dossard ne peut en aucun cas être plié ou masqué en totalité ou en partie.

Interdiction d'être suivi par un véhicule quel qu'il soit sur le parcours (il en va de la sécurité des compétiteurs).

Partie Natation:

Le port de la combinaison est obligatoire si la température de l'eau est inférieure à 16 °C et interdit si la température est supérieure à 24 °C. Le port du bonnet de bain remis par l'Organisateur, à l'exclusion de tout autre, est obligatoire.

Partie Cyclisme:

Les Concurrents ont l'obligation de respecter les règles du Code de la Route (port du casque obligatoire sur toute la partie cyclisme, rouler sur la partie à droite de la chaussée).

Le Triath'long côte de beauté est une épreuve no drafting (Pas de possibilité de s'abriter derrière un concurrent sur la partie vélo).

Tout concurrent enfreignant cette règle se verra infliger une pénalité (carton noir).

Toute violation du présent article pourra entraîner la disqualification automatique du Concurrent, ou toute autre pénalité/sanction prévue par les règlements de la FFTRI.

Article 3

L'Organisateur s'engage à être dûment couvert par une assurance responsabilité civile Organisateur, qui couvre sa responsabilité civile et celle des Concurrents dûment inscrits, de la ligne de départ à la ligne d'arrivée de la Compétition, pour les dommages corporels ou matériels qu'ils pourraient causer accidentellement à des tiers ou se causer entre eux.

Les Concurrents doivent être dûment conscients des risques inhérents à ce type d'épreuve sportive, qui requiert un entraînement préalable et une excellente condition physique. L'Organisateur n'assumera aucune responsabilité quelle qu'elle soit pour tout accident/blessure/dommage corporel /incapacité/décès survenu à un Concurrent, sous réserve naturellement des accidents ayant pour cause directe un manquement par l'Organisateur à ses obligations légales et réglementaires.

En outre, l'Organisateur n'assumera aucune responsabilité pour toute dégradation, perte, vol de tous biens/matériels/équipements personnels ; Il appartient aux Concurrents de souscrire une assurance pour couvrir, le cas échéant, ce type de risque.

Article 4

Présence obligatoire à la remise des récompenses. Tout concurrent absent ne pourra pas porter réclamation pour l'obtention de son prix.

Article 5

Dans l'hypothèse d'une annulation de l'épreuve d'ordre sécuritaire (santé publique, intempéries rendant l'épreuve de natation impraticable), la compétition pourra se voir transformée en duathlon longue distance (cf règlement fftri)

Dans ce cas la partie Natation sera remplacée par un parcours course à pied de 5kms.

Dans le cas d'intempéries ou tout autre catastrophe rendant toute épreuve impraticable ou pour une raison indépendante de l'organisation ou imposée aux organisateurs, les concurrents renoncent d'ores et déjà à toute réclamation ou demande de remboursement quelle qu'elle soit.

Article 6

Les Concurrents autorisent expressément l'Organisateur de la Compétition ainsi que leurs ayants droits tels que partenaires, sponsors et media à utiliser les images fixes ou animées (audiovisuelles) sur lesquels ils pourront apparaître.

Article 7

Le présent règlement est soumis à la Loi Française. Tout litige découlant ou en rapport avec le présent Règlement sera soumis à l'arbitrage de la FFTRI suivant son règlement ou, à défaut, à la Chambre Arbitrale du Sport placée auprès du Comité National Olympique et Sportif français, et définitivement tranché suivant son règlement.

Les conditions Générales

Les frais d'inscriptions couvrent uniquement la participation à la compétition, à l'exclusion de tous frais de transport, d'hébergement ou de repas ou tous frais médicaux (soin sur site, rapatriement...), lesquels demeurent à la charge du concurrent.

Pour toute annulation du concurrent, quelle qu'en soit la cause, notifiée par écrit avant le 15 Août 2014, le concurrent se verra rembourser 100% de ses frais d'inscription. Aucun remboursement ne pourra intervenir passé ce délai.

Le concurrent doit impérativement fournir, le jour de la compétition:

1. Une photocopie de sa licence FFTRI 2014 (ou équivalent auprès d'une Fédération étrangère de Triathlon)
2. Un certificat médical de non contre indication à la pratique du triathlon en compétition datant de moins d'un an pour les non licenciés.

A défaut, toute participation à la compétition est exclue.

L'inscription du concurrent à la compétition entraîne nécessairement son adhésion au Règlement de la Compétition.

