

Règlement

**AQUATHLON - TRIATHLON
DUATHLON - RUN & BIKE**



2021-22



PNDSS 2020-2024

SOMMAIRE

Introduction	p3
1° LE PROGRAMME DUATHLON RUN AND BIKE	p4 & 5
LE PROGRAMME DE L'AQUATHLON TRIATHLON	p6
2° REUNIONS TECHNIQUES	p6
3° STOCKAGES DES VTT	p7
4° PRE-CONTROLE TECHNIQUE DES VTT	p7
5° ECHAUFFEMENT, RECONNAISSANCE DU PARCOURS	p7
6° IDENTIFICATION DES CONCURRENTS	p7
7° LA CHAMBRE D'APPEL	p9
8° LES DEPARTS	p9
9° L'AIRE DE TRANSITION	p11
10° LES BOXES	p11
11° LA ZONE D'ECHAUFFEMENT / RECUPERATION	p12
12° LES CIRCUITS	p12
13° RUN AND BIKE : LES ZONES DE DEPOSE DES VELOS	p13
14° L'ARRIVEE	p13
15° L'EVACUATION DE L'AIRE DE TRANSITION	p14
16° PODIUMS	p14
17° PRECISIONS REGLEMENTAIRES EN SPORT PARTAGE POUR LE DUATHLON RUN AND BIKE	p15
18° MODALITES D'ARBITRAGE : PROCEDURES D'INTERVENTION DES JEUNES OFFICIELS ET DES ARBITRES ADULTES	p16
19° QUESTIONS DIVERSES	p17

PRINCIPALES EVOLUTIONS 2020-2021

INTRODUCTION

Pour cette nouvelle olympiade, les formules de compétition sont les suivantes :

2 championnats de France :

- un championnat de France « hivernal » de DUATHLON RUN & BIKE qui se déroule sur 3 jours et 2 nuits.

Les championnats de France collège et lycée pourront être séparés (formule 5 jours au total).

- un championnat de France « estival » d'AQUATHLON TRIATHLON qui se déroule sur 3 jours et 2 nuits.

FORMULE du championnat de DUATHLON RUN & BIKE

EPREUVE 1 : PROLOGUE en DUATHLON

L'épreuve se déroule en relais, départ en masse des 1^{ers} relayeurs.

Chaque concurrent effectue le duathlon dans sa totalité (course à pied, VTT, course à pied) avant de passer le relais à son coéquipier.

EPREUVE 2 : POURSUITE en RUN & BIKE

L'épreuve se déroule en relais, départ en chasse des 1^{ers} relayeurs. Les écarts sont en fonction du classement du duathlon.

Un VTT pour 2.

Les 2 binômes se relayent sur un parcours de **8 boucles**.

Les coéquipiers peuvent s'échanger le VTT de mains à mains librement ou en « gagn-terrain » dans des zones imposées.

FORMULE du championnat d'AQUATHLON TRIATHLON

EPREUVE 1 : PROLOGUE en AQUATHLON

L'épreuve se déroule en relais, départ en masse des 1^{ers} relayeurs.

Chaque concurrent effectue l'aquathlon (natation & course à pied) dans sa totalité avant de passer le relais à son coéquipier.

EPREUVE 2 : POURSUITE en TRIATHLON (enchaînement de 3 épreuves : natation, VTT, course à pied.)

L'épreuve se déroule en **3 relais**, départ en chasse des 1^{ers} relayeurs. Les écarts sont en fonction du classement de l'aquathlon.

Chaque concurrent effectue le triathlon dans sa totalité, soit en individuel, soit en **duo**.

L'ordre des relais est imposé : **triathlon 1 (individuel A) > triathlon 2 (duo B&C, avec les entrées dans le parc obligatoirement groupées) > triathlon 3 (individuel D)**.

La stratégie du choix des concurrents A, B, C et D est laissée libre.

1) Les PROGRAMMES

1.1) Le PROGRAMME du DUATHLON RUN & BIKE

L'organisateur a le choix entre :

- un format **3 jours** avec les championnats de France collège et lycée en commun,
- un format **5 jours** avec les championnats de France collège et lycées séparés (une seule journée en commun).

1.1.1) Le PROGRAMME du DUATHLON RUN & BIKE , FORMAT 3 JOURS

DUATHLON RUN & BIKE FORMAT 3 jours	JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3
	APRES- MIDI : ACCUEIL	MATIN : DUATHLON	MATIN : RUN & BIKE
		APRES-MIDI : JOURNEE CULTURELLE	APRES-MIDI : PROTOCOLE
RV Jeunes Arbitres		8h	7h30
Ouverture chambre d'appel			
Ouverture du parc à vélos		8h30	8h
Sortie des adultes accrédités			
Appel sur la ligne de départ		9h15	8h45
DEPART LYCEES		9h30	9h
Fin - évacuation parc			
RV Jeunes Arbitres			
Ouverture chambre d'appel		10h15	10h15
Ouverture du parc à vélos			
Sortie des adultes accrédités			
Appel sur la ligne de départ		11h	11h
DEPART COLLEGES		11h15	11h15
Fin - évacuation parc		12h30	12h30
Protocole			13h45
Fin officielle du championnat		-	14h45
Visite culturelle		14h > 18h	
Accueil	14h > 18h		
Repérages	14h > 18h		
Contrôle et stockage des VTT	16h > 18h	-	-
Réunions techniques	18h15 > 19h15		

