

Guide du Triathlète 2022

Dim
18
SEPT
2022

TRIATHLON



Championnat
de Normandie
Triathlon Longue
Distance

DES 2 AMANTS

FORMAT : S - L - JEUNES

Organisé par :  Team Val'Eure Triathlon

Départ : Parc des loisirs Léry-Poses

+ d'infos : www.triathlon2amants.com



SOMMAIRE

PROGRAMME DE LA JOURNEE.....	3
QUELQUES POINTS DE RÈGLEMENT	4-6
PLAN D'ACCÈS AU SITE.....	7
PLAN GÉNÉRAL DU SITE.....	8
INFORMATIONS ATHELETES.....	9
LE TRIATHLON L	10-12
LE TRIATHLON S.....	13-15
LES COURSES ENFANTS.....	16-18
RETRAIT DES DOSSARDS	19-20
NOS PARTENAIRES	21

PROGRAMME DE LA JOURNEE

	Triathlon L	Triathlon J1	Triathlon J2	Triathlon S
Retrait des Dossards	7h00 à 8h30	8h30 à 9h45	8h30 à 10h00	14h00 à 15h30
Ouverture du parc	7h15	9h00	9h00	14h30
Fermeture du parc	8h30	10h00	10h15	15h30
Briefing obligatoire	8h40	10h00	10h30	15h40
Départ de la course	9h00	10h15	10h45	16h00
Récompenses	15h30	11h40	11h40	18h00

QUELQUES POINTS DE RÈGLEMENT

RÈGLES FÉDÉRALES / RÈGLEMENT FFTRI

Le Triathlon des 2 Amants est composé de 4 épreuves (L, 2 courses enfants et S), toutes sont agréées par la Fédération Française de Triathlon. A ce titre la Règlementation Sportive du Triathlon des 2 Amants est celle de la Fédération Française de Triathlon FFTRI 2022, en vigueur le jour de la manifestation. Les concurrents s'engagent à respecter sans réserve la règlement.

Tout concurrent prenant le départ à l'une des épreuves reconnaît avoir lu le présent règlement, et dégage les organisateurs de toute responsabilité en cas de non-respect.

SÉCURITE

- Pour des raisons de sécurité ou d'autorisation, l'organisateur peut être amené à imposer des règles spécifiques (changement ou réduction des parcours, distance natation...). L'organisateur prendra la décision après avis consultatif de l'Arbitre Principal, du responsable médical, du délégué technique de ligue ou fédéral présent.
- Tout accompagnement extérieur d'un athlète est strictement interdit sous peine de disqualification. Les organisateurs assureront la sécurité des participants à l'aide d'un dispositif de secours couvrant l'ensemble des itinéraires.
- La sécurité sera assurée sur le parcours natation par des membres d'une association de sauvetage nautique et des kayakistes, sur les parcours vélo et course à pied, par des signaleurs et des motards d'une association dédiée à l'encadrement des manifestations sportives. 3 équipes médicales d'intervention rapide seront présentes : 2 sur le parcours, 1 sur le site.
- Il est fortement conseillé à chaque concurrent de disposer de matériel en bon état et de kit de réparation.
- Toutes les mesures de protection du matériel des concurrents seront prises dans le parc à vélo. Toutes les entrées et sorties devront se faire par un accès unique. A la fin de leur épreuve, pour sortir du parc à vélo, les concurrents devront présenter leur dossard. La sécurité normale étant ainsi assurée, l'organisateur décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol de matériel, en particulier casques, combinaisons, compteurs,...
- Le parc à vélo sera fermé impérativement 15 min avant le départ de chaque course. Seules les affaires de course y seront autorisées aux emplacements des triathlètes.

SANCTIONS ET PÉNALITÉS

Les sanctions et pénalités possibles sont celles prévues par la Règlementation Sportive 2022 de la FFTRI. Les arbitres veillent scrupuleusement à ce que le règlement soit respecté et comptent aussi sur le meilleur esprit sportif.

LISTE DES INFRACTIONS ET SANCTIONS NON EXHAUSTIVE

Les arbitres peuvent donner les cartons rouges, jaunes ou bleus.

