

Programme

Samedi 10 septembre :

- 15h à 19h Retrait des dossards sur l'esplanade du lac
- 16h30 Ouverture parc vélos et briefing épreuves Avenir
- 17h Départ épreuve Avenir 1
- 17h30 Départ épreuve Avenir 2
- 18h Remise des prix
- 18h30 Pasta Party

> Triathlons Avenir

Course 1 Poussins (1 01 2002 au 31 12 2003) et Pupilles (1 01 2000 au 31 12 2001)
50 m natation + 1,6 km vélo + 400 m course à pied
Course 2 Benjamins (1 01 98 au 31 12 99)
100 m natation + 2 x 1,6 km vélo + 1 km course à pied

- Nombre de participants limité à 100 pour course 1 et course 2
- Libre choix du vélo : vélo de route ou VTT (Parcours goudronné)
- Médaille souvenir à chaque participant + cadeau Coupe aux premiers de chaque catégorie, garçons et filles.

Dimanche 11 septembre :

- 7h30 Retrait des dossards sur l'esplanade du lac
- 9h Ouverture parc à vélos Super Sprint
- 9h45 Briefing de course du Super Sprint
- 10h00 premier départ (vague N°1)
- 10h05 Deuxième départ (vague N°2)
- 10h10 Troisième départ (vague N°3)
- 12h00 Remise des prix du Super Sprint
- 12h00 Ouverture parc à vélo du triathlon Courte Distance
- 12h45 Briefing de course Courte Distance
- 13h00 Départ du triathlon Courte Distance Individuel
- 13h10 Départ du triathlon Courte Distance Relais
- 16h30 Arrêt du chronométrage Courte Distance
- 17 h Remise des prix du Courte Distance Individuel et Relais

> Triathlon Super Sprint

400 m natation + 13 km vélo sur parcours plat + 3 km course à pied.

- Épreuve ouverte à tous (nés en 97 et avant)
- Nombre de participants limité à 400.
- Chaque concurrent devra disposer de son équipement.
- Lots de valeurs aux premiers de chaque catégorie minime, cadet, junior, senior, vétéran, hommes et femmes.

Cadeau de bienvenue à chaque participant.

> Triathlon Courte Distance

1500 m natation + 40 km vélo + 10 km course à pied

- Épreuve individuelle ouverte à tous à partir de 18 ans pour l'épreuve individuelle (nés en 1993 et avant)
- Épreuve relais ouverte aux concurrents nés en 1995 et avant
- Nombre de participants limité à 600 + 30 équipes de 3
- Lots aux premiers de chaque catégorie junior, senior, vétéran, hommes et femmes.
- Cadeau de bienvenue à chaque participant.

Grille des récompenses du Courte Distance (1)

	Hommes	Femmes	Relais	Club (2)
1er	500 €	500 €	lots	400 €
2ème	Lot	Lot	lots	Lot
3ème	Lot	Lot	lots	Lot
4ème	Lot			Lot
5ème	Lot			
Club le plus représenté à l'arrivée du courte distance : 300 €				

- Lots de valeurs aux premiers de chaque catégorie. Récompenses non cumulables.
- (1) Grille définitive le 10/09/2011.
- (2) 3 meilleures places des triathlètes d'un même club.

Règlement général des épreuves

- Réglementation selon le cahier des charges de la FFTRI.
- Respect des consignes des membres de l'organisation et de l'arbitrage.
- L'épreuve est sous le contrôle officiel des arbitres.
- Droits d'inscription non remboursables en cas de désistement ou d'annulation de l'épreuve le jour même. Remboursement à 50% jusqu'à J - 7 si justificatif
- Présentation obligatoire de la licence lors du retrait du dossard pour licenciés FFTRI et licenciés FFN - FFC - FFA pour le relais.
- Les épingles de sûreté ne sont pas fournies.
- Ravitaillements à l'aire de transition et sur les parcours. (eau, sucre, barres céréales)
- Interdiction de jeter des déchets dans la nature et obligation de les déposer dans les zones de propreté et accessibles mis à disposition. Tout contrevenant pourra être sanctionné par les arbitres.
- Toute aide extérieure est non autorisée.
- Il est déconseillé de porter le dossard pendant l'épreuve de natation.
- Toute puce électronique non rendue sera facturée 25 euros.
- Récupération du matériel après l'arrivée du dernier concurrent de chaque épreuve.

Autres principales mesures réglementaires

> NATATION

- Seuls lunettes, masques, pince-nez et combinaison sont autorisés. Combinaison obligatoire si la température de l'eau est inférieure ou égale à 16°C et interdite si température de l'eau supérieure ou égale à 24 °C.
- Bonnet de bain numéroté fourni par l'organisation.
- Sur le triathlon Avenir, l'épreuve natation sera remplacée par la course à pied si la température de l'eau est inférieure ou égale à 16 °C.

> CYCLISME

- Parc accessible uniquement aux concurrents, à l'organisation et aux arbitres.
- Port du casque homologué en coque dure, jugulaire attachée à l'intérieur et à l'extérieur de l'aire de transition.
- Circuit non fermé à la circulation. Respect scrupuleux du code de la route (carton rouge et disqualification en cas de non respect).
- Sortie, entrée et circulation dans l'aire de transition à pied.
- Abri dernière concurrent non autorisé. La règle du CARTON NOIR s'applique sur le Courte Distance et le Super Sprint (en cas de sanction, nécessité d'accomplir une boucle de pénalité sur la partie pédestre).
- Dossard non plié placé dans le bas du dos.
- Accompagnement par un tiers interdit.

> COURSE À PIED

- Dossard non plié placé sur le devant.
- Accompagnement par un tiers interdit.

Remarques importantes :

La réglementation FFTRI précise que le non-respect de la charte environnementale (jeter des déchets au sol, abandonner du matériel, des vêtements) est passible de sanctions (cartons, disqualification,...).

Nous placerons des containers de tri des déchets sur le site.

A vélo et course à pied, vous ne devez pas jeter vos emballages. Conservez les ou déposer les au poste de ravitaillement.

Nous disposons d'un formidable terrain de jeux, il est de notre responsabilité individuelle et collective de tout faire pour le garder propre et accueillant. Merci à tous.

Pour nous, vous faites partie intégrante de l'organisation, et à ce titre, merci de continuer à encourager les Bénévoles par vos paroles et gestes d'amitié AUCUN D'ENTREUX N'EST TRES SENSIBLES.

En vous inscrivant au triathlon d'Aix les Bains, vous autorisez l'utilisation gratuite et inconditionnelle de votre image, votre voix et nom pour des publications sous quelque forme que ce soit : médias vidéos, audios, presse, internet ou encore des publications de presse ou publicité ayant un rapport avec les triathlons d'Aix les Bains.

Les parcours super sprint et C.D. sont disponibles sur :

www.triathlonaixlesbains.com