1.1.2) Le PROGRAMME du DUATHLON RUN & BIKE , FORMAT 5 JOURS

DUATHLON RUN & BIKE FORMAT 5 JOURS	JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4	JOUR 5	
	APRES- MIDI ACCUEIL COLLEGES	MATIN DUATHLON COLLÈGES	MATIN RUN & BIKE COLLEGE	MATIN DUATHLON LYCÉES	MATIN DUATHLON LYCÉES	MATIN RUN & BIKE LYCÉES
		APRES-MIDI JOURNEE CULTURELLE	APRES-MIDI PROTOCOLE COLLEGES ACCUEIL LYCÉES	APRES-MIDI PROTOCOLE COLLEGES ACCUEIL LYCÉES	APRES-MIDI JOURNEE CULTURELLE	APRES-MIDI PROTOCOLE LYCÉES
RV Jeunes Arbitres		9h00	9h00	9h00	9h00	
Ouverture chambre d'appel		09h30	09h30	09h30	09h30	
Ouverture du parc à vélos						
Sortie des adultes accrédités		10h40	10h40	10h40	10h40	
Appel sur la ligne de départ						
DEPART		10H45	10H45	10H45	10H45	
Fin - évacuation parc		12h45	12h45	12h45	12h45	
Protocole			13h30		13h30	
Fin officielle du championnat		-	14h30	-	14h30	
Visite culturelle		14h > 18h	-	14h > 18h		
Accueil	14h > 18h		14h > 18h			
Repérages	14h > 18h		14h > 18h			
Contrôle et stockage des VTT	16h > 18h	-	16h > 18h	-	-	
Réunions techniques	18h15 > 19h15		18h15 > 19h15			

1.2) Le PROGRAMME de l'AQUATHLON TRIATHLON

Un format 3 jours avec les championnats de France collège et lycée en commun.

AQUATHLON TRIATHLON FORMAT 3 JOURS	JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3
	APRES- MIDI : ACCUEIL		MATIN : AQUATHLON APRES-MIDI : JOURNEE CULTURELLE
RV Jeunes Arbitres	-	8h	7h30

Ouverture chambre d'appel		8h30	8h
Ouverture du parc à vélos			
Sortie des adultes accrédités		9h15	8h45
Appel sur la ligne de départ			
DEPART LYCEES		9h30	9h
Fin - évacuation parc			
RV Jeunes Arbitres			
Ouverture chambre d'appel		10h30	10h30
Ouverture du parc à vélos			
Sortie des adultes accrédités		11h15	11h15
Appel sur la ligne de départ			
DEPART COLLEGES		11h30	11h30
Fin - évacuation parc		12h30	13h15
Protocole			14h30
Fin officielle du championnat		-	15h30
Visite culturelle		14h > 18h	
Accueil	14h > 18h		
Repérages	14h > 18h		
Contrôle et stockage des VTT	16h > 18h	-	-
Réunions techniques	18h15 > 19h15		

2) REUNIONS TECHNIQUES

Deux réunions techniques sont organisées la veille de la première épreuve.

Le REGLEMENT DEFINITIF y est entériné. Présence obligatoire :

- du professeur d'EPS accompagnateur et du Jeune Coach - Jeune Capitaine de chaque équipe (une réunion spécifique Jeunes coaches - Jeunes Capitaines peut également être programmée par l'organisateur).
- du Jeune Officiel arbitre représentant l'académie.

3) STOCKAGE des VTT

Pour éviter de laisser les VTT dans les véhicules ou dans les chambres, l'organisateur propose un lieu de stockage (gymnase, terrain de tennis extérieur, aire de transition, ...), avec des horaires précis d'ouverture et de fermeture de cet espace pour chaque jour.

Le stockage des vélos dans cet espace n'est pas obligatoire.

Chaque responsable d'équipe doit prévoir des bâches (ou grands sacs poubelle) pour recouvrir les vélos, ainsi que des cadenas.

4) PRE-CONTROLE TECHNIQUE des VTT

Pour éviter d'éventuels problèmes lors du contrôle des VTT à la chambre d'appel, l'organisateur propose un pré-contrôle réalisé par 2 officiels locaux qui sont chargés de vérifier la conformité du matériel.

Ce pré-contrôle n'est pas obligatoire.

Le lieu (aire de transition, accueil, stockage) et les horaires précis figurent dans le programme.

DUATHLON : de 1 à 4 VTT autorisés.

RUN & BIKE : de 1 à 4 VTT autorisés. TRIATHLON

: de 1 à 4 VTT autorisés.

5) ECHAUFFEMENT, RECONNAISSANCE du PARCOURS

Il est possible de reconnaître les circuits cyclistes et pédestres :

- la veille de l'épreuve,
- le matin de l'épreuve, avant le 1^{er} départ.

Les reconnaissances sont sous l'entière responsabilité du professeur accompagnateur. Le casque coiffé, jugulaire serrée est obligatoire à VTT.

