



Triathlon de Pau Règlement d'épreuve
Section Paloise Triathlon 1 avenue Nitot 64000 Pau
triathlondepau@gmail.com



RÈGLEMENT

Le présent documents précise la réglementation générale et sportive
pour le triathlon de Pau du 14 juin 2026

Table des matières

1	Introduction	3
2	Règles Générales	3
2.1	Article 1 : Introduction	3
2.2	Assurance	3
2.3	Droit à l'image	3
2.4	Inscription	3
2.5	Annulation du fait du participant	4
2.6	Annulation du fait de l'organisateur	4
2.7	Eco-responsabilité	4
3	Règles sportives	5
3.1	Les épreuves	5
3.2	Les briefings	5
3.3	Identification des concurrents	5
3.4	Sécurité des épreuves	6
3.5	Labellisation	6
3.6	Admissibilité Formats S et M	6
3.7	Règles spécifiques pour la partie natation	7
3.8	Règles spécifiques pour la partie cyclisme	7
3.9	Règles spécifiques pour la partie course à pied	8
3.10	Conduite des athlètes	8
3.11	Les pénalités	8
3.12	Classement, récompenses et remise des prix	9



1 Introduction

Ce règlement a pour objectif de :

- Créer un climat de sportivité, d'équité et de fair-play
- Garantir sécurité et protection
- Pénaliser les athlètes qui ne respectent pas les règles
- Assurer la promotion et l'image du triathlon de Pau

2 Règles Générales

2.1 Article 1 : Introduction

Le Triathlon de Pau est soumis au règlement de la Fédération de Triathlon consultable sur :

<https://www.fftri.com/pratiquer/reglementation-sportive/>

Tout concurrent prenant le départ sur les épreuves reconnaît avoir lu le présent règlement ainsi que la réglementation de la FFTRI, les accepter et s'engage à les respecter.

2.2 Assurance

Les épreuves sont assurées par :

- Responsabilité civile : conformément à la loi, les organisateurs ont souscrit un contrat d'assurance auprès d'une assurance privée.
- Individuelle accident : une assurance a été souscrite pour tous les participants.

Les concurrents doivent être conscients des risques inhérents à ce type d'épreuve sportive, qui requiert un entraînement préalable. L'organisateur n'assumera aucune responsabilité quelle qu'elle soit pour tout accident/blessure/dommage/corporel/incapacité/décès survenu à un concurrent, à l'exception d'accident ayant pour cause directe un manquement par l'organisateur à ses obligations légales et réglementaires.

En outre, l'organisateur n'assumera aucune responsabilité pour toute dégradation, perte, vol de tout bien / matériels / équipements personnels avant, pendant et après la course. Il appartient aux concurrents de souscrire une assurance pour couvrir, le cas échéant, ce type de risque.

2.3 Droit à l'image

Tous les concurrents acceptent sans restriction l'utilisation des sons et des images enregistrées durant la manifestation et ce, pour une durée indéfinie sur tous les supports promotionnels de l'épreuve, y compris les supports publicitaires et les livres, dans le monde entier.



2.4 Inscription

Les frais d'inscription couvrent uniquement la participation à la compétition, à l'exclusion de tous frais de transport, d'hébergement ou de repas ou tous frais médicaux (soins sur site, rapatriement...), lesquels demeurent à la charge du concurrent.

Les inscriptions sont à réaliser auprès de l'organisme Pyrénées Chrono (<https://pyreneeschrono.fr/>). Il n'y aura pas d'inscription possible sur place.

Chaque participant(e) doit obligatoirement être titulaire d'une licence de triathlon compétition valide ou d'un pass journée délivré lors de l'inscription sur le site Pyrénées Chrono sur présentation du formulaire info santé (question de santé de la FFTRI) dûment rempli.

Les équipages en relais sont autorisés sur les formats S et M. Chaque équipe disposera d'un seul dossard et d'une seule puce de chronométrage et devra par conséquent se les transmettre dans les aires de transitions.

