



Triathlon
Côte de Granit Rose

<http://www.competition.com>

TRIATHLON COTE DE GRANIT ROSE

6 et 7 JUIN 2015

5^{ème} EDITION

TRIATHLON M - TRATHLON 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 2014-2015) 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

Le samedi 6 juin 2015

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.

Quatre courses sont proposées :

- course 1 : Mini Poussins (nés en 2008 et 2009) : 200 m + 1 km + 200 m.
- course 2 : Poussins (nés en 2006 et 2007) : 300 m + 2 km + 200 m.
- course 3 : Pupilles (nés en 2004 et 2005) : 400 m + 3 km + 400 m.
- course 4 : Benjamins (nés en 2002 et 2003) : 500 m + 4 km + 500 m.

Les quatre courses ne seront pas à chronométrées. Les trois 1^{ers} de chaque catégorie (garçon et fille) monteront sur le podium.

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

Le départ de la 1^{ère} course est fixé à **17h00** (course mini Poussins, puis course Poussin, puis course Pupilles et course Benjamins pour terminer).

Le dimanche 7 juin 2015

Triathlon XS (0.4 km / 12 km / 2.5 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 200.

Le départ sera donné à **16h00**.

L'épreuve de natation se déroule en mer au départ de la plage de la Grève Blanche. Une boucle de 400 m matérialisée par des bouées de couleur jaune est effectuée dans la baie.

L'épreuve de cyclisme est constituée de 2 boucles de 6 km sur une route fermée à la circulation.

L'épreuve de course à pied est constituée d'une seule boucle de 2,5 km dans un secteur allant de la grève blanche à la plage du Coz Pors.



Triathlon
Côte de Granit Rose
<http://www.competition.com>

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 9 : 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 est obligatoire. Attention, à partir de 2015, dans un souci de développement durable, et conformément à l'idée de la ligue, le bonnet n'est pas fourni par l'organisation. Chaque concurrent est tenu d'apporter le bonnet de son club.

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 10 : 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 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 11 : 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 12 : Temps limite pour les épreuves de Triathlon.

Pour des raisons de sécurité et d'organisation, les épreuves de Triathlon comportent 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.

Triathlon M

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

Départ pour un 2^{ème} tour vélo au passage devant le parc à vélo : **départ + 1h30**, soit 12h30

Départ pour le 1^{er} tour de course à pied en sortie de parc: **départ + 2h15**, soit 13h15

Départ pour le 2^{ème} tour de course à pied (bifurcation plage): **départ + 2h45**, soit 13h45

Triathlon XS

Départ vélo en sortie de parc après la natation : **Départ + 30 mn**, soit 16h30.

Départ pour un 2^{ème} tour vélo au passage devant le parc à vélo : **départ + 0h45**, soit 16h45

Départ pour la course à pied en sortie de parc: **départ + 1h05**, soit 17h05



Triathlon
Côte de Granit Rose
<http://www.triathlon-cotedegranitrose.fr/>

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.