

# REGLEMENT GENERAL DU TRIATHLON DE L'AME de CEPOY du 10 mai 2026

## 1. Organisation de l'épreuve

Le triathlon de l'AME est une organisation regroupant plusieurs formats de triathlon et Duathlon :

- un TRIATHLON Format S (750 m de natation, 19 km de vélo et 5,5 km de course à pied),
- Un DUATHLON Format S (2,8 km de course à pied, 19 km de vélo et 5,5 km de course à pied),
- un triathlon format M (1.5 km de natation, 37,7 km de vélo et 10,1 km de course à pied)
- Trois courses Jeunes DUATHLON

Catégorie d'âge	Course à pied	Cyclisme	Course à pied
Jeunes 6-9	250 m	1 km	250 m
Jeunes 8-11	500 m	2 km	500 m
Jeunes 10-13	750 m	5 km	750 m

### **Planning / horaires journée du 10 mai 2026**

Préparation installation parc à vélo journée du 9 mai 2026

10 mai 2026

Début 8 h installation base de Loisir

8 h : accueil Bénévoles

9 h : ouverture retrait Dossards S individuel 16 ans et plus – Duathlon 12 ans et plus et M 18 ans et plus.

9.30 h : ouverture parc à vélo triathlon S - Duathlon

10.30 h : Briefing de course S – duathlon S



10.45 h : Départ Course S Natation et Course à Pieds Duathlon à 10.45 h

Temps maximal natation 30 mn.



Temps maximal vélo avec drafting 90 mn Pas de sortie du parc à vélo après 11,45h.



Temps maximale course à pieds 45 mn.

Récompense course S : 11.30 h

Fin d'épreuve S 12.30 h – Libération du parc à vélo des Triathlètes S et Duathlètes.

### COURSES ENFANTS

12.30h : Ouverture parc à vélo enfants

12.50 h : Briefing courses enfants et Briefing : 2 minutes avant chaque course.

13.00 h : Course enfant

13 h : Jeunes 6 – 9 ans

13.15 h : Jeunes 8 – 11 ans

13.30 h : Jeunes 10 – 13 ans

– 13 h : Départ de la première course (2 à 3 courses sont prévues selon le nombre d'enfants inscrits et leur catégorie d'âge).

6 – 7 ans : Durée 10 mn max.

8 – 9 ans : Durée 10 mn max.

10-13 ans : Durée 15 mn max.

Fin de course 13.45 h

Médaille à l'arrivée de chaque enfant – pas de podium

13 h : Ouverture par à vélo M

13.45 H Briefing COURSE M

Départ 14 h Course Triathlon M individuel et relais 16 ans et plus : 1500m natation - 37 km de vélo - 10 km CAP -



Départ Natation en groupe avec lignes d'eau homme et femme 1500 m : temps max 60 mn



Parc à vélo aller – retour 37 km : temps max 2,45 H Pas de sortie du parc à vélo après 16h45



Parc à vélo – Arrivée: temps maximal 75 mn

Départ course M 14 h – Fin de course 18 h

Fin d'épreuve M 17 h – Libération du parc à vélo des Triathlètes M .

Récompense course M 16.45 - 17H

Les épreuves adultes peuvent s'effectuer en individuel ou en relais (S – Duathlon et M ) par équipes de 2 ou 3 athlètes qui effectuent chacun une ou deux discipline(s).

Les épreuves sont ouvertes à tous les licenciés de la Fédération Française de Triathlon ou aux non licenciés qui auront signé une licence épreuve compétition (pass compétition)

L'organisation se réserve le droit de transformer les triathlons en duathlons en cas de force majeure.

### Conditions d'accès aux épreuves

L'athlète doit : - disposer d'une licence FFTRI Compétition valide dans l'année de l'épreuve - s'il n'est pas licencié FFTRI Compétition 2025, l'athlète doit obligatoirement souscrire un pass compétition

lors de son inscription en ligne et fournir un Formulaire d'Info santé (FIS).

Toujours dans l'optique d'accompagner les pratiquants dans une démarche de prévention des risques pour leur santé liés à la pratique d'une activité sportive parfois intensive incluant la compétition, la Fédération Française de Triathlon a souhaité mettre en place un **Formulaire Info Santé** qui sera porté par l'Espace Tri 2.0.