L'organisateur peut prévoir un échauffement en natation :

- la veille de l'épreuve, pendant 1 heure (baignade surveillée, combinaison obligatoire),
- le jour de l'épreuve, 15' avant chaque départ.

Le parcours de la course, dans les horaires des compétitions, est réservé uniquement aux compétiteurs de la course concernée. Les autres athlètes ne peuvent pas y circuler.

Il est interdit aux athlètes de s'échauffer avec leurs dossards visibles ou avec leur puce électronique à proximité des tentes ou des tapis de chronométrie.

6) IDENTIFICATION des CONCURENTS

COMPOSITION d'EQUIPE

La composition de l'équipe (pour les 4 épreuves) et l'ordre de passage des concurrents (aquathlon, triathlon & duathlon) sont annoncés à l'organisateur la veille de l'épreuve, au secrétariat.

Des modifications de l'ordre de passage (mais pas de la composition) sont possibles jusqu'au soir précédent, **19h**.

NUMEROTATION

L'ordre alphabétique des académies détermine l'attribution des numéros. Ex

: collège Aix-Marseille, équipe 1.

AQUATHLON DUATHLON TRIATHLON	Numérotation		ex	1 ^{er}	2 ^{ème}	3 ^{ème}	4 ^{ème}
				RELAYEUR ou INDIVIDUEL 1	RELAYEUR ou DUO	RELAYEUR ou DUO	RELAYEUR ou INDIVIDUEL 2
RUN & BIKE				GARCON	GARCON	FILLE	FILLE
COLLEGES	1 à 49	DOSSARDS	Eq 1	01 ₁	01 ₂	01 ₃	01 ₄

ETABLISST'		PLAQUES VTT		1			
COLLEGES EXCELLENCE	50 à 99	DOSSARDS	Eq	53 ₁	53 ₂	53 ₃	53 ₄
		PLAQUES VTT	53	53			
LYCEES ETABLISST'	101 à 149	DOSSARDS	Eq	112 ₁	112 ₂	112 ₃	112 ₄
		PLAQUES VTT	112	112			
LYCEES EXCELLENCE	150 à 199	DOSSARDS	Eq	156 ₁	156 ₂	156 ₃	156 ₄
		PLAQUES VTT	156	156			

TENUES

Les élèves ont l'obligation d'être dans la même tenue aux couleurs et au nom de leur établissement (ou 4 t-shirts « neutres » de couleur identique). Les tenues doivent être conformes au règlement UNSS en vigueur.

Toutes les tenues club (ex : tri fonctions de club de triathlon, cuissards de club de VTT, veste de club d'athlé...) sont interdites, de l'entrée dans la chambre d'appel et jusqu'à la sortie du parc.

Ces tenues doivent être présentées la veille lors de l'accueil général sur le stand prévu par l'organisateur.

Ces tenues doivent être présentées à la chambre d'appel le matin de la compétition.

DOSSARDS

L'organisateur fournit 2 dossards indéchirables pour chaque concurrent, soit 8 dossards par équipe.

Ils seront portés de façon parfaitement visible, un devant ET un derrière.

Ils seront positionnés sur la partie basse du dos en cyclisme et sur le ventre en course à pied.

Ils ne doivent être ni coupés, ni pliés, ni cachés.

Les dossards doivent être fixés en trois points minimum sur le vêtement ou sur une ceinture porte-dossards.

En cas d'utilisation d'une ceinture porte-dossards, elle doit être placée au plus bas au niveau de la taille.

En NATATION, le port des dossards n'est pas obligatoire. L'arbitre principal peut en interdire l'usage s'il constate qu'ils ne sont pas résistants à l'eau. Les épingles à nourrice ne sont pas fournies par l'organisateur.

Pour une plus grande lisibilité de course, l'organisateur doit, en plus des numéros, différencier les couleurs de dossards des différentes catégories (équipes établissement, équipes excellence, équipes sport partagé).

PLAQUES de CADRE FRONTALES de type CYCLISME

L'organisateur fournit 4 plaques de cadre frontales par équipe et 3 colliers rilsan par plaque. La plaque VTT doit être visible de face.

BONNET de BAIN

En aquathlon triathlon, l'organisateur fournit 1 seul bonnet pour l'équipe, de couleur vive. L'arbitre principal dira de quel côté positionner le numéro.

Pour une plus grande lisibilité de course, l'organisateur choisira 2 couleurs de bonnets pour différencier les équipes établissement et les équipes excellence.

7) CHAMBRE d'APPEL

La chambre d'appel est ouverte 1h avant le départ de la course.
Les élèves se présentent par 4 avec leur professeur accompagnateur.
Une fois la chambre d'appel franchie, les élèves ne peuvent plus quitter l'aire de transition avant leur départ sans l'autorisation d'un arbitre principal adulte.

CONTROLE de la COMPOSITION de L'EQUIPE

Un Jeune Arbitre (JA) présente la fiche de composition d'équipe au professeur accompagnateur, qui la vérifie et la signe.

