

U²⁰¹⁶NSS

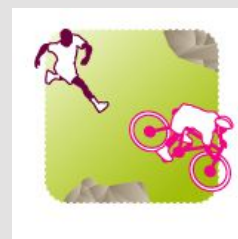
REGLEMENT TRIATHLON DUATHLON RUN & BIKE



UNSS
UNION NATIONALE
DU SPORT SCOLAIRE

PROGRAMME 2012-2016

Actualisé au 08 juin 2015



CHAMPIONNATS DE FRANCE 2015 - 2016

TRIATHLON, DUATHLON, RUN & BIKE

Les **modifications** apportées par rapport à la version 2014 - 2015 sont repérées d'un trait gras à droite et à gauche des lignes.

1) LE PROGRAMME

Proposition modifiable en fonction des spécificités locales.

	DUATHLON COLLEGES COURSE 1	TRIATHLON COLLEGES COURSE 2	DUATHLON LYCEES COURSE 1	TRIATHLON LYCEES COURSE 2	R&B LYCEES & SPORT PARTAGE COURSE 1	R&B COLLEGES COURSE 2
Contrôle et stockage des VTT	la veille : 17h - 18h					
Réunions techniques	la veille : 18h - 19h30					
RV JO	7h30					
COURSE 1	Ouverture chambre d'appel/ Installation dans les boxes	8h				
	Sortie aire de transition adultes accrédités/ Appel relayeur 1 ligne départ	8h45				
	DEPART	9h				
	FIN/ évacuation matériel	10h30			10h	
COURSE 2	Ouverture chambre d'appel/ Installation dans les boxes	10h30			10h	
	Sortie aire de transition adultes accrédités/ Appel relayeur 1 ligne départ	11h15			10h45	
	DEPART	11h30			11h	
	FIN/ évacuation matériel	13h30			12h30	
PROTOCOLE	14h30			13h30		

2) REUNIONS TECHNIQUES

Elles sont organisées la veille de l'épreuve. **Le REGLEMENT DEFINITIF** y est entériné.

La présence du professeur d'EPS accompagnateur et du Jeune Officiel arbitre représentant l'académie est obligatoire.

3) PRE-CONTROLE TECHNIQUE ET STOCKAGE DES VTT DE L'EQUIPE

Ce pré-contrôle, effectué la veille de l'épreuve, n'est pas obligatoire.

Il permet de soumettre les VTT à un pré-contrôle réalisé par 2 officiels qui seront chargés de vérifier la conformité du matériel.

Possibilité de stocker les VTT pour la nuit.

Possibilité pour l'organisateur de stocker les VTT dans l'aire de transition. Dans ce cas, le pré-contrôle s'effectuera à la chambre d'appel, les VTT seront stockés dans les boxes et n'en sortiront plus jusqu'à la course.

Chaque responsable d'équipe devra prévoir des bâches (ou grands sacs poubelle) pour recouvrir les vélos.

TRIATHLON & DUATHLON : **de 1 à 4 VTT autorisés.**

RUN & BIKE : **de 1 à 2 VTT autorisés.**



4) ECHAUFFEMENT, RECONNAISSANCE DU PARCOURS

Possibilité de reconnaître le circuit :

- la veille de l'épreuve, à partir de 15h,
- le matin de l'épreuve, avant 9h.

Les reconnaissances sont sous l'entière responsabilité du professeur accompagnateur.

Le casque coiffé, jugulaire serrée est obligatoire à VTT.

Partie natation :

- la veille de l'épreuve, pendant 1 heure, baignade surveillée, combinaison obligatoire.
- le jour de l'épreuve, 15' avant chaque départ.

L'échauffement est interdit sur tout le parcours, pendant l'épreuve en cours.

Il est interdit aux athlètes de s'échauffer avec leurs dossards visibles (erreur possible au niveau des chronométreurs).

5) IDENTIFICATION DES CONCURRENTS

COMPOSITION D'EQUIPE

La composition de l'équipe et l'ordre de passage des concurrents (triathlon & duathlon) sont annoncés à l'organisateur la veille de l'épreuve, au secrétariat.

Modifications possibles jusqu'au marquage, dans la chambre d'appel.