CARTON ROUGE

- Disqualification immédiate - remise de dossard à l'arbitre et arrêt de la course
- Comportement insultant et/ou anti-sportif n Refus de se mettre en conformité
- Dossard coupé sans possibilité d'en changer
- Assistance ou dépannage par un tiers
- Non-respect du code de la route
- Mauvais comportement envers les arbitres, bénévoles, spectateurs, organisateurs...
- Ravitaillement hors zones prévues n Jet de déchet et/ou abandon de matériel hors "Zone de Propreté"
- Drafting caractérisé, gêne volontaire entre concurrent, parcours coupé

CARTON BLEU

- Appliqué en cas de non-respect de l'aspiration
- Pénalité de 5 min par carton Bleu
- Pénalité de 10 min pour 2 cartons bleus n Le 3ème carton bleu est disqualificatif.

CARTON JAUNE - STOP & GO

- Demande de remise en conformité
- Dossard mal positionné ou plié
- Vélo mal rangé dans le parc

MISE HORS COURSE et/ou NON CLASSE (sans présentation de carton rouge) Perte ou absence de dossard à l'arrivée. L'athlète n'a pas effectué sa ou ses pénalité(s). Aucune protestation n'est autorisée contre une décision de disqualification de la part du corps arbitral. Les arbitres sont habilités à sanctionner une quelconque irrégularité à tout moment. Il est de la responsabilité de l'athlète de se rendre à la "zone de pénalité" située au départ de la boucle pédestre et d'y effectuer sa pénalité. S'il ne le fait pas, il sera automatiquement disqualifié.

NATATION

L'utilisation d'une combinaison néoprène est autorisée, selon les températures suivantes :

Distance	Annulation de l'épreuve	Combinaison obligatoire	Combinaison interdite
Distances Jeunes	< 16°C	-	>24.5°C
XXS à XXL	< 12°C	< 16°C	>24.5°C

ABANDON

Tout abandon de l'épreuve devra être signalé aux arbitres dans les plus brefs délais.

CHRONOMETRAGE

En dehors du format jeune, le chronométrage sera effectué par un système de puce. Tous les inscrits se verront remettre une puce électronique initialisée automatiquement sur la ligne de départ. Tout concurrent dont la puce n'aura pas été repérée à tous les points de détection ne sera pas classé à l'arrivée. La puce devra être restituée à l'organisation à l'arrivée de la course. Toute puce non rendue sera facturée 30 € par l'organisation.

TEMPS LIMITES

Des temps limites seront appliqués pour la course L et S.

Pour le L : pas de départ de CAP 5h30 après le départ

Pour le S : pas de départ en CAP 1h45 après le départ

DROIT A L'IMAGE

En participant aux épreuves, l'athlète autorise la diffusion de son image (papier, site internet ,réseaux sociaux...), pour la promotion du triathlon des 2 Amants organisé par « Team Val'Eure Triathlon » et renonce à toute rémunération.