Le nombre maximal de participant(e)s est limité **à 200 dossards pour le format Sprint, à 300 dossards pour le format Olympique et à 35 participants par catégorie jeunes**. Chaque athlète disposera d'un jeu de dossard et de marquages type autocollants pour casque, sac et vélo, ainsi qu'**une puce de chronométrage par athlète ou par relais** à porter à la cheville gauche.

Grille tarifaire

Catégorie d'âge	TARIF avant le 01/05	Tarif à partir du 01/05
Cross Tri Jeunes 6-9 ans	10	10
Cross Tri Jeunes 8-11 ans	10	10
Cross Tri Jeunes 12-17 ans (XS)	15	15
Format S individuel	35	40
Format S relais	40	46
Format M individuel	47	54
Format M relais	52	59

Une majoration de 15 % sera appliquée à toute inscription réalisée après le 01 Mai

NB : concernant les pass compétitions, un surcoût sera à payer lors de l'inscription à destination de la FFTRI

2.5 Annulation du fait du participant

Les annulations seront possibles jusqu'au dimanche 31 mai 2026 à 20h sur justificatif médical.



Le remboursement de l'inscription se fera alors à hauteur des frais d'inscription hors remboursement des frais de gestion et du pass compétition

2.6 Annulation du fait de l'organisateur

En cas d'annulation ou d'interruption de l'épreuve pour toute raison hors du contrôle de l'Organisateur (décisions des autorités publiques, risques d'intempéries...), les frais d'inscription seront remboursés hors remboursement des frais de gestion et du pass compétition

2.7 Eco-responsabilité

L'athlète prendra toutes les dispositions pour ne pas dégrader l'environnement dans lequel il évolue. A ce titre, tout abandon de matériel (bidon, tenue, lunettes, ...) de déchets et emballages divers hors des zones de propreté prévues à cet effet est interdit et sera sanctionné. Si l'athlète peut se remettre en conformité, la sanction sera un carton jaune, soit un « stop & go », si l'athlète ne peut pas ou ne veut pas se remettre en conformité, la sanction sera un carton rouge ou la disqualification.



3 Règles sportives

3.1 Les épreuves

Le triathlon de Pau propose 7 épreuves

Catégorie d'âge	Catégorie*	Départ
Cross Tri Jeunes 6-9 ans	Jeunes 6 – 9 ans	10H45
Cross Tri Jeunes 8-11 ans	Jeunes 8 – 11 ans	10h00
Cross Tri Jeunes 12-19 ans (XS)	Jeunes 12 – 19 ans	9h00 → jeunes
Format S individuel	De cadet (16 ans) à Master	14h40
Format S relais	De benjamin à Master	14h45
Format M individuel	De junior (16 ans) à Master	14H30
Format M relais	De cadet (16 ans) à Master	14H35

* : pour les catégories, cf §3.6

Les distances et parcours précis seront communiqués via FaceBook et Instagram

Temps limite pour réaliser les épreuves : les athlètes ont **4h max pour réaliser le S ou M** (relai ou individuel) et **max 45min pour réaliser la natation**.. L'organisateur se réserve le droit de stopper un athlète à T2 si le temps restant pour réaliser la course à pied n'est pas compatible avec un temps max de 4h.

3.2 Les briefings

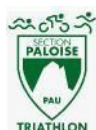
Des briefings seront organisés par l'organisation pour présenter les épreuves aux concurrents.

Il est fortement recommandé aux participants d'assister aux briefings lors de leur venue sur le Triathlon de Pau et, à défaut, de lire attentivement les documents mis à leur disposition.

3.3 Identification des concurrents

Pour les formats Triathlon S et M (individuel et relais), l'organisation fournira aux athlètes :

- 1 puce à positionner autour de la cheville (**Attention toute puce manquante sera facturée 50€**).
- 1 dossard pour la course à pied et le cyclisme.



