

**Épreuve
Courte distance**

Natation : 1500 m

Cyclisme : 40 km

Course à pied : 10 km



**Samedi 1^{er} Août 2015
Cayeux - sur - Mer**

25ème triathlon de la Baie de Somme

**Épreuve triathlon distance M
(courte distance)**



Cyclisme : 2 BOUCLES

- **Boulevard du Général Sizaire**
- Tourner à **droite**
- Prendre la 1^{re} à **gauche** et rester sur **D102/Rue du Général Leclerc**
- Traverser le rond-point
- Tourner à **droite** vers **D102**
- Tourner à **droite** vers **D102**
- Au rond point prendre la 1^{ère} sortie **D3**
- Tourner légèrement à **gauche** sur **Rue du Moulin**
- Tourner à **gauche** sur **Rue de Saint-Valery**
- Au rond-point, prendre la **2^e** sortie sur **Rue du Mont Rôti**
- Prendre tout **droit (Le Marais)**
- Tourner à **droite**
- Tourner légèrement à **droite**
- Tourner à **droite**
- Tourner à **gauche**
- Continuer sur **D102/Rue du Maréchal Foch**
- Tourner à **gauche** sur **Rue Dumont d'Urville**
- Tourner à **droite** rue du **Maréchal Joffre**
- Tourner à gauche rue **Oscar Gorrée**
- Tourner a droite sur le **Bvd Général Sizaire**

Course à pied : 2 BOUCLES

- **Boulevard du Général Sizaire**
- Tourner à **droite**
- Prendre à **gauche** sur **rue du Général Leclerc/ D102**
- Prendre à **droite** sur **avenue Parmentier**
- Tourner légèrement à **droite** sur **rue de Bapaume**
- Tourner à **droite** sur **D3/rue des Pins**
- Tourner à **gauche** sur **D102/rue du Général Leclerc**
- Tourner à **droite** sur **rue Jules Dupré**
- Tourner à **droite** sur **Boulevard du Général Sizaire**
- Continuer sur **Boulevard du Général Sizaire**

Renseignements et inscriptions : TRIATHLON DE LA BAIE DE SOMME
Mairie de Cayeux-sur-Mer - 138 Rue du Maréchal Foch - 80410 CAYEUX-SUR-MER
(03-22-26-04-04 E-mail : anne-sophie.toutain@orange.fr)

TRIATHLON DE LA BAIE DE SOMME - Samedi 1^{er} Août 2015

TRIATHLON COURTE DISTANCE

Cette épreuve comprend :
- 1500 m à la nage en mer
- 40 km à vélo
- 10 km à pied

Ce triathlon est réservé aux licenciés FFTRI âgés d'au moins 16 ans ainsi qu'aux non licenciés en possession d'un pass compétition (délivré sur place). Le triathlon pourrait être transformé en duathlon en cas de mauvaise mer (drapeau rouge).

Frais d'engagement : 27.45 € (licenciés FFTRI) et non licenciés 58 € (dont 20 € licence journée).

Les engagements se font individuellement. Les candidatures seront acceptées dans la limite des places disponibles et dans l'ordre de leur réception.

Le dossier d'inscription devra comprendre :

Pour les licenciés :
- Le bulletin d'inscription
- Les frais d'engagement
- Une photocopie de la licence FFTRI 2014-2015
- Un chèque de caution de 25 € pour le bracelet à l'ordre du Trésor Public

Pour les non licenciés :
- Le bulletin d'inscription
- Les frais d'engagement
- Une photocopie du brevet de natation 1500 m
- Une copie du certificat médical
- Un chèque de caution de 25 € pour le bracelet à l'ordre du Trésor Public

Autorisation parentale pour les mineurs

Aucun engagement ne sera remboursé, aucune inscription sur place.

Pour les Triathlètes qui oublient, qui attendent leur licence, qui l'ont perdue ou égarée; seule une attestation fédérale, ou de leur Ligue (-2 mois) sera prise en considération. L'attestation Club n'a aucune valeur.