CONTROLE des LICENCES

L'identité des élèves est vérifiée dans la chambre d'appel (licences avec photos et/ou listing avec photos). S'il n'y a pas de photo, une pièce d'identité est obligatoire).
Les licences ou le listing sont conservés par les JA. Ils seront restitués à la chambre d'appel (en échange du matériel) ou au car podium.

MARQUAGE

En aquathlon et triathlon, les JA numérotent les athlètes à l'épaule et au mollet, dans la chambre d'appel.
L'arbitre principal dira de quel côté positionner le numéro. Il n'y a pas de marquage en duathlon et run & bike.

CONTROLE du MATERIEL et des TENUES

Les JA vérifient :

- la conformité des tenues par rapport au règlement UNSS,
- l'identification des concurrents (dossards, bonnet de bain (aquathlon & triathlon), marquage (aquathlon & triathlon), plaque de cadre),
- la sécurité des concurrents (VTT, casques (casques coiffés et ajustés), combinaisons isothermiques (aquathlon & triathlon) en fonction de la température de l'eau.

RESTITUTION du MATERIEL

Les équipes restitueront le matériel fourni par l'organisation, en quittant le parc, lorsque la dernière équipe aura terminé son épreuve. En cas de non-retour, le matériel sera facturé à l'association sportive.

8) Les DEPARTS

Les CHOUCHOUS sont distribués sur la ligne de départ.

DEPART du DUATHLON

Un duathlète garçon ou fille de chaque équipe se positionne derrière la ligne de départ, avec le choucou au poignet.

Au coup de pistolet (déclenchement du chronomètre), départ en masse pour la 1^{ère} boucle pédestre.

Le port du casque est interdit en course à pied.

DEPART du RUN & BIKE : DEPART d'un COUREUR à PIED

Un athlète garçon ou fille de chaque équipe se positionne derrière la ligne de départ avec 2 chouchous au(x) poignet(s).

Le port du casque est interdit pour la boucle de départ.

Au coup de pistolet (déclenchement du chronomètre), les coureurs à pied s'élancent sur une boucle pédestre d'environ 400m et rejoignent leur box.

Le classement des équipes obtenu au DUATHLON détermine l'ordre de départ des 1^{ers} relayeurs pour le RUN & BIKE, suivant le principe de la POURSUITE.

CLASSEMENT du DUATHLON		POURSUITE en RUN & BIKE pour les 1 ^{ers} relayeurs		
Equipes ETABLISSEMENT	Equipes EXCELLENCE			
1 ^{ère}	1 ^{ère}	DEPART	Coup de pistolet Déclenchement du chronomètre	0''
2 ^{ème}	2 ^{ème}	DEPARTS en CHASSE	Coups de sifflet	10''
3 ^{ème}	3 ^{ème}			20''
4 ^{ème}	4 ^{ème}			30''
5 ^{ème}	5 ^{ème}			40''
du 6 ^{ème} au 10 ^{ème}	du 6 ^{ème} au 10 ^{ème}			50''
du 11 ^{ème} au 15 ^{ème}	du 11 ^{ème} au 15 ^{ème}			55''
du 16 ^{ème} au 20 ^{ème}	-			1'
du 21 ^{ème} au 25 ^{ème}	-			1'05''
du 26 ^{ème} au 30 ^{ème}	-			1'10''
du 31 ^{ème} au 35 ^{ème}	-			1'15''
du 36 ^{ème} au 40 ^{ème}	-	1'20''		

DEPART de l'AQUATHLON

Un aquathlète garçon ou fille de chaque équipe se positionne derrière la ligne de départ, avec un chouchou au poignet.

En fonction du lieu, le départ peut être donné sur la plage ou dans l'eau.

En fonction de la température de l'eau, la combinaison néoprène peut être obligatoire. Au coup de pistolet (déclenchement du chronomètre), départ en masse pour la boucle natation.

En cas de difficulté, faire signe en levant les bras en direction des secouristes (kayaks, bateaux).

DEPART du TRIATHLON : DEPART du 1^{er} RELAIS (TRIATHLETE A en INDIVIDUEL)

Un triathlète garçon ou fille de chaque équipe se positionne derrière la ligne de départ, avec **2 chouchous** au(x) poignet(s).

En fonction du lieu, le départ peut être donné sur la plage ou dans l'eau.

En fonction de la température de l'eau, la combinaison néoprène peut être obligatoire. En cas de difficulté, faire signe en levant les bras en direction des secouristes (kayaks, bateaux).

Le classement des équipes obtenu à l'AQUATHLON détermine l'ordre de départ des 1^{ers} relayeurs pour le TRIATHLON, suivant le principe de la POURSUITE.

