



*Triathlon*  
**Côte de Granit Rose**

<http://www.competition.com>

TRIATHLON COTE DE GRANIT ROSE

2 JUIN 2013

3<sup>ème</sup> EDITION

TRIATHLON M - AQUATHLON XS - Animation DUATHLON VERT AVENIR

—

Le triathlon "Côte de Granit Rose" est organisé par l'Association "Lannion Triathlon".

La réglementation Générale de la F.F.TRI (édition 2012-2013) est appliquée pour l'ensemble des épreuves. Les éléments ci-dessous sont composés d'un extrait de cette réglementation auxquels ils ne se substituent pas et d'éléments spécifiques à la manifestation.

L'engagement pour l'une des épreuves de la journée vaut acceptation de ce règlement.

—

#### REGLEMENT DES EPREUVES

—

#### Article 1: Epreuves au programme

##### **Aquathlon XS (0.5 km / 2,6 km)**

L'épreuve pourra être réalisée en individuel ou en relais par équipe de deux.

L'épreuve donnera lieu à un classement et un chronométrage.

Le nombre maximum de dossards est fixé à 100.

Le départ sera donné à 11h50.

##### **Animation Duathlon vert Jeunes**

L'animation duathlon vert est un enchaînement d'un parcours de course à pied, suivi d'un parcours de VTT et de nouveau pour finir d'un parcours de course à pied.

Trois courses sont proposées :

- course 1: Mini Poussins (nés en 2006 et 2007) : 200 m + 1 km + 200 m.

- course 2: Poussins (nés en 2004 et 2005): 300 m + 2 km + 200 m.

- course 3: Pupilles (nés en 2002 et 2003) et Benjamins (nés en 2000 et 2001): 500 m + 3 km + 500 m.

Les trois courses ne donneront lieu ni à classement, ni à chronométrage.

Le nombre maximum de participants est fixé à 50 pour chacune des courses.

Le départ de la 1<sup>ère</sup> course est fixé à 10h00 (course mini Poussins, puis course Poussin, puis course Pupilles et Benjamins).

##### **Triathlon M (1.5 km /40 km /10 km)**

L'épreuve pourra être réalisée en individuel ou en relais par équipe de deux ou trois.

L'épreuve donnera lieu à un classement et un chronométrage.

Le nombre maximum de dossards est fixé à 300, équipes relais comprises.

Le départ sera donné à 14h00.

L'épreuve de natation se déroule en mer entre les plages de la Grève Blanche et du Coz Pors sur un parcours aller et retour avec une sortie à l'Australienne devant le forum de la mer sur la plage du Coz Pors.

L'épreuve de cyclisme est constituée de 2 boucles de 20 kms sur une route fermée à la circulation.

L'épreuve de course à pied est constituée de 2 boucles de 5 km dans un secteur allant de la grève blanche à l'île Renote en passant près de la plage du Coz Pors.





*Triathlon*  
**Côte de Granit Rose**

<http://www.triathlon-cotedegranitrose.fr/>

#### **Aquathlon XS (0.5 km /2,6 km)**

A partir de 8h30 : Accueil des Aquathlètes, inscriptions et remises des dossards;

11h05 : Ouverture du parc à matériel et Contrôle;

11h30 : Fermeture du parc à matériel;

11h35 : Briefing sur la plage (obligatoire);

11h50 : Départ;

12h35 : Fermeture de la course;

Le parc à vélo doit être libéré de tout matériel pour 12h45

13h00 : Remise des récompenses;

#### **Triathlon M (1.5 km /40 km /10 km)**

A partir de 8h30 : Accueil des triathlètes, inscriptions et remises des dossards;

12h45 : Ouverture du parc à matériel et Contrôle;

13h30 : Fermeture du parc à matériel;

13h40 : Briefing sur la plage (obligatoire);

14h00 : Départ;

17h30 : Fermeture de la course;

Le parc à vélo doit être libéré de tout matériel pour 17h45

17h30 : Remise des récompenses du triathlon

#### **Article 7 : accès à l'aire de transition (parc à vélo).**

Le parc à vélo est accessible.

- Sur présentation à l'entrée de l'aire de transition, casque sur la tête, jugulaire serrée.
- Après vérification de votre équipement par les arbitres.

La fermeture du parc est effective 20 min avant le départ pour l'Aquathlon, 30 minutes avant le départ pour le Triathlon.

Le déplacement à vélo est interdit dans l'aire de transition (parc à vélo)

Une zone de rangement sera mise à disposition à l'intérieur de l'aire de transition pour déposer les affaires non indispensables à la course (sacs, caisse ...), ceci afin de limiter au maximum le matériel à proximité des vélos.

#### **Article 8: Equipes relais**

La course relais se fera par équipe de deux pour l'Aquathlon, de deux ou de trois pour le Triathlon.

Chaque discipline (course à pied en particulier) doit être entièrement courue par la même personne.

Les triathlètes en relais ont obligation de rester dans le parc à matériel tant qu'ils n'ont pas effectué leur épreuve. Ils ne doivent pas gêner le déroulement de la course des autres concurrents. C'est la puce qui sert de relais, le passage se faisant de la main à la main.

Le départ de la course pour les équipes relais se fera cinq minutes après le départ des autres concurrents.

#### **Article 6 : Natation**

Le port de la combinaison de natation (épaisseur maximum 5 mm) est obligatoire si la température de l'eau est inférieure à 16°.

Le port du bonnet de bain remis par l'organisateur est obligatoire.