Le FIS est à télécharger: <https://drive.google.com/file/d/1uo2NX-xtbUCI-aK79hDzVDVDMYnEz16S/view>

## 2. Impératifs sportifs

Les concurrents s'engagent à traiter les autres compétiteurs, les bénévoles, les commissaires de course et les spectateurs avec respect et courtoisie (avant, pendant et après la course). Chacun doit faire preuve de sportivité. Les concurrents doivent impérativement assister au briefing d'avant course situé à proximité de la mise à l'eau natation à proximité de l'école de voile de CEPOY, qui se déroulera 15 mn environ avant le départ, de façon à être informés des particularités ou conditions propres aux épreuves (points singuliers, éventuelles modifications de dernière minute, etc.).

Ils doivent avoir pris connaissance des parcours, consultables sur le site de l'épreuve. Outre le respect du règlement fédéral et de la réglementation sportive, les concurrents doivent se conformer aux directives de course (bénévoles, organisateurs et arbitres).

Les concurrents s'engagent à respecter les espaces publics et à ne procéder à aucun jet de détritrus sur le parcours. D'une manière générale, le non-respect de l'éthique environnementale (jet de déchets au sol, abandon de matériel, de vêtements, d'accessoires) est interdit en dehors des zones de propreté situées aux ravitaillements. Tout défaut en la matière est passible de disqualification.

Les concurrents sont tenus de porter le dossard fourni par l'organisateur (pouvant comporter le marquage de sponsors de la Compétition), pour la partie vélo et course à pied. Le dossard ne peut en aucun cas être plié ou masqué en tout ou partie.

Aire de transition : un contrôle de conformité est effectué à l'entrée du parc, suivant les règles fédérales (vélo, port du casque, identification du concurrent : dossards, plaque de cadre, port de la puce électronique).

Natation : le port du bonnet de bain est obligatoire, il est à la charge du concurrent.

Concernant le port de la combinaison néoprène, **l'organisation vous informera sur la température de l'eau**. Si l'eau est en dessous des 16° degrés vous n'aurez pas d'autre choix que de porter une combinaison dont l'épaisseur ne dépassera pas les 5 millimètres. Entre 16° et 24°, vous serez libre de porter ou non votre combinaison. Au delà de 24,5°, le port du néoprène sera interdit. La combinaison est obligatoire si la température de l'eau est inférieure à 16° ou si la température de l'air est inférieure à 12° (abaque) selon la réglementation sportive de la FFTri.

Cyclisme :

N'oubliez surtout pas de bien **mettre votre casque avant même de prendre votre vélo** en prenant soin de bien fermer la jugulaire.

Les concurrents ont l'obligation de respecter les règles du Code de la Route, ils sont notamment tenus de rouler sur le côté droit de la chaussée.

Le drafting est autorisé sur le formats Triathlon S et Duathlon S mais non autorisé sur le Triathlon M.

Durant le parcours vélo, pensez à **positionner votre dossard dans votre dos**.

La validation de l'inscription engage l'athlète à respecter, dans la mesure du possible et en fonction des conditions de course, les distances réglementaires. Les athlètes qui ne respecteront pas les

distances réglementaires effectueront une pénalité dans la zone de pénalité situé à l'entrée du parc à Vélo.

- de 1 min pour le S

- de 2 mn sur le M

Ces durées peuvent être modifiées par les arbitres.

Il est interdit aux concurrents d'être suivis par tout véhicule, quel qu'il soit, ne faisant pas partie de l'Organisation.

Course à pied : Le chronométrage s'effectuera en passant sur des tapis à chaque extrémité du parcours et également par des bornes pour les temps intermédiaire.

**Les temps limites suivants sont mis en place :**

**Sur le triathlon S la limite de course est de 2h**

**Pas de départ Course à pied après 11.45h.**

**Le triathlon M : limite de course est de 4h.**

**Pas de départ Course à pied après 16.45 h**

### 3. Modification, adaptation ou annulation de l'épreuve

Dans l'hypothèse d'une annulation de l'épreuve d'ordre sécuritaire (santé publique, intempéries rendant l'épreuve de natation impraticable), la compétition pourra se voir transformée en duathlon.