TENUES

Les élèves ont l'obligation d'être dans la même tenue aux couleurs et au nom de leur établissement (ou 4 t-shirts « neutres » de couleur identique). Les tenues doivent être **conformes au règlement UNSS en vigueur**.

Toutes les tenues club (ex : tri fonctions de club de triathlon, cuissards de club de VTT, veste de club d'athlé...) sont interdites, de l'entrée dans la chambre d'appel et jusqu'à la sortie du parc.

Ces tenues peuvent être présentées la veille à la réunion technique.

Ces tenues doivent être présentées à la chambre d'appel le matin de la compétition.

DOSSARDS

L'organisateur fournit 2 dossards pour chaque concurrent, soit 8 dossards par équipe.

Les 2 seront portés de façon parfaitement visible, un devant ET un derrière.

En **NATATION**, le port des dossards n'est pas obligatoire. Il est vivement conseillé de les porter uniquement en cyclisme et en course à pied. Dans le cas où l'arbitre principal constate que les dossards ne sont pas résistants à l'eau, il peut en interdire l'usage sur la partie natation.

COULEUR DES DOSSARDS

Pour une plus grande lisibilité de course, l'organisateur doit, en plus des numéros, différencier les couleurs de dossards des équipes établissement de celles des équipes excellence.

CEINTURE PORTE-DOSSARDS

En cas d'utilisation d'une ceinture porte-dossards, elle doit être placée au plus bas au niveau de la taille.

Chaque dossard doit être fixé en trois points minimum.

Les épingles à nourrice ne sont pas fournies par l'organisateur.

PLAQUES DE CADRE FRONTALES DE TYPE CYCLISME

L'organisateur fournit 1 plaque de cadre frontale par VTT et 3 colliers rilsan par plaque. La plaque doit être visible de face.

Si un VTT sert plusieurs fois, il faut superposer les plaques et les arracher au fur et à mesure des relais.

Une paire de ciseau sera disponible en chambre d'appel.

BONNET DE BAIN

En triathlon, l'organisateur fournit 1 seul bonnet pour l'équipe, numéro côté ..., de couleur vive.

Pour une plus grande lisibilité de course, l'organisateur choisira 2 couleurs de bonnets pour différencier les équipes établissement et les équipes excellence.

MARQUAGE

Les JO numérotent les athlètes au niveau de l'épaule ... et du mollet ..., dans la chambre d'appel.

L'ordre alphabétique des académies détermine l'attribution des numéros.

Ex : collègue Aix-Marseille, équipe 1.

DUA & TRI	Numérotation		ex	1 ^{er} RELAYEU R	2 ^{ème} RELAYEU R	3 ^{ème} RELAYEU R	4 ^{ème} RELAYEU R
COLLEGES ETABLISSEMENT	1 à 49	DOSSARDS	Eq 1	011	012	013	014
		PLAQUES VTT					
COLLEGES EXCELLENCE	50 à 99	DOSSARDS	Eq 53	531	532	533	534
		PLAQUES VTT					
LYCEES ETABLISSEMENT	101 à 149	DOSSARDS	Eq 112	1121	1122	1123	1124
		PLAQUES VTT					
LYCEES EXCELLENCE	150 à 199	DOSSARDS	Eq 156	1561	1562	1563	1564
		PLAQUES VTT					

RUN & BIKE	Numérotation		ex	GARCON	GARCON	FILLE	FILLE
COLLEGES ETABLISSEMENT	1 à 49	DOSSARDS	Eq 8	8	8	8	8
		PLAQUES VTT		8	8		
COLLEGES EXCELLENCE	50 à 99	DOSSARDS	Eq 53	53	53	53	53
		PLAQUES VTT		8	8		
LYCEES ETABLISSEMENT	101 à 149	DOSSARDS	Eq 112	112	112	112	112
		PLAQUES VTT		112	112		
LYCEES EXCELLENCE	150 à 199	DOSSARDS	Eq 156	156	156	156	156
		PLAQUES VTT		156	156		

6) LA CHAMBRE D'APPEL

La chambre d'appel est ouverte 1h avant le départ de la 1^{ère} course.

Une fois la chambre d'appel franchie, les élèves ne peuvent plus quitter l'aire de transition avant leur départ, sans l'autorisation d'un arbitre principal adulte.