CLASSEMENT de l'AQUATHLON		POURSUITE en TRIATHLON pour les 1 ^{ers} relayeurs		
Equipes ETABLISSEMENT	Equipes EXCELLENCE			
1 ^{ère}	1 ^{ère}	DEPART	Coup de pistolet Déclenchement du chronomètre	0''
2 ^{ème}	2 ^{ème}	DEPARTS en CHASSE	Coups de sifflet	10''
3 ^{ème}	3 ^{ème}			20''

4 ^{ème}	4 ^{ème}		30''
5 ^{ème}	5 ^{ème}		40''
du 6 ^{ème} au 10 ^{ème}	du 6 ^{ème} au 10 ^{ème}		50''
du 11 ^{ème} au 15 ^{ème}	du 11 ^{ème} au 15 ^{ème}		55''
du 16 ^{ème} au 20 ^{ème}	-		1'
du 21 ^{ème} au 25 ^{ème}	-		1'05''
du 26 ^{ème} au 30 ^{ème}	-		1'10''
du 31 ^{ème} au 35 ^{ème}	-		1'15''
du 36 ^{ème} au 40 ^{ème}	-		1'20''

9) L'AIRE de TRANSITION (parc à vélos)

Les PROFS EPS ACCOMPAGNATEURS munis de leur accréditation peuvent entrer dans l'aire de transition avec leurs élèves. Ils doivent la quitter 15' avant le départ. Ils pourront y revenir une fois l'épreuve terminée.

Une ARCHE D'ENTREE et une ARCHE DE SORTIE (ou des oriflammes) matérialisent cet espace (lignes tracées au sol).

La CIRCULATION A PIED dans toute cette zone est obligatoire.

A VTT, le cycliste doit descendre de vélo les 2 pieds posés au sol avant la ligne d'**ENTREE** « pied à terre ».

A VTT, l'athlète peut enfourcher son vélo après la ligne de **SORTIE** (les 2 pieds quittent le sol derrière la ligne).

RUN & BIKE et TRIATHLON DUO

Pour **ENTRER** dans le parc, les 2 coéquipiers ont l'obligation de franchir la ligne d'entrée **ENSEMBLE**.

Si un équipier est en avance, il doit attendre son partenaire avant la ligne « pied à terre ». Le franchissement de la ligne s'effectue :

- côte à côte, avec un contact, à l'issue des épreuves de natation et de course à pied,
- côte à côte, sans contact, à l'issue de l'épreuve VTT (triathlon) et à la fin de chaque tour (run & bike).

Aucun coéquipier ne dépasse la longueur du (des) VTT.

Une fois cette ligne franchie, les 2 coéquipiers peuvent circuler séparément dans l'aire de transition.

Pour **SORTIR** du parc, les 2 coéquipiers peuvent être séparés. Ils ne sont pas obligés de franchir ensemble la ligne de sortie de parc.

10) Les BOXES

Tout marquage distinctif ou personnalisé permettant aux concurrents d'identifier leur emplacement est interdit (parasol, fanion, perche, bâche au sol...).

L'ordre alphabétique des académies détermine la numérotation des boxes.

Un box est attribué à chaque équipe (longueur = 2 barrières Vauban de chaque côté, largeur = 2m, 2 chaises, 1 sac poubelle). 2 lignes tracées au sol matérialisent l'entrée et la sortie du box.

L'entraide au sein de l'équipe est autorisée, mais uniquement à l'intérieur du box.
Il est possible de déposer des affaires dans le box (eau, couvre-chef, kit énergétique, matériel de réparation...).

Au sein d'une même équipe, l'entraide entre les concurrents en attente et le(s) concurrent(s) en course est autorisée, mais uniquement à l'intérieur du box.

En triathlon et en aquathlon, chaque relayeur doit emprunter le couloir qui les conduit au lac.
En fonction du lieu, le plongeon peut être autorisé.

TRANSMISSION du (des) CHOUCHOU(s)

Il(s) doit(vent) être retiré(s) du (des) poignet(s) du (des) concurrent(s) relayé(s) à l'intérieur du box. Aucune « anticipation » n'est tolérée.

Il(s) doit(vent) être enfilé(s) au(x) poignet(s) du (des) concurrent(s) relayeur(s) à l'intérieur du box. Aucun « retard » n'est toléré.

RELAIS des BINOMES en RUN & BIKE

La transmission du (des) chouchou(s) se réalise à l'intérieur du box de l'équipe.

Pour quitter le box, chaque équipier(ère) doit avoir son chouchou au poignet et son casque coiffé, jugulaire serrée.

Les 2 équipiers peuvent sortir séparément de leur box.

Les 2 équipiers peuvent circuler séparément dans l'aire de transition.

Le port du casque est obligatoire pour les équipiers(ères) durant toutes les boucles en binôme.

2^{ème} RELAIS en TRIATHLON DUO (départ des triathlètes B & C)

2 triathlètes (2 garçons, ou 2 filles ou 1 garçon et une fille) attendent dans leur box.

La transmission des 2 chouchous se réalise à l'intérieur du box de l'équipe. Pour quitter le box, chaque équipier doit avoir son chouchou au poignet.

Les 2 équipiers peuvent sortir séparément de leur box.

Les 2 équipiers peuvent circuler séparément dans l'aire de transition.

3^{ème} (DERNIER) RELAIS en TRIATHLON INDIVIDUEL (départ du triathlète D) Le dernier triathlète (garçon ou fille) attend dans son box.

La transmission des 2 chouchous se réalise à l'intérieur du box de l'équipe.

Pour quitter son box, ce dernier triathlète doit avoir les **2 chouchous** au(x) poignet(s).