Dans ce cas la partie Natation sera remplacée par un parcours course à pied de 2.5 kms sur le triathlon S et de 5kms sur le triathlon M. Dans le cas d'intempéries ou tout autre catastrophe rendant toute épreuve impraticable ou pour une raison indépendante de l'organisation ou imposée aux organisateurs, les concurrents renoncent d'ores et déjà à toute réclamation ou demande de remboursement quelle qu'elle soit.

## 4. Assurance Responsabilité Civile et Dommages Corporels

Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de dommages (vol, bris, perte...) subis par les biens personnels des participants.

Les participants ne pourront donc se retourner contre les organisateurs pour tout dommage causé à leur équipement. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de défaillance ou accident consécutif à un mauvais état de santé. Il en va de même pour un accident dû au non-respect du code de la route ou des consignes de sécurité ; ou du mauvais état de son matériel.

## 5. Droit à l'image

Chaque participant autorise expressément les organisateurs du triathlon de l'AME ainsi que ses ayants droit tels que partenaires et médias, à publier, utiliser ou faire utiliser ou reproduire ou faire reproduire, à titre gratuit, son nom, son image (photographies, vidéos), sa voix (interviews, vidéos) et sa prestation sportive dans le cadre de la compétition en vue de toutes exploitation directe ou sous forme dérivée de l'épreuve et ce, sur tout support sur lesquels il pourrait apparaître à l'occasion de sa participation au Triathlon de l'AME, notamment vidéo, CD, DVD, radio, télévision, podcast, webcast (Internet), enregistrements, film, publicité, matériel publicitaire, y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires, dans le monde entier et pour la durée la plus longue prévue par la loi, les règlements, les traités en vigueur, y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée.

Les droits audiovisuels relatifs à la compétition appartiennent exclusivement à l'organisateur.

## 6. Inscription individuelle / Inscription en relais

Il est possible de s'inscrire soit de manière individuelle, soit par équipe relais composée de deux ou trois personnes.

L'inscription à la compétition s'effectue exclusivement depuis le site Internet

Aucune autre forme de transmission ou d'inscription ne sera acceptée. L'inscription du participant ne sera effective qu'après le paiement intégral des droits d'inscription et la réception du dossier complet accompagné du règlement.

Un nombre maximum de participants a été fixé par épreuve. Les inscriptions seront clôturées **le 10 MAI 2026**, dans la limite des places disponibles : 450 sur l'épreuve S, 450 sur l'épreuve M et 150 sur les épreuves Jeunes.

Un athlète licencié auprès de la fédération de triathlon (FFTRI) est exonéré de présenter un certificat médical si sa licence sportive originale "compétition" mentionne l'absence de contre-indication à la pratique du triathlon en compétition.

Le participant non licencié ou ayant une licence loisir aura l'obligation de présenter un certificat médical (mentionnant l'absence de contre-indication au triathlon en compétition datant de moins d'un an à la date de la compétition) ou du formulaire Info Santé et la prise d'une assurance valable pour l'épreuve, appelée pass-compétition, une autorisation parentale pour les mineurs.

La remise des dossards se fera sur présentation d'une pièce d'identité et de la licence compétition FFTRI de l'année en cours ± /- pass compétition et Formulaire d'Info santé (FIS) à jour.

## 7. Situation Sanitaire

Dans le cas d'une annulation de l'événement pour des raisons sanitaires, l'organisation se réserve le droit de pouvoir proposer une alternative aux athlètes (remboursement, report, ...).

Des mesures complémentaires (changement de parcours, ravitaillement...) pourront être mises en place afin de répondre aux exigences gouvernementales.

## 8. Remboursement

En cas d'impossibilité pour un triathlète de participer, les droits d'inscription restent acquis à l'organisateur.

Conscient que la participation à un triathlon est conditionnée à un entraînement qui peut être long et intensif, les organisateurs acceptent les demandes d'annulation uniquement accompagnées d'un justificatif médical.

Les demandes devront être transmises par e-mail à

[j3triathlon45@gmail.com](mailto:j3triathlon45@gmail.com) Le remboursement s'effectuera au fur et à mesure des demandes. A partir du 04 mai 2025, plus aucune demande de remboursement ne sera prise en compte.

## 9. Récompenses

Pour les triathlons S – Duathlon S et M, les récompenses se feront par catégorie individuel et par sexe.

