



RÈGLEMENT Cross Triathlon Langogne Naussac



Conditions générales :

Le déroulement de l'épreuve s'effectue suivant le règlement de la F.F.TRI, chaque concurrent reconnaît en avoir pris connaissance et s'engage à le respecter. La réglementation fédérale est consultable sur le site fédéral : www.fftri.com

Article 1 – Épreuves :

Le Cross Triathlon de Langogne Naussac aura lieu le Dimanche 2 Juillet 2023. Il comporte 3 épreuves : un XS et un S en format cross et un M en route. La natation se déroulera au lac de Naussac près de la base nautique où sera installé le parc à vélo. Le VTT/cyclisme et le Trail/course à pied se feront à proximité du Lac. Pour le M, l'épreuve de cyclisme partira en direction du bord du lac puis vers l'Allier.

Article 2 – Distances :

Les distances proposées sont les suivantes :

Epreuve / Format	XS (cross triathlon)	S (cross triathlon)	M (triathlon)
Natation	200m	500m	1,5km
VTT / Cyclisme	5,5km	14km	38,25km
Trail / Course à pied	2,2km	4km	10km
Participation	En individuel ou en relais de 2 ou 3 relayeurs		

Article 3 – Catégorie :

Epreuve / Format	XS (cross triathlon)	S (cross triathlon)	M (triathlon)
Âge minimum en INDIVIDUEL	12 ans (nés en 2011)	16 ans (nés en 2007)	18 ans (nés en 2005)
Âge minimum en relais (1 seule épreuve pour ces catégories d'âge)	10 ans (nés en 2013)	12 ans (nés en 2011)	16 ans (nés en 2007)

Un enfant qui fait le XS en individuel ne peut pas s'inscrire sur le S en relais.

Article 4 – Inscriptions :

Les inscriptions se font sur le site internet de l'épreuve : www.triathlonlangoggenaussac.fr

Le dossier d'inscription peut aussi être téléchargé sur le site internet www.triathlonlangoggenaussac.fr et renvoyé par courrier à l'adresse suivante :

Lisa et Anthony Durand
12, Rue de Réals
48300 Naussac

Tout dossier incomplet sera à compléter obligatoirement le jour de l'épreuve.

Le montant des inscriptions :

Tarif / Format	XS (cross triathlon)	S (cross triathlon)	M (triathlon)
Licencié	10€	20€	30€
Non licencié	15€ (13€ inscription + 2€ pass compétition obligatoire pour les non-licenciés)	25€ (23€ inscription + 2€ pass compétition obligatoire pour les non-licenciés)	35€ (33€ inscription + 2€ pass compétition obligatoire pour les non-licenciés)
Relais	10€ par relayeur	15€ par relayeur	20€ par relayeur

Le règlement par chèque se fera à l'ordre de Langogne Triathlon

Une pièce d'identité sera demandée en tant que caution pour la puce. Celle-ci sera facturée 50 euros en cas de perte ou de casse.

Le bulletin d'inscription devra être rempli et accompagné des documents suivants :

- Pour les personnes non licenciées, un certificat médical de non contre-indication à la pratique du Triathlon en compétition **datant de moins d'un an avant l'épreuve.**

- Pour les participants mineurs, une autorisation parentale (jointe au dossier d'inscription)

Les licences FF Athlétisme et FF Cyclisme et FF Natation ne pourront être acceptées que dans le cadre du relais. (c.f. Règlementation FFTRI)

Toute inscription est définitive et non remboursable. En cas d'annulation pour force majeure, les droits d'inscription seront remboursés à 80 %.

Article 5 – Retrait des dossards :

Le retrait des dossards aura lieu au restaurant La Table du Lac, 48300 Langogne, le Dimanche 2 Juillet à 7h pour le M et 11h00 pour le XS et le S.

Article 6 – Horaires :

EPREUVE	M (triathlon)	XS (cross triathlon)	S (cross triathlon)
Retrait des dossards	Dimanche 2 Juillet 2023 7h00-8h30	Dimanche 2 Juillet 2023 11h00-13h00	Dimanche 2 Juillet 2023 11h-13h00
Ouverture parc à vélos	7h00	12h30	12h30
Fermeture parc à vélos	8h45	13h15	13h15
Briefing	8h50	14h05	13h20
Départ	9h00	14h15	13h30
Remise des prix	Dès l'arrivée du dernier concurrent	Dès l'arrivée du dernier concurrent du S	Dès l'arrivée du dernier Concurrent
Sortie des vélos du parc	Jusqu'à 13h30 dernier délai	Jusqu'à 18h00 dernier délai	Jusqu'à 18h00 dernier Délai

Afin d'éviter les échanges, les VTT / vélos ne pourront être récupérés que par le concurrent ou une personne munie du dossard du concurrent.

L'organisation se réserve le droit de sortir les vélos du M non récupérés avant la délai de sortie du parc. Ils seront placés juste à côté du parc mais ne seront plus surveillés.

Article 7 – Lieux de départ et d'arrivée : Le départ des parcours XS, S et M aura lieu au niveau de la Base nautique, à côté de la Table du Lac. L'arrivée se fera au même endroit.