- Le participant doit prévoir obligatoirement une ceinture porte-dossard car il ne disposera que d'un seul dossard pour l'ensemble de la course dans un souci « d'éco-responsabilité ». Idem pour les relais
- 1 planche de stickers pour l'identification des triathlètes et de leurs matériels.

Pour les formats Triathlon Jeunes, l'organisation fournira aux athlètes :

- 1 dossard pour la course à pied et le cyclisme.

/ ! : attention, cette année l'organisation ne fournira pas de bonnet de natation. Il est de la responsabilité des participants de venir et repartir avec leur propre bonnet.

3.4 Sécurité des épreuves

La sécurité sur les parcours est assurée par les signaleurs et encadrants de la course. Les secours et la surveillance médicale seront assurés par un organisme agréé de secourisme, un médecin et un nageur-sauveteur.

Tout triathlète détectant une anomalie sur le parcours de la compétition, pouvant porter atteinte à la sécurité des triathlètes, est tenu d'en informer l'organisateur. Les concurrents ont l'obligation de se conformer à toute directive ou instruction qui serait donnée par l'organisateur.

Si un participant est témoin d'un accident ou s'il voit une personne en détresse, il doit lui porter secours. Un autre participant devant alors prévenir la personne de l'organisation la plus proche.

3.5 Labellisation

Les épreuves seront labellisées FFtri et gage de mixité ce qui implique :

- Des départs natation différenciés hommes/femmes, au choix parmi 4 options pour les organisateurs.
- Des lots équitables et cohérents pour les femmes et les hommes.
- Des vélos ouvreurs identifiant la femme et l'homme de tête.
- Une communication mixte offrant une visibilité égale et non stéréotypée aux Hommes et aux Femmes.
- Des classements scratch féminins et masculins distincts pour les médias et les réseaux sociaux.



3.6 Admissibilité Formats S et M

Règlement FFTRI disponible <https://www.fftri.com/actualite/reglementation-sportive-2026/>

L'âge d'un athlète est déterminé par son âge au 31 décembre de l'année de la compétition.

Catégorie	Années de Naissance	Âge en 2026	Format de course Max (Individuel)	Ex. de distance (Nat / Vélo / CàP)
Mini-Poussin	2019 - 2020	6 - 7 ans	Jeunes 1	50m / 1km / 500m
Poussin	2017 - 2018	8 - 9 ans	Jeunes 1	100m / 2km / 1km
Pupille	2015 - 2016	10 - 11 ans	Jeunes 2	200m / 4km / 1,5km
Benjamin	2013 - 2014	12 - 13 ans	XXS	250m / 8km / 2km
Minime	2011 - 2012	14 - 15 ans	XS	400m / 10km / 2,5km
Cadet	2009 - 2010	16 - 17 ans	S	750m / 20km / 5km
Junior	2007 - 2008	18 - 19 ans	M	1500m / 40km / 10km
Senior	1987 - 2006	20 - 39 ans	Toutes distances (L, XL, XXL)	Illimitée
Master	1986 et avant	40 ans et +	Toutes distances (L, XL, XXL)	Illimitée

3.7 Règles spécifiques pour la partie natation

Le port de la combinaison est obligatoire si la température de l'eau est inférieure à 16 °C et interdit si la température est supérieure à 24 °C.

Les athlètes doivent respecter les consignes des arbitres concernant la mise en place et la position de départ. Tout faux départ (avant le signal) entraîne la disqualification immédiate.

En cas de mauvais temps, la décision de prendre le départ de la natation sera prise ¼ d'heure avant le départ. Si l'épreuve de natation vient à être annulée en raison des conditions climatiques (tempête, etc.), la course pourra se disputer sur l'épreuve de vélo et de course à pied. Le tracé de vélo et de course à pied ne sera pas modifié.

Le port du bonnet de bain est obligatoire. Les aides à la flottaison (tuba, etc.) et à la propulsion (palmes, plaquettes, ...) sont interdites.



3.8 Règles spécifiques pour la partie cyclisme

Pour toutes les épreuves, **la route n'est pas fermée à la circulation**. Les concurrents s'engagent à respecter le code de la route, et en particulier, rouler à droite et ne pas couper les virages.