Hormis cette attestation, il est obligatoire de remplir une fiche d'identification, de faire un chèque de 100 € à l'ordre de la Ligue, dont 10 € seront retenus par celle-ci après contrôle administratif, et 90 € seront restitués. Après contrôle, s'il s'avère que les renseignements donnés sont faux, la totalité de la caution sera conservée par la Ligue.

Avec la fiche d'identification et le chèque, un certificat médical de non contre indication à la pratique du triathlon en compétition de moins d'un an sera également demandé ainsi qu'une pièce d'identité.

Aucune dérogation n'est possible. Sinon : prendre un pass journée sur présentation du certificat médical, d'une pièce d'identité, et du paiement de son coût.

La clôture des inscriptions est fixée au :
Jeudi 30 Juillet 2015

Les participants devront se présenter entre 10h30 et 13h.

PROGRAMME

10h30 : émargements et remise des dossards
12 h : ouverture du parc à vélo
13h15: clôture de la remise des dossards
13 h 20: briefing obligatoire
13h30: fermeture du parc à vélos
13h45: départ
17h30 : résultats, remise des récompenses.

EQUIPEMENT

Chaque engagé devra disposer de son propre équipement (vêtements, bicyclette, casque de cyclisme à coque dure).

L'organisation fournira les dossards, les bonnets de bain et les plaques de cadre numérotées. (Cyclisme : dossard sur le bas des reins - course à pied : dossard sur le ventre). La puce se positionne sur la cheville gauche (velcro extérieur); **en cas de perte, il vous sera réclamé 25€.**

Les participants ne pourront bénéficier d'aucune aide extérieure, hormis celle fournie éventuellement par l'organisateur.

Ils assureront eux-mêmes les réparations, si nécessaire. Les « voitures, motos suiveuses » sont strictement interdites. Les participants s'engagent à respecter le code de la route. Un pointage, obligatoire, sera effectué au départ de l'épreuve de natation. Les participants acceptent de se soumettre aux décisions que pourrait prendre le Directeur Technique de l'épreuve, en fonction de l'urgence de la situation.

La licence et une pièce d'identité seront exigées pour la remise des dossards.

La réglementation générale fédérale s'applique sur cette épreuve

REGLES SPECIFIQUES

L'échauffement « natation » ne pourra se faire sur le parcours compétition.

NATATION

Le port de la combinaison courte ou longue est obligatoire si la température de l'eau est inférieure à 16°.

Les lunettes sont autorisées, le masque est interdit.

Les accessoires de protection du visage ne doivent recouvrir que les yeux et le nez, jamais la bouche.

Les accessoires de flottaison, de respiration, de propulsion, les chaussures, chaussons et gants sont interdits.

Sortie à l'Australienne obligatoire.

CYCLISME

Le port du casque à coque dure est obligatoire.

Lors d'un dépassement, le coureur doublé doit se laisser décrocher d'au moins 7 mètres.

Des arbitres désignés par la Ligue de Picardie veilleront au respect du présent règlement et apprécieront tout litige éventuel: leurs décisions seront sans appel.

RAVITAILLEMENT

Le nombre minimum de postes de ravitaillement et d'épongeage, selon le type d'épreuve, est le suivant:

Parc à vélos

Boulevard Sizaire
1 Solide 1 Liquide 1 Épongeable
Sur le parcours vélo
Rue du télégraphe
1 Liquide

Sur le parcours course à pied

Avenue Parmentier — Brighton
1 Solide 1 Liquide 1 Épongeable

SANCTIONS

NATATION

Parcours coupé : **carton rouge**

CYCLISME

Infractions passibles d'un carton rouge :

- relais, abri derrière un véhicule ou vélo
- gêne volontaire entre concurrents
- insulte à un arbitre
- parcours coupé
- appui sur un véhicule motorisé
- gêne volontaire entraînant la chute d'autres coureurs
- aide extérieure sauf organisation (matériel, ravitaillement)

- port du casque non respecté, jugulaire non attachée.

carton jaune: "Si l'athlète en infraction peut se remettre en conformité (tenue, jet de déchet hors zone de propriété...), il sera sanctionné d'un carton jaune (stop and go)".