11) La ZONE D'ECHAUFFEMENT/ RECUPERATION

Pour récupérer ou s'échauffer, il existe 2 possibilités : -

- attendre dans son box ou

- partir en zone d'échauffement/ récupération (natation ou course à pied). Le vélo reste obligatoirement dans le box.

Attention à ne pas gêner les concurrents en course en traversant le couloir.

L'organisateur doit prévoir à l'intérieur de cette espace une « ZONE DE CONFORT » : tente pour protéger de la pluie ou du soleil.

12) Les CIRCUITS

Un vététiste avec une chasuble de couleur vive ouvre la course.

Un vététiste avec une chasuble de couleur vive ferme la course.

Le dépassement des concurrents est libre. Il faut prévenir le coureur qui va être doublé. Le coureur doublé doit « garder sa ligne ».

En cas de problème mécanique, il faut finir le tour à pied, dans le sens de la course, et ramener le vélo obligatoirement dans le box. L'aide extérieure est interdite.

Sur le circuit, en run & bike et en **TRIATHLON DUO**, l'entraide entre les 2 coéquipiers est autorisée.

Les coéquipiers peuvent être séparés sur l'ensemble du circuit. L'entrée du parc est le seul endroit où les 2 coéquipiers ont l'obligation d'être regroupés.

DUATHLON

Course à pied 1 : 500m environ (fléchage de couleur ...).

VTT : 2km environ (fléchage de couleur ...).

Course à pied 2 : 500m environ (fléchage de couleur ...).

AQUATHLON

Natation : 200m environ (bouées de couleur ..., laisser les bouées à ...). Course

à pied : 1km environ (fléchage de couleur ...).

TRIATHLON

Natation : 200m (bouées de couleur ..., laisser les bouées à ...).

VTT : 5km environ (fléchage de couleur ...).

Course à pied : 1.5km environ (fléchage de couleur ...).

RUN & BIKE

8 TOURS de 6' à 7' environ pour les 1^{ères} équipes, soit une durée totale de 48' à 56' (mêmes distances en collège et en lycée).

RUN & BIKE	Départ	8 tours								Arrivée
	Boucle pédestre	1	2	3	4	5	6	7	8	Couloir d'arrivée
LYCEES & COLLEGES	Athlète au choix, G ou F	Garçons R&B	Filles R&B	Garçons R&B	Filles R&B	Garçons R&B	Filles R&B	Garçons R&B	Filles R&B	Filles R&B

13) RUN & BIKE : les ZONES de DEPOSE des VELOS (PARKING VELOS)

Il existe 2 types d'échange :

- transmissions libres du vélo de mains à mains sur tout le parcours ou
- échanges en gagne-terrain grâce aux 3 ou 4 « zones parking », de type « triparc ».

La dépose des VTT en dehors de ces zones est interdite.

Le vélo doit être suspendu par la SELLE, avec la plaque de cadre frontale parfaitement visible par celui qui récupérera le VTT.

14) L'ARRIVEE

TRIATHLON, DUATHLON, AQUATHLON

A l'issue de sa dernière épreuve (course à pied), le dernier relayeur (garçon ou fille) emprunte directement le couloir d'arrivée, sans repasser par son box.

RUN & BIKE

A l'issue du dernier tour R&B **FILLES (8^{ème} tour)**, les **2 FILLES** empruntent DIRECTEMENT le couloir d'arrivée, sans repasser par leur box.

Elles ont l'obligation de franchir la ligne d'arrivée, à pied, **ENSEMBLE**, côte à côte, avec le vélo.

Si une concurrente est en avance, elle doit attendre sa partenaire avant la ligne. Aucune des 2 concurrentes ne dépasse la longueur du vélo.

Si elles franchissent la ligne séparément, c'est le buste de la dernière concurrente qui sert de référence au classement.

Si elles franchissent la ligne ensemble, c'est le buste de la 1^{ère} qui sert de référence au classement.

En cas d'EX-AEQUO

L'équipe déclarée vainqueur est celle qui a l'athlète le plus jeune.

ARRIVEES à 4

L'arbitre principal annonce en réunion technique la faisabilité de ce type d'arrivée.

L'arrivée à 4 dépend :

- des contraintes d'espace (disposition de l'aire de transition, longueur, largeur du couloir d'arrivée, ...),
- des contraintes matérielles (nombre de puces, de tapis, ...),
- des circonstances de course (2 équipes au coude à coude, ...).

Une zone d'attente est matérialisée en début de couloir d'arrivée.

Les coéquipiers en attente qui souhaitent une arrivée groupée à 4 doivent rejoindre cette zone, 2' avant le chrono final de leur équipe, sans gêner les autres compétiteurs.

L'arbitre affecté à cette zone accorde ou non la possibilité aux coéquipiers en attente de s'engager dans le couloir d'arrivée, en fonction des circonstances de course.

15) L'EVACUATION de L'AIRE de TRANSITION

Les équipes sont autorisées à évacuer les boxes une fois la dernière équipe arrivée. Le box doit être totalement vidé et nettoyé.

Les 4 équipiers doivent repasser par la chambre d'appel pour restituer le matériel fourni par l'organisation.

16) PODIUMS

Le chèque de caution est remis à chaque délégation lors du protocole.

