

Règlement du Triathlon- Duathlon de LOMME 2010

ORGANISATION : DIMANCHE 3 OCTOBRE 2010- Piscine municipale de Lomme.

Le triathlon de Lomme est une course qui consiste à enchaîner sans arrêt du chronomètre une épreuve de natation, de vélo et de course à pied. Cette épreuve est organisée par l'OSMI Natation-Triathlon en collaboration avec le Service des Sports de la ville de Lomme.

Le duathlon de Lomme est une course qui consiste à enchaîner sans arrêt du chronomètre une épreuve de course à pied, de vélo et de course à pied. Cette épreuve est organisée par l'OSMI Natation-Triathlon en collaboration avec le Service des Sports de la ville de Lomme.



ARTICLE 1 :

L'organisation de Lomme comportera 5 épreuves :

- Un triathlon Avenir (pupilles et benjamins), Trophée Nicolas MORIN
- Un triathlon Découverte (minimes à vétérans)
- Un triathlon Sprint par équipe de 5 en contre la montre (cadets à vétérans)
- Un duathlon Sprint par équipe de 5 en contre la montre (cadets à vétérans)

Nom de la course	Avenir et Découverte	Natation	Vélo	Course à pied
Avenir	Pupilles : 1999-2000 Benjamins : 1997-1998	100 m	4 km	1 km
Découverte (Course individuelle ou relais)	Minimes : 1995-1996 Cadets : 1993-1994 Juniors : 1991-1992 Seniors: 1971-1990 Vétérans: 1970 et avant	250 m	8 km	2km
Sprint par équipe de 5 maximum	Cadets : 1993-1994 Juniors : 1991-1992 Seniors: 1971-1990 Vétérans: 1970 et avant COUPE REGIONALE NORD PAS DE CALAIS DE TRIATHLON	750 m	20 km	5 km
Sprint par équipe de 5 maximum	Cadets : 1993-1994 Juniors : 1991-1992 Seniors: 1971-1990 Vétérans: 1970 et avant COUPE REGIONALE NORD PAS DE CALAIS DE DUATHLON	5 km	20 km	2,5 km

ARTICLE 3 : HORAIRES

	DECOUVERTE	AVENIR
Ouverture de l'accueil : Inscriptions	09h30	11h00
Ouverture du parc	10h00	12h00
Fermeture des inscriptions	11h00	12h40
Fermeture du parc- Briefing dans la piscine	11h30	12h45
Horaire du premier départ	11h45	13h00
Fin de surveillance du parc de transition	13h30	14h00
Proclamation des résultats- Tirage au sort	13h20	13h30

HORAIRES

	SPRINT PAR EQUIPE DE DUATHLON	SPRINT PAR EQUIPE DE TRIATHLON
Ouverture de l'accueil : Inscriptions	7h30	12h00
Ouverture du parc	7h45	12h15
Fermeture des inscriptions	8h45	13h15
Fermeture du parc- Briefing dans la piscine	9h00	13h45
Horaire du premier départ	9h15	14h00
Fin de surveillance du parc de transition	12h30	17h45
Proclamation des résultats- Tirage au sort	13h15	18h00

COURSE DECOUVERTE	VAGUE 1	VAGUE 2
Catégories concernées	Minimes : 1995-1996 Cadets : 1993-1994	Juniors : 1991- 1992 Seniors: 1971-1990 Vétérans: 1970 et av Relais
Heures de départ	11h45	12h00

COURSE SPRINT CONTRE LA MONTRE PAR EQUIPE	COUPE NORD PAS DE CALAIS DUATHLON
Catégories concernées	Cadets : 1993-1994 Juniors : 1991-1992 Seniors: 1971-1990 Vétérans: 1970 et avant
Règlement	Le retrait des dossards se fait par équipe complète. Présence obligatoire au briefing des équipes. Le temps final est pris sur le troisième équipier franchissant la ligne d'arrivée. Présentation des équipes dans la zone de départ 5 minutes avant le départ programmé.
Premier départ et Horaire	Départ toutes les 3' par équipe de 5 maximum, Premier départ à 9h15.

Attention : L'épreuve de course à pied sera en partie de type cross.

