

## PÉNALITÉS ET TEMPS LIMITES

Vous trouverez le règlement de l'épreuve détaillé dans l'onglet « Règlement et Garantie annulation ».

Le triathlon est un sport individuel, il est de votre responsabilité de comprendre les règles et d'éviter les pénalités. La décision de l'arbitre concernant les infractions de position est définitive sans possibilité de réclamation ou d'appel. Les réclamations des athlètes pénalisés pour des décisions d'arbitrage ou pour une pénalité déjà réalisées ne seront pas prises en compte. Veuillez traiter les autres athlètes, tous les bénévoles et les arbitres avec courtoisie et respect. Ne pas le faire constitue une conduite non sportive et peut entraîner une disqualification.

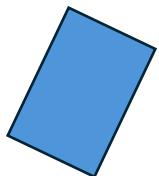
- **Les pénalités :**

L'arbitre vous appellera par votre numéro de dossard et vous informera que vous avez reçu un carton. Il vous montrera la couleur du carton et vous demandera de vous présenter à la prochaine tente de pénalité pour un carton bleu ou jaune. Le carton rouge est disqualificatif.

### CARTON BLEU :

CARTON BLEU : PÉNALITÉ 2 mn pour le triathlon M et 5 mn pour le triathlon L

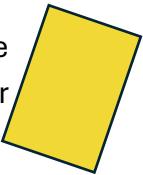
3<sup>ème</sup> CARTON BLEU : DISQUALIFIÉ



Le drafting et le jet de déchets sont les seules infractions entraînant un carton bleu, le triathlète encourra alors une pénalité de temps. Il devra réaliser la pénalité de temps à la tente de pénalité située à l'entrée de la transition T2 (vélo - course à pied)

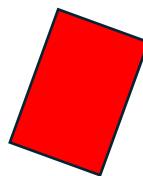
### CARTON JAUNE :

Un triathlète recevant un carton jaune devra effectuer un stop and go à la demande de l'arbitre. Le triathlète peut être disqualifié pour des infractions répétées. (ex : empêcher la progression d'autres athlètes)



### CARTON ROUGE :

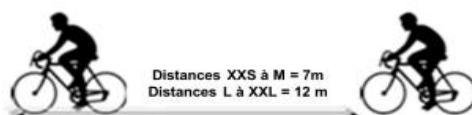
Le triathlète recevant un carton rouge a commis une infraction pouvant entraîner une disqualification (ex : matériel ou équipement non conforme)



Sanction	Raison	Information à l'athlète		Effet
Avertissement Verbal	La faute est sur le point d'être commise	Siflet + N° Dossard	Motivation de l'avertissement	-
Carton Jaune « Stop&Go »	Mise en conformité (la faute pouvant être corrigée) ou rappel réglementaire	Siflet + N° Dossard + Carton	- Annoncer « Stop », motiver la sanction - remise en conformité de l'athlète - Annoncer Go pour faire repartir l'athlète	-
Carton Bleu	Uniquement sur la partie cycliste pour une faute d'aspiration-abri	Siflet + N° Dossard + Carton	annoncer « Pénalité »	Zone de pénalité
Carton Rouge Disqualification	- La faute ne peut être corrigée - Transgression évidente - Refus de se conformer aux injonctions de l'arbitre	Siflet + N° Dossard + Carton	annoncer « Disqualifié », motiver la sanction, récupérer le dossard puis demander de stopper la course	Arrêt de la course
Carton Rouge Mise Hors Course	- Ratrapé - éliminé - Temps limite - Concurrent isolé (au pas contrôlé "contre la montre/équipe")	Siflet + N° Dossard + Carton	annoncer « Hors course », motiver la sanction, récupérer le dossard puis demander de stopper la course	Arrêt de la course
Disqualification automatique	- 2 Cartons bleus sur Distance XS à M - 3 Cartons bleus sur Distance L à XXL - Non respect du nb de tours - Pénalité non effectuée		Pas d'information	Disqualification

➤ Il est formellement interdit de profiter de l'aspiration d'un vélo ou autre véhicule (drafting) . Ci-dessous les règles à respecter.

Réglementation Sportive - Fédération Française de Triathlon



- Distance entre moto et vélo :

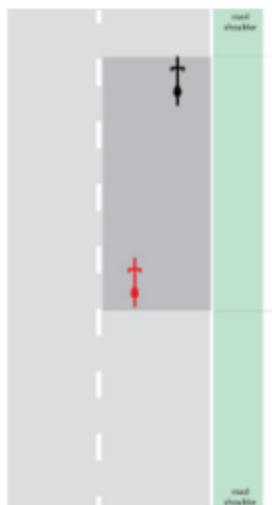


- Distance entre équipes :



- Distance entre véhicule et vélo :



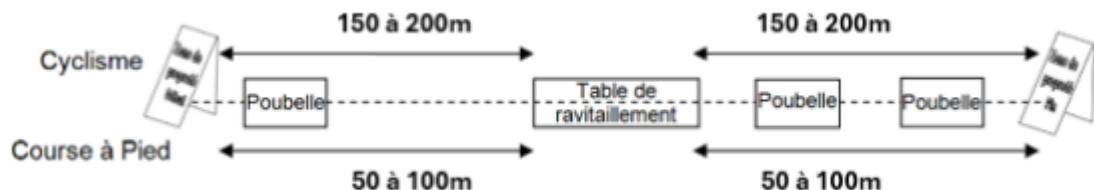
**Zone d'aspiration et zone de blocage :**
**Zone d'aspiration abri**


Les athlètes seront sanctionnés, quelle que soit leur position, dès qu'ils entrent dans la zone d'aspiration abri sans dépasser l'athlète de tête dans le temps imparti (25 secondes).

**Zone de blocage**


Athlète pouvant être sanctionné pour obstruction s'il/elle empêche d'autres athlètes de passer.

- Les triathlètes devront utiliser « zone de propreté » présentes au ravitaillements vélo et course à pied pour abandonner leurs matériels, déchets et emballages divers.





- **Temps limites de course**

- **Distance CD ( M )**

- Natation : **1h**
    - Fin de course à pied : **4h**

- **Distance HALF ( L )**

- Natation : **1h10**
    - Natation + T1 + Vélo : **5h30**
    - Natation + T1 + Vélo + T2 + Course à pied : **8h30**

**ATTENTION : temps limite intermédiaire RUN 10km : 16h30**

**Un Rolling-start est prévu pour le départ natation de chaque course : groupe de 6 personnes toutes les 10 secondes.**

Les temps sont calculés en fonction de l'heure de départ personnelle