



## 5<sup>ème</sup> TRIATHLON DÉCOUVERTE DE LONS

### **Article 1 – Objet.**

Le triathlon découverte de Lons est organisé le samedi 15 juin 2019 par l'Office Municipal des Sports (OMS), et ne dépend pas de la Fédération Française de Triathlon.

Cette manifestation a vocation de faire découvrir cette discipline à toutes personnes.

Lieu : Piscine Aqualons et plaine des sports de Lons – 1 mail de Coubertin à Lons (parcours sur chemin et sous bois).

Heure de départ du triathlon : 10h00.

### **Article 2 – Déroulement de l'épreuve.**

Ce triathlon se compose par ordre chronologique :

- d'un parcours natation, 200 mètres nage libre,
- d'un parcours cycliste (VTT) de 6000 mètres,
- d'un parcours pédestre, 1500 mètres.

Les participants s'inscrivent dans différentes catégories, soit :

#### **1) - Participation en individuel :**

Le participant doit effectuer seul les trois épreuves.

Catégorie destinée aux adultes et aux enfants âgés de + 15 ans.

**Pour participer au triathlon en individuel l'enfant doit avoir plus de 15 ans** (au jour de la manifestation).

#### **2) - Participation en relais : en famille, entre collègues, entre amis...**

L'équipe peut être constituée de 2 ou 3 personnes comme suit :

- 1 adulte et 1 enfant,
- 1 adulte et 2 enfants,
- 2 adultes et 1 enfant,
- 3 enfants.

Si l'équipe est formée de 2 personnes, une personne effectue 2 épreuves et l'autre 1 épreuve.

Si l'équipe est constituée de 3 personnes, chaque personne participe à une épreuve.

**Dans tous les cas, l'enfant ne peut pratiquer qu'une seule épreuve.**

**Pour participer au triathlon en équipe l'enfant doit avoir plus de 12 ans**, ne pratiquer qu'une seule épreuve et sous la responsabilité d'un de ses parents (autorisation parentale à remplir).

**Pour participer au triathlon en équipe de 3 enfants, les enfants doivent tous les 3 avoir plus de 12 ans.** Ils seront sous la responsabilité d'un des parents ou d'une personne majeure qui s'engage à rester sur le site à la disposition des organisateurs durant toute l'épreuve. (Autorisation parentale et Attestation de responsabilité parentale équipe de - 15 ans à remplir)

### **Article 3 – Inscription :**

- Renseignements et bulletin d'inscription téléchargeable sur le site : [www.mairie-lons.fr](http://www.mairie-lons.fr)
- Date limite d'inscription : jeudi 13 juin 2019 à midi.
- Tout dossier incomplet ne sera pas validé.

**ATTENTION: Pas d'inscription le jour de la course.  
Nombre de places limitées.**

Les droits d'inscription (par internet) sont fixés à :

- 5 euros pour les individuels,
- 9 euros pour les équipes,
- Participation gratuite pour les enfants de 12 à 15 ans.

Toute demande d'annulation de l'inscription pour cause de blessure ou maladie, devra parvenir à l'organisation accompagnée d'un certificat médical avant le lundi 10 juin 2019.

Le prix de l'engagement sera alors remboursé au demandeur à l'exception de 2 euros qui seront conservés par l'organisation pour traitement des formalités administratives.

### **FOURNIR OBLIGATOIREMENT**

- CERTIFICAT MEDICAL D'APTITUDE
- AUTORISATION PARENTALE POUR LES MINEURS
- ATTESTATION DE RESPONSABILITE PARENTALE EQUIPE DE – 15 ANS

(Documents téléchargeables sur le site).

### **Article 4 – Certificat médical et autorisations.**

#### **Triathlon Individuel :**

Les participants devront présenter lors de l'engagement un certificat médical portant la mention :

**« Ne présente pas à ce jour de contre-indication apparente à la pratique en compétition du triathlon »** daté de moins de 1 an.

Les mineurs non-licenciés, en plus du certificat mentionné ci-dessus devront aussi présenter :

une autorisation parentale avec attestation sur l'honneur des parents mentionnant que leur enfant est apte à la pratique de la natation sur 25 mètres. (Attestation téléchargeable sur le site)

Les licenciés FF Tri, FSGT et UFOLEP devront transmettre par voie dématérialisée leur licence lors de l'inscription sur site.

## **Triathlon Relais**

Les participants pourront présenter un certificat médical portant la mention :

**" Ne présente pas à ce jour de contre-indication apparente à la pratique en compétition de l'épreuve concernée »**

Les mineurs non-licenciés, en plus du certificat mentionné ci-dessus devront aussi présenter :

une autorisation parentale avec attestation sur l'honneur des parents mentionnant que leur enfant est apte à la pratique de la natation sur 25 mètres.

Pour les équipes de 3 enfants en plus du certificat et de l'autorisation parentale mentionnée ci-dessous l'équipe devra fournir l'attestation de responsabilité parentale

(Attestations téléchargeables sur le site)

## **Article 5 – Remise des dossards et gestion des parcs à VTT.**

### **a) Les dossards**

La remise des dossards aura lieu au foyer du complexe sportif de Lons, le samedi 15 juin 2019 de 8h à 9h00.

L'organisation ne fournira pas d'épingles.

### **b) Les parcs à VTT.**

Deux parcs à VTT sont mis à disposition :

- le parc VTT n°1 situé derrière la piscine Aqualons,
- le parc VTT n°2 situé sur le terrain de football de la plaine des sports (terrain d'entraînement grillagé).