Pour toutes les épreuves, **le drafting n'est pas autorisé**. En cas de non-respect de cette règle, les participants se verront infliger un carton bleu.

De ce fait, la distance minimale entre les vélos se mesure entre la roue arrière du vélo et la roue avant du vélo qui suit soit 7m pour format S et M. Le port du dossard sur le dos du concurrent est obligatoire. Les pénalités si non-respect sont spécifiques en fonction du format de course S / M et sont consultables sur le site de la FFTri.

Tous les types de vélos sont autorisés sur les épreuves à condition qu'ils respectent les conditions prévues par le règlement de FFTri (les vélos électriques ne sont pas admis). Chaque vélo sera vérifié par le corps arbitral à l'entrée du parc à vélo.

Le port du casque est obligatoire avec la jugulaire attachée.

Aucun des concurrents ne peut recevoir une aide extérieure sur le parcours, que ce soit une assistance ou un accompagnement par une voiture ou une moto.

3.9 Règles spécifiques pour la partie course à pied

Les participants doivent porter leurs dossards de façon visible à l'avant. Si les participants souhaitent le porter via une ceinture, celle-ci doit être attachée à hauteur de taille par trois points minimums.

La tenue de course à pied doit être conforme : pas de torse-nu, de bretelles sur les épaules, la trifonction ouverte jusqu'au sternum maximum.

Aucun des concurrents ne peut recevoir une aide extérieure sur le parcours, que ce soit une assistance ou un accompagnement par une voiture, moto, vélo, trottinette

3.10 Conduite des athlètes

Les athlètes doivent :

- Connaître, comprendre et suivre la réglementation
- Participer à l'épreuve en toute sportivité
- Être responsables de leur sécurité et de celle des autres athlètes
- Suivre les indications des officiels
- Suivre les consignes de course
- Informer les officiels en cas d'abandon
- Respecter les temps d'installation dans les structures (parc à vélos...) et de briefing mis en place par l'organisation



- Respecter les zones de propreté clairement signalées par l'organisation ou autres installations publiques permettant le respect de l'environnement
- Traiter les autres athlètes, officiels, bénévoles et spectateurs avec respect et courtoisie.
- Se conformer aux règles relatives au dopage.

En cas de non-respect de ces conduites, l'organisation se réserve le droit de déclasser ou de disqualifier un participant.

3.11 Les pénalités

Les procédures d'intervention des arbitres (avertissement verbal, sanction, disqualification ou mise hors course) sont applicables aux concurrents avant, pendant et après l'épreuve, dès le retrait du dossard jusqu'à la fin de la proclamation des résultats.

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

- Averti : verbalement
- Sanctionné pour : demande de remise en conformité par carton jaune, pour pénalité par un carton bleu, pour disqualification par un carton rouge.

Un concurrent peut être disqualifié sans avoir été concerné préalablement par les procédures d'avertissement ou de sanction. Seuls les arbitres officiels de la F.F.TRI, dûment affectés à l'épreuve et revêtus de la chasuble officielle, peuvent appliquer ces procédures.

Les décisions des arbitres sont sans appel.



Temps de pénalité /courses :

Course	Temps de pénalité
Cross Tri Jeunes 6-9 ans	/
Cross Tri Jeunes 8-11 ans	/
Cross Tri Jeunes 12-19 ans	1 min
Format S individuel	1 min
Format S relais	1 min
Format M individuel	2 min
Format M relais	2 min

3.12 Classement, récompenses et remise des prix

Les classements seront disponibles sur internet après la course.

Le listing des prix remis est laissé libre à l'organisateur, de manière indépendante aux catégories d'âge de la FFTri. La participation à la remise des prix est obligatoire. Aucun concurrent ne pourra prétendre à l'obtention de son trophée s'il est absent.

Un athlète doit porter la tenue de son club pendant l'épreuve et lors de la cérémonie protocolaire si ce dernier est licencié dans un club.