Article 8 – Natation :

L'épreuve de natation s'effectuera au niveau de la Base nautique, dans le grand Lac pour les trois parcours.

- Pour les concurrents du XS, le parcours est un aller-retour de 200m autour de bouées.
- Pour les concurrents du S, le parcours est un aller-retour de 500m autour de bouées.
- Pour les concurrents du M, le parcours est de 2 boucles de 750m autour de bouées avec sortie à l'australienne entre les deux boucles.

L'épreuve de natation pourra être annulée si la température de l'eau est inférieure à 12°C.

En cas d'annulation de l'épreuve de natation (température de l'eau, orage, autre...), elle sera remplacée par une épreuve de trail d'une distance de 1,5km pour le XS, 2,5km pour le S et 6km pour le M. Le format de l'épreuve sera donc le suivant : Trail – VTT – Trail ou Course à pied – Cyclisme – Course à pied.

La combinaison est obligatoire si la température de l'eau est inférieure à 16°C, le jour de l'épreuve, elle sera interdite si la température de l'eau est supérieure à 24,5°C, (cf. réglementation FFTri 2023).

Article 9 – VTT - Cyclisme :

Le parcours XS de VTT partira du parc à vélos de la base nautique pour 5,5km

Le parcours S de VTT partira du parc à vélos de la base nautique, pour 14km.

Le parcours M de cyclisme, partira du parc à vélo pour 38,25km. La circulation routière ne sera pas arrêtée et les concurrents seront soumis au respect du Code de la Route.

La pratique du drafting est interdite (cf. réglementation FFTri 2023) et pourra être sanctionnée. 2 arbitres seront à moto pour contrôler le respect du règlement pendant le parcours.

Une box de pénalité sera en place à l'entrée / sortie de l'aire de transition. Les concurrents n'ayant pas respecté certains aspects du règlement pourront y être arrêtés pour une durée de 2mn.

Une barrière horaire est mise en place sur le parcours M : tout concurrent qui arrive au parc à vélo après 12h30 ne pourra pas s'élancer sur la course à pied.

Les Vélos à Assistance Electrique (VAE) sont interdits pour l'épreuve.

Les concurrents ont l'obligation d'avoir des bouchons à chaque extrémité du guidon (cf. réglementation FFTRI)

Article 10 – Trail / Course à pied :

- Pour la distance XS, les coureurs s'élanceront du parc à vélos pour une boucle de 2km.

- Pour la distance S, les coureurs s'élanceront de la base nautique. Ils effectueront une boucle de 4km sur les bords du lac pour terminer l'épreuve à la base nautique.

- Pour la distance M, les participants effectueront un parcours de 10km qui se terminera à la base nautique.

Article 12 – Zones de propreté

Le Cross Triathlon s'inscrit dans une démarche d'obtention du Label Développement Durable.

Des zones de propretés pour jeter les déchets seront matérialisées en VTT/Cyclisme et Trail/Course à pied. En cas de non-respect de ces zones, l'organisation et les arbitres de l'épreuve, se réservent le droit de déclasser ou de pénaliser un concurrent.

Des poubelles seront également mises à dispositions à l'arrivée.

Article 11 – Remise des prix :

La remise des prix se fera à l'arrivée du dernier concurrent au niveau du restaurant La Table du Lac pour le XS, S et le M. Seront récompensés pour chaque course XS, S et M:

- Les 3 premiers au scratch Hommes et Femmes sans catégorie.
- Les 1^{ers} de chaque catégorie Homme et Femmes hors podium (Benjamin, Minime, Cadet, Junior, Sénior, Vétéran)
- Les 1^{ers} Relais Homme, Femme et mixte

Article 12 – Assurance et responsabilité :

Le Cross Triathlon de Langogne Naussac est couvert de par son agrément F.F.TRI. Les organisateurs ne peuvent être tenus pour responsables des vols, pertes et des accidents consécutifs à un mauvais état de santé ou un non-respect du règlement.

Article 13 – Droit à l'image :

Chaque coureur autorise l'organisation du Cross Triathlon de Langogne Naussac à utiliser toutes les images sur lesquelles il pourrait être identifié, dans le cadre de documents promotionnels et publicitaires nécessaires à la communication du Triathlon, pour cette année et pour les années suivantes, y compris pour prolongations éventuelles. Conformément à la loi informatique et liberté du 6 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification aux données personnelles vous concernant. Si vous ne le souhaitez pas, il suffit de nous écrire en nous indiquant votre nom, prénom, adresse et si possible votre numéro de dossard.

Article 14 – Informations diverses :

Toute aide ou assistance extérieure est interdite durant le Cross Triathlon.

Divers ravitaillements seront prévus par l'organisation tout au long de l'épreuve jusqu'à l'arrivée.

Pour tout autre renseignements sur la réglementation, se référer à la réglementation FFTRI en vigueur ou contacter l'organisation.

Renseignements Organisation :

-Mourgues Nicolas: 06 71 34 77 67

-Durand Anthony: 06 86 34 20 72

-mail : info@triathlonlangognenaussac.fr