17) PRECISIONS REGLEMENTAIRES en SPORT PARTAGE pour le DUATHLON et le RUN & BIKE

Les dispositions réglementaires spécifiques sont apportées par la CMN lors de la réunion technique.

Les professeurs accompagnateurs doivent déposer à l'accueil les ATTESTATIONS MDPH des élèves en situation de handicap, ainsi que la CONVENTION entre l'établissement scolaire et l'établissement spécialisé (cf. annexe 1 de la fiche sport « Sport Partagé Multiactivités »).

En début de championnat de France, la CMN mettra en place un « testing » pour tous les élèves de l'équipe afin d'établir les classifications et compensations éventuelles.

Les **EQUIPES AUTONOMES** sont constituées de **4 compétiteurs** : 2 élèves en situation de handicap (reconnaissance MDPH + classification C1, C2, C3 ou C4) associés à 2 élèves valides.

Cette catégorie regroupe les **VTT**, les **handbikes** et les **engins à propulsion podale**.

Les **EQUIPES TANDEM (DEPENDANTS)** sont constituées de 8 compétiteurs : 4 élèves en situation de handicap associés à 4 élèves valides.

Les équipes SPORT PARTAGE sont intégrées soit dans les courses lycées, soit dans les courses collèges, en fonction de la liste globale des équipes engagées.

DOSSARDS

Chaque élève en SITUATION de HANDICAP reçoit un dossard identifiable (ex : couleur spécifique).

Chaque GUIDE reçoit un dossard identifiable.

Un ADULTE par équipe reçoit un dossard, une chasuble, ou un brassard identifiable. Si UN JEUNE COACH accompagne l'équipe, il reçoit un dossard, une chasuble, ou un brassard identifiable.

MATERIEL AUTORISE

VTT et Tandems VTT, ou tout type de matériel homologué construit par une entreprise spécialisée ou non. Le matériel doit permettre à l'élève d'être autonome dans ses déplacements.

Pour les handbikes ou engins à propulsion podale, l'enseignant a la responsabilité de se renseigner sur la praticabilité du parcours.

PODIUM

Si plusieurs équipes d'un même établissement participent au championnat, une seule équipe par AS par catégorie n'est autorisée à monter sur le podium.

ASSISTANCE TECHNIQUE, MATERIEL de REPARATION, ACCOMPAGNEMENT, AIDE EXTERIEURE

L'adulte accompagnateur identifié est autorisé à intervenir sur le parcours ou dans le parc à vélos si des problèmes matériels ou comportementaux surviennent.

Dans le parc, il ne peut intervenir qu'après l'autorisation d'un arbitre.

L'assistance technique consiste en la réparation ou le remplacement de toute pièce du vélo à l'exception du cadre et des roues.

Un stand d'assistance technique peut être prévu par l'organisation (la veille de l'épreuve ou le jour de la compétition avant la course).

Le Jeune Coach peut aider l'équipe en choisissant d'être soit dans le box, soit sur le parcours.

DUATHLON	DISTANCES : 500m de course à pied + 2km de VTT			
	Relais 1	Relais 2	Relais 3	Relais 4
AUTONOMES	<p>Chaque CONCURRENT effectue l'épreuve dans sa totalité avant de passer le relais à son coéquipier.</p> <p>L'élève en situation de handicap peut réaliser seul une partie ou la totalité de l'épreuve. Le guide doit obligatoirement réaliser un relais tout seul, et éventuellement accompagner son équipier en situation de handicap sur une partie ou la totalité de son relais.</p> <p>L'ordre de passage est libre.</p> <p>Compensation : les handbikes et les engins à propulsion podale effectuent uniquement les 2km de VTT.</p>			
TANDEMS	<p>Chaque BINOME effectue le duathlon dans sa totalité avant de passer le relais au binôme suivant.</p> <p>Le binôme de course est composé obligatoirement d'un élève en situation de handicap et d'un élève guide.</p>			

RUN & BIKE	Départ	DISTANCE : 4 tours				Arrivée	
	Boucle pédestre	1	2	3	4	Couloir d'arrivée	
AUTONOMES	Effectuée par un guide ou par un élève en situation de handicap	Binôme A	Binôme B	Binôme A	Binôme B	Binôme B	Arrivée à pied, sauf pour les handbikes et les engins à propulsion podale
		Chaque BINOME est constitué d'un élève valide et d'un élève en situation de handicap.					
TANDEMS		Quatuor A	Quatuor B	Quatuor A	Quatuor B	Quatuor B	
		Chaque QUATUOR (2 élèves valides et 2 élèves en situation de handicap) est constitué de 2 élèves en tandem et 2 élèves en course à pied.					

18) MODALITES D'ARBITRAGE : PROCEDURES D'INTERVENTION des JEUNES OFFICIELS et des ARBITRES ADULTES

En cas d'infraction au règlement, les deux principes devant guider l'arbitrage sont : - privilégier la remise en conformité (réparation de l'erreur), - tenir compte de l'intention du concurrent (délibérée ou non).

Au cours d'une épreuve, un concurrent peut être :

- averti verbalement, - sanctionné, - disqualifié.