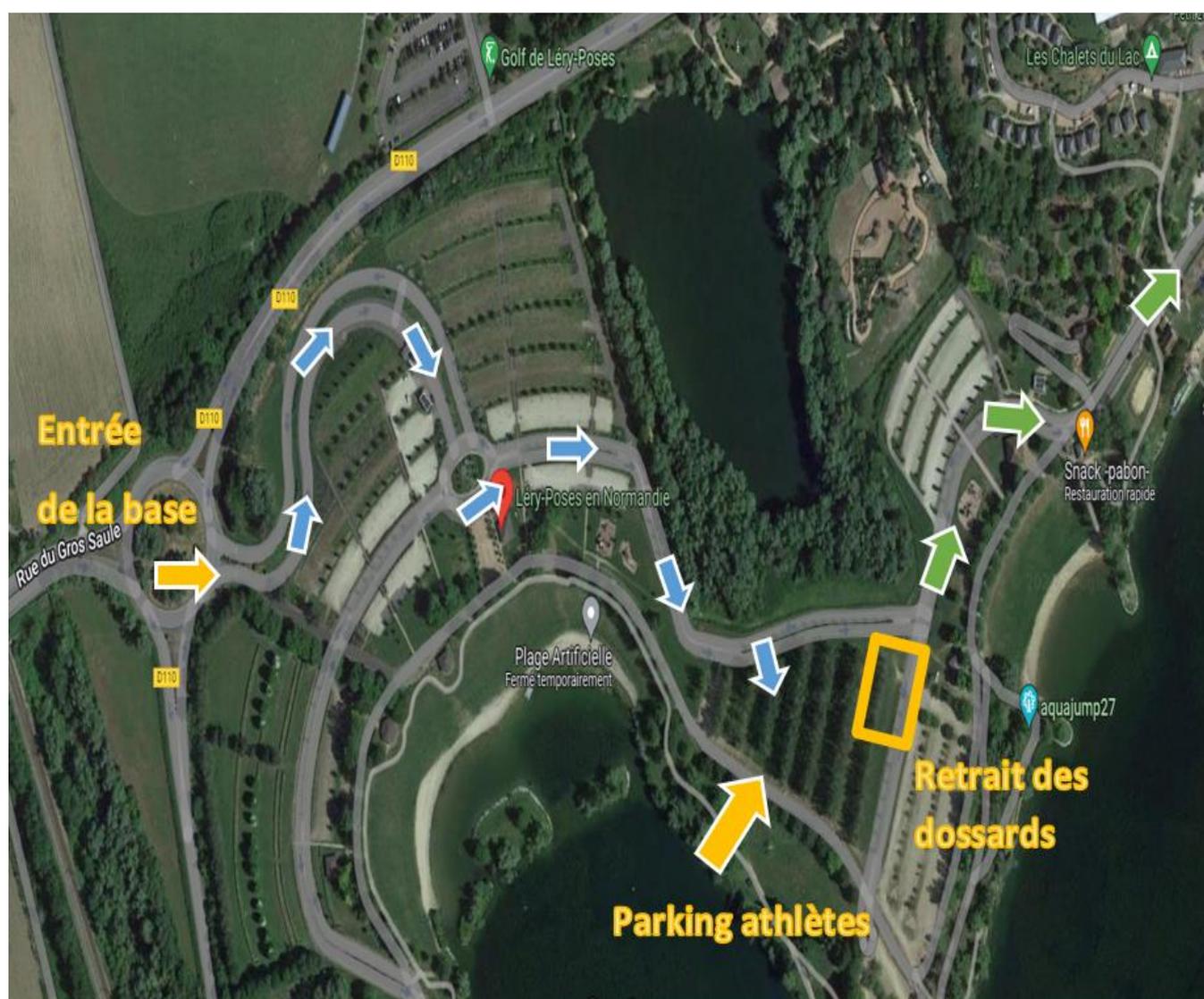
[Réglementation Fédérale FFTRI.](#)

PLAN D'ACCÈS AU SITE



<p>Adresse</p> <p>Base de loisirs Léry-Poses D110 27 740 Poses</p>	<p>GPS</p> <p>49.302647° 1.206264°</p>
<p>En train</p> <p>La gare de Val de Reuil qui se situe à 5 Km de la Base de loisirs Léry-Poses</p>	<p>Par l'Autoroute</p> <p>A13 sortie 19 Incarville</p>

PLAN GÉNÉRAL DU SITE



 Accès au parking et Retrait des dossards

 Accès au parc à vélo à pied

INFORMATIONS ATHELETES

Tenue des athlètes

Le torse nu est interdit sur les parties cyclistes et course à pied.

A 200 mètres de l'arrivée, la tri-fonction doit être refermée au moins jusqu'au bas du sternum. Pas de limite d'ouverture de la fermeture pour le reste de l'épreuve.

Les bretelles de la tenue de la course seront gardées sur les épaules.

La nudité est interdite.

Vélo

Le port du casque de cyclisme rigide en conformité avec les normes de sécurité en vigueur sur le territoire Français, **jugulaire attachée et ajustée**, est obligatoire lors d'une partie cycliste et dès lors que l'athlète se déplace avec son vélo.

Relais

Dans la zone de passage de relais, au minimum un contact physique entre relayeurs doit être exécuté.

Le mode de transmission est la puce pour valider le passage de relais.

Seule l'aide entre les relayeurs d'une même équipe, à l'emplacement qui leur est réservé dans l'aire de transition est autorisée.