Course découverte relais	Natation (250m)	Vélo (8km)	Course à pied (2km)
Catégories autorisées	A partir de Poussins	A partir de Pupilles	A partir de Poussins

ARTICLE 2 : INSCRIPTIONS

Le nombre d'inscriptions est limité à :

- 60 pour la course Avenir
- 72 en 2 vagues pour la course Découverte
- 40 équipes de 5 athlètes pour la course Triathlon Sprint par équipe (Minimum de 5 équipes féminines, classement sur trois équipiers)
- 30 équipes de 5 athlètes pour la course Duathlon Sprint par équipe (Minimum de 5 équipes féminines, classement sur trois équipiers)

Pièces à fournir :

- Bulletin d'inscription dûment complété
- Un certificat médical de non contre indication à la pratique sportive en compétition du triathlon datant de moins d'un an ou une photocopie de la licence F.F.Tri 2009,
- Une autorisation parentale pour les mineurs

Les inscriptions seront également prises sur place (majoration de 5€) dans la limite des places disponibles. Les droits d'inscriptions restent acquis en cas de désistement.

Une réservation peut se faire par téléphone au 06.63.91.27.45. Elle deviendra effective après réception du bulletin d'inscription dûment rempli et accompagné des pièces administratives avec le règlement par chèque à l'OSML Natation. Les inscriptions sont à renvoyer pour le 28 septembre 2010. (TRIATHLON ET DUATHLON DE LOMME-VANDERMESSE, 41 allée du petit trot, 59 840 LOMPRET).

En cas d'annulation de l'épreuve, les engagements seront remboursés moins les frais fixes d'organisation.



300, avenue de
Dunkerque
59 130 Lambersart
Tél. 03 20 92 21 56



www.topperformance.fr

La Boutique des Athlètes



E.G.A.S.
Installation – Dépannage
Électricité – Chauffage
Sanitaire – Aspiration Centralisée
DELAMBRE Jean-Jacques
TEL : 03 20 46 81 66



COURSE SPRINT CONTRE LA MONTRE PAR EQUIPE	COUPE NORD PAS DE CALAIS TRIATHLON	
Catégories concernées	Cadets : 1993-1994 Seniors: 1971-1990	Juniors : 1991-1992 Vétérans: 1970 et avant
Règlement	Le retrait des dossards se fait par équipe complète. Présence obligatoire au briefing des équipes. Le temps final est pris sur le troisième équipier franchissant la ligne d'arrivée. Présentation des équipes dans la zone de départ 5 minutes avant le programmé.	
Premier départ et Horaire	Départ toutes les 3' par équipe de 5 maximum, Premier départ à 14h00.	

ARTICLE 5 : LE PARC DE TRANSITION et RAVITAILLEMENT

Le matériel devra être déposé dans le parc avant l'heure de fermeture sous peine de disqualification. Les changements de tenue doivent impérativement être effectués dans le parc. Seuls les participants, les organisateurs et les commissaires peuvent y pénétrer pendant les heures de surveillance. Un ravitaillement liquide et solide est prévu en course à pied et lors de l'arrivée.

ARTICLE 6 : CONDITIONS GENERALES

Le déroulement des épreuves s'effectuera suivant le cahier des charges F.F.Tri en vigueur et selon les règles établies dans la ligue Nord/Pas-de-Calais. Les concurrents devront se soumettre aux décisions des arbitres qui seront sans appel.

ARTICLE 7 : LISTE DES INFRACTIONS

Les infractions seront sanctionnées par un Stop and Go ou par un carton rouge. La décision d'un arbitre est sans appel.

Carton Jaune : Lorsque la faute est sur le point d'être commise.

Stop and Go : Lorsque la faute commise peut être corrigée...

Carton Noir : En cas d'infraction à la règle d'« aspiration – abri » sur la partie cycliste entre les équipes.

Carton rouge : Lorsque la faute ne peut être corrigée, ou transgression d'une règle de manière évidente. Départ anticipé, insulte à arbitre, insulte à un commissaire ou à un membre de l'organisation, tenue indécente, changement de tenue hors des aires de transition, non respect du code de la route.

ARTICLE 8 : POSITIONNEMENT DES EQUIPEMENTS DE COURSE

Chaque concurrent est tenu de respecter la réglementation FFTRI en vigueur. En **natation**, les lunettes sont autorisées. Le dossard, pour la partie **cycliste**, doit être positionné sur le dos, sur la partie **course à pied**, sur le ventre, interdiction de mettre le dossard pour la natation. Il ne doit pas être plié et doit laisser apparaître la publicité y figurant. Le port de la ceinture est interdit pour le duathlon. La plaque de vélo est placée sur le tube de selle de façon visible. En vélo le port du casque réglementaire est obligatoire. En course à pied, les élastiques distribués pour le comptage des tours se portent au poignet.