**Les VTT devront être déposés au parc VTT n°1 avant sa fermeture à 9h00.**

Le parc VTT sera sous la surveillance de l'organisateur jusqu'à la fin du triathlon découverte.

Chaque participant devra respecter l'emplacement qui lui est attribué dans les zones de transition (parcs VTT n° 1 et n°2). Ces zones de transition sont interdites à toute personne extérieure à l'organisation.

**A la fin de son épreuve, chaque participant est tenu de récupérer son VTT au parc VTT n°2.**

**L'équipe organisatrice décline toute responsabilité en cas de vols ou détériorations pour les VTT qui n'auront pas été récupérés à la fin du triathlon.**

**Les parcs à VTT seront fermés à clé 20 minutes après que le dernier concurrent aura franchi la ligne d'arrivée**

## **Article 6- Les épreuves sportives.**

L'ensemble du parcours se déroulera sur un circuit balisé.

La partie natation se déroulera dans le bassin intérieur de la piscine de Lons (25m), entièrement réservé aux participants. Cependant, le public pourra accéder au gradin de la piscine durant l'épreuve de natation du triathlon dans le respect du règlement intérieur de la piscine Aqualons.

Les épreuves cycliste (VTT) et pédestre se dérouleront sur un parcours tracé autour de la plaine des sports (mixte herbe/bitume).

Tous les concurrents sont invités à effectuer une reconnaissance du parcours cycliste et pédestre. Aucune assistance extérieure ne sera autorisée excepté celle liée à l'organisation.

**ATTENTION, un briefing d'avant-course OBLIGATOIRE POUR TOUS sera organisé à 9h30 à la salle du complexe sportif.**

Ci-annexée la carte des circuits.

NATATION	200 mètres nage libre	Piscine Aqualons à Lons
VTT	6 km	Circuit n°1 – Autour de la plaine des sports et de la piscine Aqualons (en bleu)
COURSES A PIED	1,5 km	Circuit n°2 – Autour de la plaine des sports et de la piscine Aqualons (en jaune)

## **Article 7 – Tenues vestimentaires et équipements obligatoires.**

Chaque concurrent disposera de son propre équipement (maillot de bain une ou deux pièces pour femme, slip de bain pour homme, lunettes de natation si besoin, bonnet de bain, chaussures et tenue de course à pied, vélo et casque obligatoire).

### **Tenues NON AUTORISEES lors de l'épreuve de natation :**

- Les TRIFONCTION sont interdites,
- Aucuns vêtements couvrant le haut du corps.

Seuls seront fournis : les dossards

L'organisateur se réserve le droit d'exclure du triathlon découverte toute personne ne disposant pas d'une tenue conforme au dit règlement ou inappropriée.

Le port du dossard sera obligatoire lors de l'épreuve cycliste et de l'épreuve pédestre. Le dossard avec puce devra être visible de face à tout moment de la course pédestre, et de dos à tout moment de la course cycliste. Aucun vêtement ne doit recouvrir les dossards. Le port de la ceinture pour les dossards est autorisé.

ATTENTION : le port d'un vêtement couvrant la partie supérieure du corps est obligatoire lors de l'épreuve cyclise et de course à pied.

## **Article 8 – Obligations des participants et respect du règlement du triathlon découverte.**

Tout participant s'engage à se soumettre aux règles spécifiques de l'épreuve par le seul fait de l'inscription. La participation se fait sous l'entière responsabilité des concurrents avec renonciation de tout recours contre l'organisation en cas de dommages et de séquelles ultérieures qui pourraient survenir du fait de l'épreuve.

Les participants s'engagent à respecter rigoureusement l'interdiction de dopage ainsi que les dispositions concernant les contrôles anti dopage, telles qu'elles résultent des lois et règlements en vigueur. (Un local de contrôle anti-dopage sera situé et signalé à l'intérieur du complexe sportif).

Chaque participant s'engage à avoir un comportement respectueux et bienveillant à l'égard des autres participants durant le triathlon découverte.

## **Article 9 – Sanctions.**

L'organisation aura le pouvoir de retirer un participant s'il ne se conforme pas au règlement ou si elle estime que son état de santé ne lui permet pas de continuer.

## **Article 10 – Ravitaillement et poste de secours.**

Un ravitaillement en eau et fruits sera à la disposition des concurrents à proximité de la ligne d'arrivée.

Une organisation de secours sera mise en place avec un local et son matériel, 1 médecin et 3 secouristes – Croix blanche (emplacement sur plan).

## **Article 11 – Remise des récompenses et des lots.**

La remise des prix aura lieu à partir de 12h00.

Les trois premiers de chaque catégorie recevront une récompense.

Un tee-shirt sera offert à tous les participants.

## **Article 12 – Assurance et responsabilités.**

Les organisateurs sont couverts par une assurance responsabilité civile. Cependant ils déclinent toute responsabilité en cas de perte ou de vol de matériel, et en cas de non-respect du présent règlement et des consignes de sécurité présentées lors du briefing d'avant-course.

Il est fortement conseillé à chaque participant de disposer d'une assurance individuelle couvrant les dommages corporels pouvant survenir lors de l'activité.

En cas de mauvais temps, l'organisateur se réserve le droit d'annuler le triathlon découverte.

## **Article 13 – Droit à l'image.**

Les participants acceptent que l'organisateur puisse utiliser les photographies ou vidéos prises lors de l'événement à des fins de communication ultérieures.