Les accessoires de protection du visage ne doivent recouvrir que les yeux et le nez, jamais la bouche. Gants, palmes, tubas, chaussons sont interdits.

Les concurrents doivent suivre le parcours balisé par les bouées, sous peine de disqualification.

#### **Article 7 : Cyclisme**

La course est prévue sans aspiration-abri. Tout concurrent enfreignant cette règle se verra infliger une pénalité (carton noir). L'organisation se réserve cependant le droit de modifier ce point du règlement si des circonstances extérieures l'imposaient.

La course cycliste est prévue sur une route fermée à la circulation. L'organisation se réserve cependant le



*Triathlon*  
**Côte de Granit Rose**

<http://www.triathlon-cotedegranitrose.fr/>

droit de modifier ce point du règlement si des circonstances extérieures l'imposaient. Le code de la route doit malgré tout être impérativement respecté sous peine de disqualification. Les concurrents sont tenus, en particulier, de rouler sur la partie droite de chaussée.

Le port d'un casque à coque rigide est obligatoire. Il doit être mis, jugulaire serrée, avant de prendre son vélo, et ne peut être ôté qu'après avoir rangé son vélo.

La circulation dans le parc se fait impérativement à pied.

Toute forme d'aide extérieure, autre que l'organisation est interdite.

Le dossard doit être accroché dans le dos par au moins trois points d'attache.

Prolongateur et roues doivent être conformes à la réglementation F.F.TRI.

### Article 8: Course à Pied

Le dossard doit être porté devant et accroché par au moins 3 points d'attache.

Il est interdit de courir torse nu.

Le balisage et les indications des bénévoles situés sur le parcours doivent être strictement respectés, sous peine de disqualification. Des ravitaillements sont mis en place par les organisateurs sur le parcours pédestre.

### Article 9: Temps limite pour l'épreuve Triathlon M.

Pour des raisons de sécurité et d'organisation, l'épreuve comporte des temps limites au-delà desquels les coureurs ne seront plus autorisés à poursuivre la course. Passés ces temps (indiqués ci-dessous), les coureurs seront arrêtés par les arbitres et devront leur remettre leur dossard et leur puce électronique.

Départ vélo en sortie de parc après la natation : Pas de limite.

Départ pour un 2ème tour vélo au passage devant le parc à vélo : **départ + 1h30**, soit 15h30

Départ pour le 1er tour de course à pied en sortie de parc: **départ + 2h15**, soit 16h15

Départ pour le 2ème tour de course à pied (bifurcation plage): **départ + 2h45**, soit 16h45

### Article 10 : Arrêt pour raison de santé

Tout officiel, médecin, arbitre, peut interdire à un concurrent de continuer l'épreuve si son état de santé l'exige.

### Article 11: Restitution du matériel

Les puces électroniques devront être rendues dès la fin de la course. Toute puce manquante sera facturée 12 € TTC.

Merci de rendre votre bonnet de bain à la sortie de l'eau à un membre de l'organisation.

Merci de restituer les lacets destinés à compter les tours de course à pied à l'issue de la course à un membre de l'organisation.

### Article 12: Remise des prix

Les lots et récompenses ne seront distribués qu'à la seule condition d'être présent sur le podium lors de l'appel. Les athlètes devront, à ce titre, se tenir à disposition de l'organisation, en tenue de club, 5 minutes avant le début de la cérémonie protocolaire.

### Article 13: Pénalités

Les procédures d'intervention des arbitres (avertissement verbal, sanction, disqualification ou mise hors course) sont applicables aux concurrents avant, pendant et après l'épreuve, dès le retrait du dossard jusqu'à la fin de la proclamation des résultats. Au cours d'une épreuve, un concurrent peut être :

- Averti : verbalement (**lorsque la faute est sur le point d'être commise**)
- Sanctionné :





*Triathlon*  
**Côte de Granit Rose**

<http://www.triathlon-cotedegranitrose.fr/>

propositions d'autres sociétés ou associations, il leur convient d'en informer par écrit l'organisateur en indiquant nom, prénom et adresse.

-----  
**ASSURANCE**  
-----

L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident, de défaillance due à un mauvais état de santé du concurrent, à un mauvais état du matériel, en particulier de son vélo, en cas d'accident provoqué par le non respect du code de la route ou de non respect des consignes des organisateurs.

L'organisation décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol d'objet ou de matériel en dehors et dans le parc à vélo. L'organisateur assure néanmoins la surveillance du parc à matériel à partir de son ouverture et jusqu'à 15 minutes après la fin de course. Il est recommandé aux concurrents de posséder une assurance individuelle contre le vol.

L'épreuve est assurée en RESPONSABILITE CIVILE par l'assurance fédérale. Tout athlète accidenté devra en faire la déclaration auprès de celle-ci et régler les frais afférant à l'accident. Elle intervient en remboursement complémentaire de la Sécurité sociale et des mutuelles.

Les compétiteurs sont informés de leur intérêt à souscrire une assurance individuelle accident, non couverte par l'assurance de responsabilité civile.

Chaque participant s'engage à ne rechercher en aucun cas dans le présent ou dans l'avenir la responsabilité des organisateurs en cas de perte, vol, dégradation, de son matériel ou suite à un accident durant l'épreuve voire de maladie relative à cette épreuve.

-----  
**ACCEPTATION DU REGLEMENT**  
-----

Chaque participant déclare avoir pris connaissance du règlement de l'organisation et s'engage à en respecter les clauses et à accepter les décisions du Comité d'Organisation et ou de la F.F.TRI.

L'inscription à l'épreuve vaut acceptation du présent règlement.