LE TRIATHLON L

Dans le cadre du 2eme Triathlon des 2 Amants , nous vous accueillons le Dimanche 18 Septembre à 9h00 à la Base de Loisirs Léry-Poses.

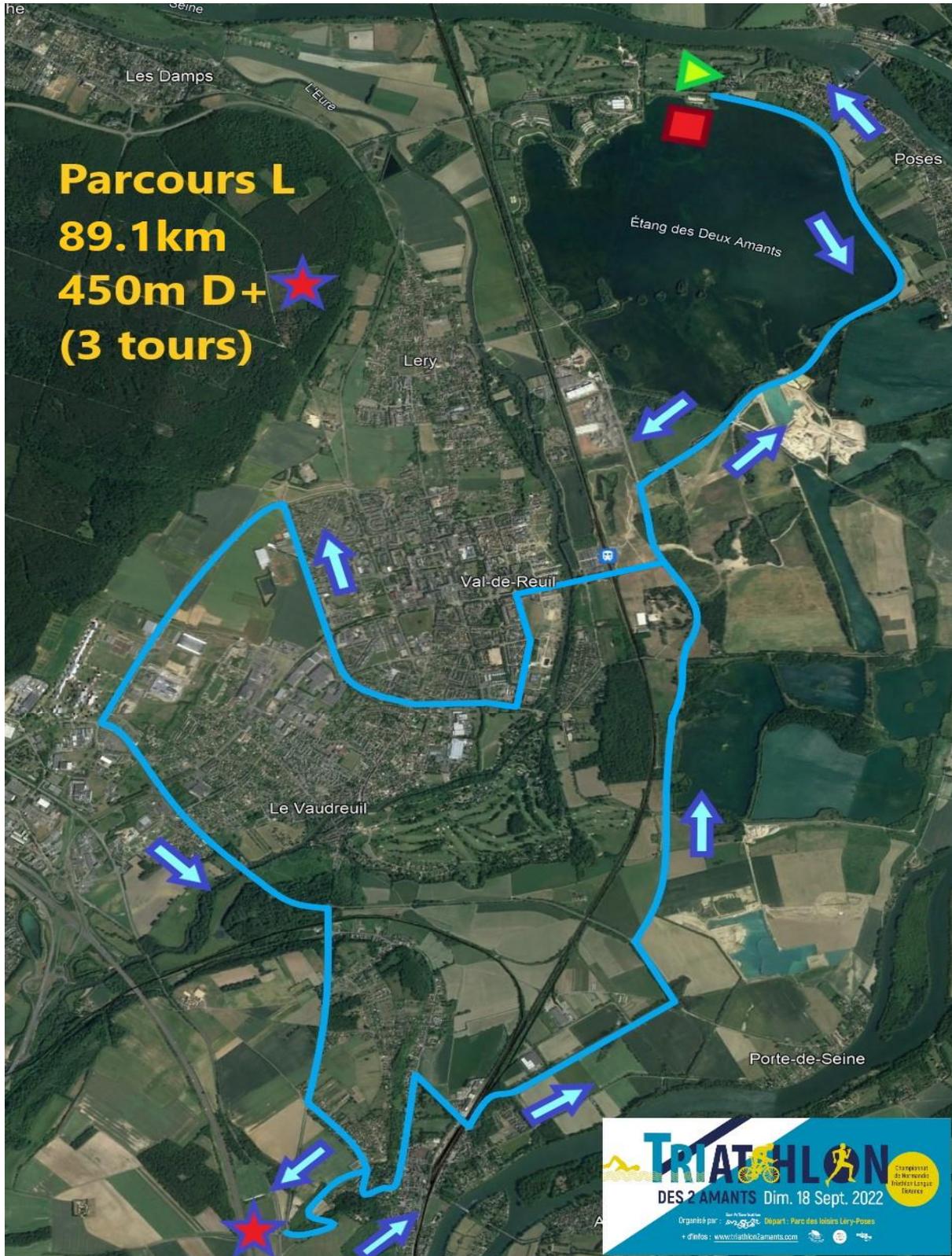
Cette course support de **Championnat de Normandie** , consiste à enchaîner 1 900 m de natation dans le lac des 2 Amants, 90 km de vélo et 21 km de course à pied.

