

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 :**

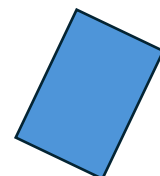
L'arbitre vous appellera par votre numéro de dossard et vous informera que vous avez reçu un carton. Il vous montrera la couleur du carton et vous demandera de vous présenter à la prochaine tente de pénalité pour un carton bleu ou jaune. Le carton rouge est disqualifiant.

CARTON BLEU :

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

3^{ème} 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)



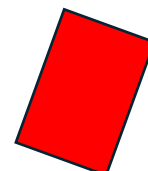
CARTON JAUNE :

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 :

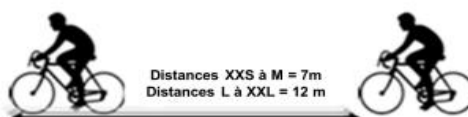
Le triathlète recevant un carton rouge a commis une infraction pouvant entraîner une disqualification (ex : matériel ou équipement non conforme)



| Sanction | Raison | Information à l'athlète | | Effet |
|----------------------------------|---|-------------------------------------|--|--------------------|
| Avertissement Verbal | La faute est sur le point d'être commise | Sifflet + N° Dossard | Motivation de l'avertissement | - |
| Carton Jaune « Stop&Go » | Mise en conformité (la faute pouvant être corrigée) ou rappel réglementaire | Sifflet + 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 | Sifflet + 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 | Sifflet + 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 | - Rattrapé - éliminé - Temps limite - Concurrent isolé (au sas contrôle "contre la montre/équipe") | Sifflet + 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.

Règlementation Sportive - Fédération Française de Triathlon



- Distance entre moto et vélo :



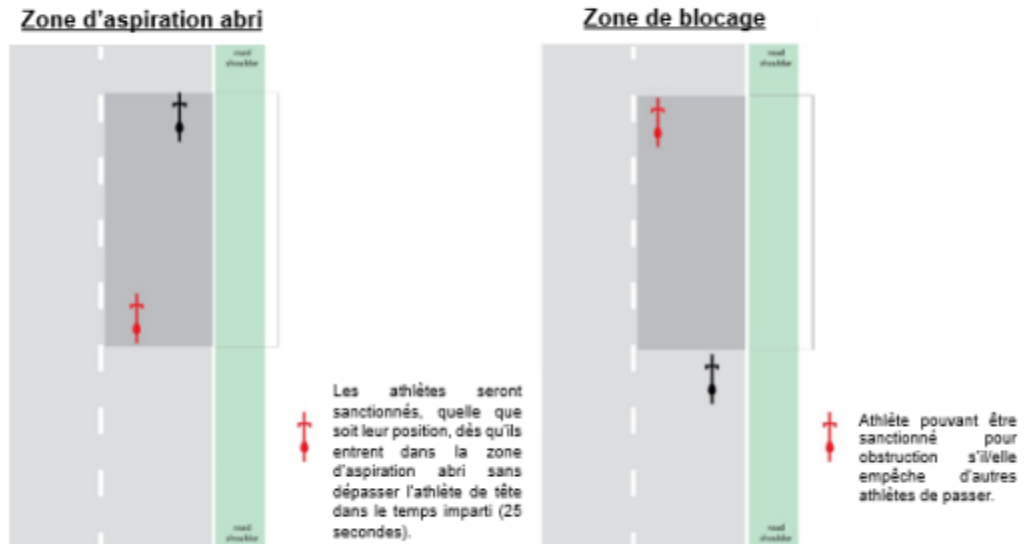
- Distance entre équipes :



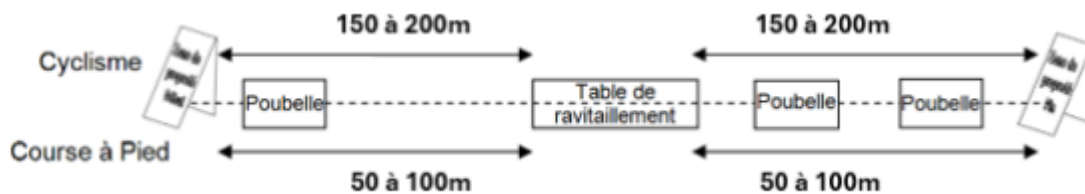
- Distance entre véhicule et vélo :



Zone d'aspiration et zone de blocage :



- 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