Ces trois procédures d'intervention sont applicables aux concurrents avant, pendant et après l'épreuve, dès le retrait du dossard jusqu'à la fin du protocole.

Un concurrent peut être disqualifié sans avoir été concerné préalablement par les procédures d'avertissement ou de sanction.

Seuls les Jeunes Arbitres et les adultes chargés de l'arbitrage (arbitre principal, arbitres assesseurs) peuvent appliquer ces procédures.

Les sanctions peuvent être signifiées en un quelconque point du parcours et leur application différée.

Une équipe dont un athlète est sanctionné par un CARTON ORANGE est passible d'une PENALITE de TEMPS de 3' ou d'une DISQUALIFICATION.

Sanctions	Raison	Information à l'athlète		Exemple
AVERTISSEMENT VERBAL	La faute est sur le point d'être commise.	Sifflet + n° dossard	Motivation de l'avertissement.	Un relayeur est en attente devant son box. Il est susceptible d'anticiper la transmission du chouchou.
CARTON JAUNE « STOP & GO »	Remise en conformité sans décompte de temps. La faute peut être corrigée.	Sifflet + n° dossard + carton	Annoncer STOP. Motiver la sanction. Remise en conformité de l'athlète. Annoncer GO pour faire repartir l'athlète.	A VTT, un concurrent a oublié d'attacher la jugulaire de son casque.
CARTON ORANGE Procédure de « STOP & GO »	La faute ne peut être corrigée. Transgression évidente. Refus de se conformer aux injonctions de l'arbitre.	Sifflet + n° dossard + carton	Annoncer STOP. Motiver la sanction. Annoncer « votre équipe est passible d'une pénalité de 3' ou d'une disqualification ». Annoncer GO pour faire repartir l'athlète.	Un compétiteur refuse de s'arrêter parce qu'il n'est pas d'accord avec l'arbitre qui l'a sanctionné.

19) QUESTIONS DIVERSES

RAVITAILLEMENT

Les concurrents qui ont terminé leur épreuve disposent d'un ravitaillement dans l'aire d'arrivée. L'organisateur peut prévoir en plus un kit énergétique, distribué à chaque équipe lors de l'accueil, ou directement dans l'aire de transition.

REGLEMENTATION CONCERNANT le VTT

Les VTT sont les seuls vélos autorisés.

Le diamètre de pneu maximal autorisé est de 29 pouces. Tous les types de pneus sont autorisés.

Les VTC, vélos de route, vélos bicross, vélos de cyclo-cross, gravel ... sont interdits.

Les embouts de guidon (cornes, « bar-end »), ajouts, prolongateurs sont interdits.

Les tubes du cintre (extrémités du guidon) doivent être protégés.

Le port du casque à coque dure est obligatoire.

Les pédales automatiques sont autorisées.

Le torse nu est interdit.

NETTOYAGE VTT

L'organisateur peut prévoir un lieu de nettoyage.

ASSISTANCE TECHNIQUE, MATERIEL de REPARATION

L'assistance technique consiste en la réparation ou le remplacement de toute pièce du vélo à l'exception du cadre et des roues.

Un stand d'assistance technique peut être prévu par l'organisation (la veille de l'épreuve ou le jour de la compétition avant la course).

Chaque équipe peut prévoir son matériel de remplacement et ses outils pour les réparations. Ils devront être déposés dans le box avant le départ.

L'assistance technique est autorisée uniquement dans le box, seulement par un des membres de l'équipe.

Il est interdit d'abandonner tout matériel en dehors de son box.

REGLEMENTATION CONCERNANT la COURSE à PIED

Le port du casque est interdit.

Exception : en run & bike, dès lors que la boucle pédestre de départ a été effectuée, tous les athlètes en course doivent être coiffés de leur casque, qu'ils soient à pied ou à VTT.

L'utilisation des chaussures à pointes est possible. Le torse nu est interdit.

ACCOMPAGNEMENT, AIDE EXTERIEURE

L'accompagnement, le ravitaillement, ou l'aide matérielle par des personnes extérieures à l'épreuve sont interdits.

MOYENS d'ECOUTE ou de COMMUNICATION

Il est interdit d'utiliser de lecteurs vidéo, audio, téléphone, talkies walkies, ou tout autre matériel électronique, en fonction d'écoute ou de communication.

COMMUNICATION

Les personnes extérieures ont le droit de communiquer avec les athlètes, dans le parc ou sur le parcours.

ENVIRONNEMENT

Les athlètes prendront toutes les dispositions pour ne pas dégrader l'environnement dans lequel ils évoluent.

Il est interdit d'abandonner des déchets et emballages.

REGLEMENTATION concernant la NATATION

Le port de la combinaison isothermique n'est autorisé que pour la partie natation et uniquement en fonction des conditions de température de l'eau (cf. tableau ci-dessous). Lorsque le port

de la combinaison isothermique est rendu obligatoire, cette dernière devra couvrir à minima le buste et les cuisses

	température
Annulation de la partie natation	température < 14°C
Combinaison obligatoire	14°C ≤ température < 20°C
Combinaison autorisée	20°C ≤ température < 24°C
Combinaison interdite	température ≥ 24°C