-

Carton noir :

Remplace le « stop and go » sur les épreuves compétition pour infraction à la règle d'aspiration - abri.

Tout athlète qui reçoit un ou deux cartons noirs et qui n'effectue pas sa ou ses pénalités est disqualifié.

Le nombre de cartons noirs est limité à deux, le troisième est disqualificatif (sans recours d'appel)

Une arrivée sans dossard ne permet pas le classement

COURSE A PIED

Infractions passibles d'un carton rouge :

- gêne volontaire vis à vis d'autres coureurs
- toute aide extérieure, ravitaillement non

officiel.

RESPONSABILITÉ

En cas d'accident ou de défaillance provoqués par un mauvais état de santé ainsi qu'en cas d'accident provoqué par le non respect du code de la route, les organisateurs déclinent toute responsabilité.

Le maillot sera remis lors du retrait des dossards.

Si l'épreuve devait être annulée pour cause d'intempéries, aucun engagement ne serait remboursé.

DEVELOPPEMENT DURABLE

Dans le cadre du développement durable, des zones de propreté seront aménagées près des ravitaillements et balisées. Les triathlètes sont tenus de jeter leurs papiers et tubes de gel vides dans ces zones. En dehors de ces zones ils devront les mettre dans leur poche.

Toute infraction et non respect de cette mesure sera sanctionné par un carton rouge.

PRIX

Les triathlètes seront répartis en catégories :

JUNIOR
SENIOR
VETERANS

Les prix seront attribués selon la grille ci-dessous :

- Général Homme :
1^{er}: 365 € - 2^{ème} : 182 € - 3^{ème} : 121 € - 4^{ème} : 106 € - 5^{ème} : 91 €

- Général Femme :
1^{ère}: 365 € - 2^{ème} : 182 € - 3^{ème} : 121 € - 4^{ème} : 106 € - 5^{ème} : 91 €

- Junior Homme :
1^{er}: 120 € - 2^{ème} : 91 € - 3^{ème} : 60 €

- Junior Femme :
1^{ère}: 120 € - 2^{ème} : 91 € - 3^{ème} : 60 €

- Senior Femme :
1^{ère}: 120 € - 2^{ème} : 91 € - 3^{ème} : 60 €

- Vétéran Homme :
1^{er}: 120 € - 2^{ème} : 91 € - 3^{ème} : 60 €

- Vétéran Femme :
1^{ère}: 120 € - 2^{ème} : 91 € - 3^{ème} : 60 €

- Handisport :
1^{er}: 365 € - 2^{ème} : 182 €

- Équipe :
1^{ère}: 152 €

Bulletin d'inscription
25ème TRIATHLON de CAYEUX-sur-MER
Samedi 1^{er} août 2015
Épreuve courte distance
TRIATHLON DISTANCE M

N° licence
Nom
Prénom
Adresse
Code postal Ville.....
Tél.: Courriel:.....
Né(e) le Catégorie..... Sexe
Club

Pour les non licenciés : joindre 1 copie de votre brevet ou attestation de nage 1500 m. Joindre 1 copie du certificat médical.

FRAIS D'ENGAGEMENT : licenciés FFTRI 27.45 € - non licenciés 58 € (dont 20 € de licence journée) - **Chèque de caution de 25€ à joindre obligatoirement à l'inscription (bracelet électronique)**

AUCUNE INSCRIPTION SUR PLACE - TOUT DOSSIER INCOMPLET SERA REFUSÉ

Je soussigné(e) certifie avoir pris connaissance du règlement du triathlon de La Baie de Somme m'y conformer, reconnu le parcours et disputer cette épreuve dans le meilleur état d'esprit sportif.

A..... le
Signature

Le jour de l'épreuve, vous devez présenter la licence FFTRI (ou prendre la licence FFTRI journée), une pièce d'identité et élarger une feuille de départ au secrétariat. Le chèque d'inscription est à libeller à l'ordre du Trésor Public.