Drafting et Pénalty Box : Le Drafting ou aspiration abri sera interdite sur l'épreuve et nous rappelons que cette pratique est sanctionnable d'un carton qui entraînera un arrêt obligatoire dans la penalty box située à la sortie du parc à vélo de 4'. Les athlètes sanctionnés devront réaliser cette pénalité de suite après la partie vélo avant de débiter la partie course à pied.

Triathlon Durable :

Le Triath'Long Côte de Beauté bénéficie cette année du label Triathlon Durable **. L'organisation a suivi le cahier des charges de la FFTRI en supprimant notamment les bouteilles en plastique et en utilisant des gobelets en carton. Les zones de propreté seront clairement identifiées et les athlètes devront les respecter pour jeter leurs déchets. D'autre part nous invitons également les athlètes à utiliser autant que possible les dispositifs de covoiturage pour se rendre sur l'épreuve et à limiter les déplacements inutiles en centre ville. Des parkings seront mis à la disposition des athlètes à quelques centaines de mètres du parc à vélo et fléchés, dès votre arrivée sur Royan.

Outre ces dispositions, le Triath'Long Côte de Beauté a souhaité mettre en place de nombreuses autres actions relatives au développement durable et une charte récapitulative sera affichée sous le tivoli final. Notre parc à vélo, unique au monde, sera la partie la plus visible de cet engagement et je suis sûr que les athlètes ainsi que les spectateurs se sentiront investis de cette mission de protection de l'environnement. Le marquage du circuit sera notamment réalisé par des bombes de peinture biodégradables.

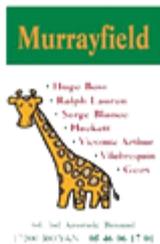
Merci à tous et toutes de respecter le site naturel exceptionnel qui va servir de terrain de jeu aux athlètes du Triath'Long Côte de Beauté et d'utiliser les bacs mis à votre disposition pour vous débarrasser de vos déchets, avant, pendant et après la course.

La remise des récompenses débutera vers 20h30 pour se finir à l'arrivée du dernier finisher, tout en laissant la priorité au direct. *Les primes ne seront remises officiellement qu'après validation des résultats finaux par l'arbitre principal.*

Triath'Long Féminin :

L'édition 2014 du Triath'Long International de la Côte de Beauté, souhaite faire une place plus importante aux triathlètes féminines. Nous mettons en place un certain nombre d'actions pour leur permettre de venir plus nombreuses et promouvoir ainsi la pratique féminine du triple effort.

- Bonnets de Bain distinctifs (rose pour les femmes, blanc pour les hommes)
- Départ Hommes/Femmes, séparés sur la ligne et les premiers mètres de la natation
- Emplacement spécifique et identifiable pour les Femmes dans le parc à vélo
- Tivoli pour se changer lors des transitions, réservé aux femmes (avec toilettes)
- Pass journée offert aux femmes non licenciées à la fftri
- Equité Homme/Femme de la grille de prix pour les 3 premier(e)s
- Plateau élite féminin de haut niveau
- Suivi de la tête de course féminine sur écran géant ainsi qu'en streaming sur le net
- Récompenses spécifiques pour les « finisheuses »
- Enquête réalisée par mail auprès de toutes les participantes
- Référent Triath'Long Féminin : Etienne Charbeau
- Référente au sein de la Ligue Poitou-Charentes de Triathlon : Sarah Longé
- 5€ reversés à l'action Octobre Rose (Cancer du sein) pour chaque finisseuse



Programme de l'épreuve

Vendredi 5 Septembre 2014

- 17h30: Conférence de Presse des athlètes Elites avec les médias (au Garden Ice Café de Royan, face au parc à vélo)
- 18h-20h : Retrait des dossards sous le grand Tivoli, proche du parc à vélo.

Samedi 6 Septembre 2014

- 09h30-12h30 : Retrait des dossards sous le grand Tivoli, proche du parc à vélo.
- 10h30: Ouverture du Parc à Vélo
- 13h : Fermeture du Parc à Vélo
- 13h15 : Briefing Général dans les tribunes d'arrivée sur écran géant
- 13h40 : Déplacement vers la zone de départ
- 14h : DEPART de l'édition 2012 du TRIATH'LONG COTE de BEAUTE
- 18h45 : Fin de l'épreuve vélo (Cut). Les athlètes arrivant après ce temps limite dans le parc ne pourront pas partir sur la partie course à pied.
- 18h : Arrivée estimée du Vainqueur
- 21h : Arrivée estimée du dernier Finisher

NB : les plans des parcours qui se trouvent dans cette newsletter sont issus du logiciel Openrunner.