Parcours Natation



Parcours Vélo

Parcours en GPX



Parcours Course à pied



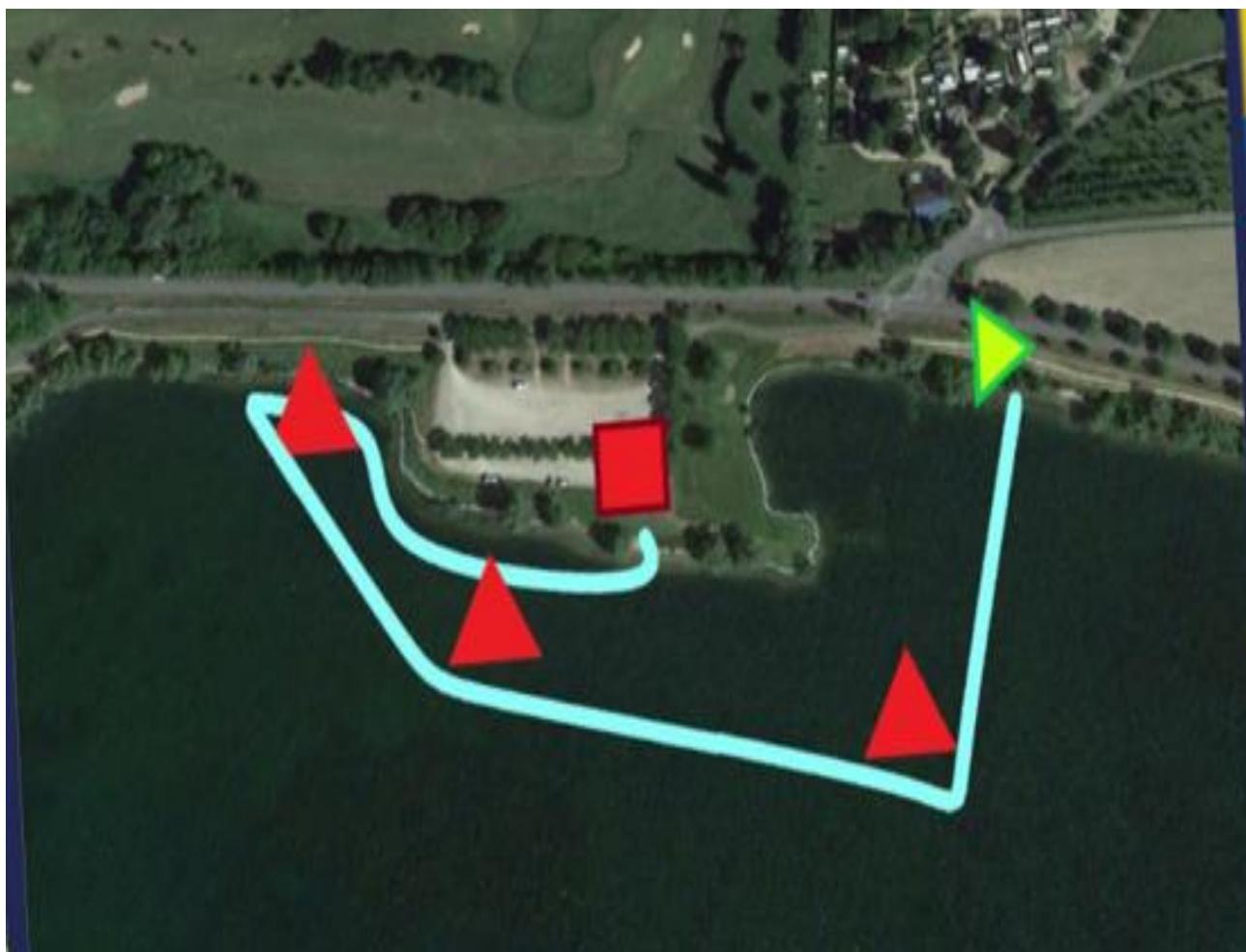
LE TRIATHLON S

Dans le cadre du 2eme Triathlon des 2 Amants , nous vous accueillons le Dimanche 18 Septembre pour un départ 16h00 à la Base de Loisirs Léry-Poses.

Cette course, destinée au Grand Public et accessible à tous, consiste à enchaîner 750 m de natation dans le lac des 2 Amants, 20 km de vélo et 5 km de course à pied.