Pas de classement par équipe. La présence au briefing de course est obligatoire.

## 10. Ravitaillement

Pas de ravitaillement sur la partie vélo, ravitaillement au km 2.5 et 5km sur la partie course à pied.

Un ravitaillement final sera mis en place.

## 11. Puce de chronométrage

La puce doit être remise, à l'issue de l'épreuve, après la ligne d'arrivée, aux bénévoles présents sur place. Toute absence de restitution de la puce de chronométrage, pour quelle que raison que ce soit, sera facturée 70 € au concurrent concerné.

## 12. Règlement de course

Le règlement est celui de la FFTRI, en voici quelques rappels importants :

Natation : la température de l'eau peut imposer le port de la combinaison

Concernant le port de la combinaison néoprène, **l'organisation vous informera sur la température de l'eau**. Si l'eau est en dessous des 16° degrés vous n'aurez pas d'autre choix que de porter une combinaison dont l'épaisseur ne dépassera pas les 5 millimètres. Entre 16° et 24°, vous serez libre de porter ou non votre combinaison. Au delà de 24,5°, le port du néoprène sera interdit. La combinaison est obligatoire si la température de l'eau est inférieure à 16° (<16°C) ou si la température de l'air est inférieure à 12° (abaque) selon la réglementation sportive de la FFTri.

Vélo : port du casque obligatoire, port du dossard attaché en trois points dans le dos, déplacement dans l'aire de transition vélo à la main, respect du code de la route.

Course à pied : dossard porté devant.

L'organisateur ne peut en aucun cas être tenu pour responsable de la casse du matériel du concurrent en cas de chute à vélo, chaque cycliste devant être maître de son vélo.

Il conviendra de tenir compte scrupuleusement :

Du respect des règles fédérales de l'obligation d'assurance définie aux articles L331-9, L321-1, R331-4 et A 331-25 du code du sport, de l'obligation de certificat médical pour les participants définie aux articles L231-2, L231-2-1, L231-2-2, et L231-2-3 du code du sport, de non contre-indication à la pratique sportive du cyclisme (VTT), de la natation et de la course à pieds en compétition.

Le port du casque à coque rigide (CE1078/1997) attaché est obligatoire.

Pour les licenciés, la présentation de la licence en cours de validité est obligatoire.

## 13. Protection des données

Les informations recueillies sont nécessaires pour votre inscription et pour la gestion des services facultatifs (option individuelle organisation des soins médicaux, annulation...) que vous auriez éventuellement choisi d'acquérir. Elles font l'objet d'un traitement informatique et sont destinées au secrétariat de l'organisation. Par son inscription, le participant accepte et autorise expressément la collecte et le traitement de ses données à caractère personnel aux fins précitées. Les données à caractère personnel collectées

conformément à l'article pourront être transmises à des prestataires tiers chargés de chronométrer le participant, d'élaborer les listes de résultats et de les publier sur Internet. Par son inscription, le participant accepte et autorise expressément la transmission de ses données à caractère personnel à cette fin. Pour l'élaboration des listes des candidats au départ et des listes de résultats, les données suivantes seront collectées et traitées pour chaque participant : nom, prénom, année de naissance, sexe, nom du club, numéro de dossard et résultats (placement et temps). Ces listes seront publiées sur tous supports accompagnant la manifestation (sous forme imprimée et sur Internet). Par son inscription, le participant accepte et autorise expressément la collecte et l'utilisation de ses données à caractère personnel à cette fin.

Conformément à la loi « informatique et libertés » du 6 janvier 1978 modifiée en 2004, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent, que vous pouvez exercer en vous adressant à [j3triathlon45@gmail.com](mailto:j3triathlon45@gmail.com) en indiquant votre nom, prénom, adresse et, si possible, votre numéro d'inscription. Vous pouvez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement des données vous concernant.

- [VOIR LE PROFIL DE TRIATHLON-DE-LAME-188851501689867 SUR FACEBOOK](#)
- [VOIR LE PROFIL DE TRIATHLON.AME SUR INSTAGZ-vous à la newsletter](#)

---

Fédération et Ligue



FÉDÉRATION  
FRANÇAISE DE  
**TRIATHLON**



LIGUE RÉGIONALE DE  
**TRIATHLON**

---

CENTRE