Parcours Natation

Pensez à prendre votre bonnet de bain.



Parcours Vélo

Parcours en GPX



Parcours Course à pied



LES COURSES ENFANTS

TRIATHLON

Championnat
de Normandie
Triathlon Longue
Distance

DES 2 AMANTS Dim. 18 Sept. 2022

Organisé par :  **Départ : Parc des loisirs Léry-Poses**

+ d'infos : www.triathlon2amants.com



BENJAMINS
MINIMES
12/15/ANS
200M 
5KM 
1900M 



TRIATHLON

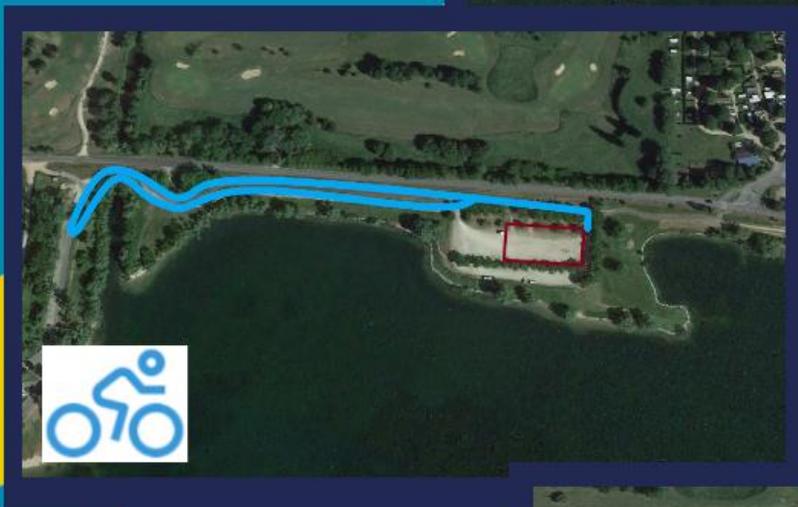


Championnat
de Normandie
Triathlon Longue
Distance

DES 2 AMANTS Dim. 18 Sept. 2022

Organisé par :  **Départ : Parc des loisirs Léry-Poses**

+ d'infos : www.triathlon2amants.com



**MINI
POUSSINS
6-7 ANS
50M 
1KM 
500M **

TRIATHLON



Championnat
de Normandie
Triathlon Longue
Distance

DES 2 AMANTS Dim. 18 Sept. 2022

Organisé par :  Team Val'Eure Triathlon **Départ : Parc des loisirs Léry-Poses**

+ d'infos : www.triathlon2amants.com



POUSSINS
PUPILLES
8-11 ANS

100M



2KM



1KM



RETRAIT DES DOSSARDS

Triathlon L : 7h00 à 8h00

Triathlon enfants : 10h00 à 11h00

Triathlon S : 14h00 à 15h00



Attention le parking athlètes et la zone de départ étant éloigné, pensez à prendre toutes vos affaires dans votre véhicule.

POUR RECUPERER VOTRE DOSSARD MUNISSEZ-VOUS DE :

- **LICENCIES FFTRI** : Copie papier ou numérique de votre licence FFTRI - saison 2022.
- **NON LICENCIES FFTRI et LICENCIES FFTRI LOISIR** Pièce d'identité avec photo.

LORS DE VOTRE RETRAIT DE DOSSARD NOUS VOUS REMETTRONS :

- 1 planche d'autocollants pour la tige de selle et votre casque
- 1 dossard (**ceinture porte dossard obligatoire**)
- 1 bonnet de natation pour le format L uniquement
- 1 lot athlète
- La puce électronique

Contrôlez soigneusement l'ensemble des documents qui vous seront remis.

Les éventuelles réclamations sont à signaler immédiatement au stand des inscriptions.

PRÉPARER VOTRE ÉQUIPEMENT



Bonnet de natation

Lunette de natation

Combinaison



Casque de vélo

Chaussures de vélo

Porte dossard

Lunette de soleil



Chaussure de course à pied

Chaussettes

Casquette

MERCI À NOS PARTENAIRES



SAINT PIERRE DU VAUVRAY



LES DEUX AMANTS