CONTROLE DE LA COMPOSITION DE L'EQUIPE ET MARQUAGE

Les fiches d'équipe sont distribuées par un JO.

Elles sont vérifiées et signées par le professeur accompagnateur.

Triathlon et duathlon : les JO marquent les athlètes sur l'épaule ... et le mollet ...

CONTROLE DU MATERIEL ET DES TENUES

Les élèves se présentent par 4, casques coiffés et ajustés.

Les Jeunes Officiels vérifient :

- la conformité des tenues par rapport au règlement UNSS,
- l'identification des concurrents (dossards et bonnet de bain),
- la sécurité des concurrents (VTT, casques, combinaisons isothermiques en fonction de la température de l'eau).



CONTROLE DES LICENCES

L'identité des élèves est vérifiée dans la chambre d'appel (licences avec photos et/ou listing avec photos). S'il n'y a pas de photo, une pièce d'identité est obligatoire).

Les licences sont conservées par les JO. Elles seront restituées à la chambre d'appel (en échange du matériel) ou au car podium.

RESTITUTION DU MATERIEL

Les équipes restitueront le matériel fourni par l'organisation à la chambre d'appel lorsque la dernière équipe aura terminé son épreuve.

7) L'AIRE DE TRANSITION (parc à vélos)

Les **PROFS EPS ACCOMPAGNATEURS** munis de leur accréditation peuvent entrer dans l'aire de transition avec leurs élèves. Ils doivent la quitter 15' avant le départ. Ils pourront y revenir une fois l'épreuve terminée.

Une ARCHE D'ENTREE et une ARCHE DE SORTIE (ou des oriflammes) matérialisent cet espace (lignes tracées au sol).

La CIRCULATION A PIED dans toute cette zone est obligatoire.

8) LES BOXES

Tout marquage distinctif ou personnalisé permettant aux concurrents d'identifier leur emplacement est interdit (parasol, fanion, perche...).

L'ordre alphabétique des académies détermine la numérotation des boxes.

Un box est attribué à chaque équipe (longueur = 2 barrières Vauban de chaque côté, largeur = 2m, 2 chaises, 1 sac poubelle).

2 lignes tracées au sol matérialisent l'entrée et la sortie du box.

L'entraide au sein de l'équipe est autorisée, mais uniquement à l'intérieur du box.

Il est possible de déposer des affaires dans le box (eau, couvre-chef, kit énergétique, matériel de réparation...).

9) LE DEPART

Les **CHOUCHOUS** sont distribués sur la ligne de départ.

DEPART DUATHLON

Un duathlète garçon ou fille de chaque équipe se positionne derrière la ligne de départ, avec le chouchou au poignet.

Au coup de pistolet (déclenchement du chronomètre), départ en masse pour la 1^{ère} boucle pédestre.

Le port du casque est interdit en course à pied.

DEPART TRIATHLON

Un triathlète garçon ou fille de chaque équipe lycéenne se positionne derrière la ligne de départ, avec le chouchou au poignet.

En fonction du lieu, le départ peut être donné sur la plage ou dans l'eau.

En fonction de la température de l'eau, la combinaison néoprène peut être obligatoire.

Au coup de pistolet (déclenchement du chronomètre), départ en masse pour la boucle natation.

En cas de difficulté, faire signe en levant les bras en direction des secouristes (kayaks, bateaux).

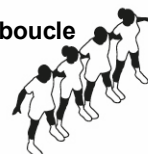
DEPARTS RUN & BIKE

DEPART DU COUREUR A PIED

Un athlète garçon ou fille de chaque équipe se positionne derrière la ligne de départ avec les 2 chouchous au(x) poignet(s).

Le port du casque est interdit pour la boucle de départ.

Au coup de pistolet (déclenchement du chronomètre), les coureurs à pied s'élancent sur une boucle pédestre d'environ 400 m et rejoignent leur box.



DEPART DE LA DOUBLETTE GARCONS

La transmission du (des) chouchou(s) se réalise à l'intérieur du box de l'équipe.

Pour quitter le box, chaque équipier doit avoir son chouchou au poignet et son casque coiffé, jugulaire serrée.

Les 2 équipiers peuvent sortir séparément de leur box.

Les 2 équipiers peuvent circuler séparément dans l'aire de transition.

Le port du casque est obligatoire pour les 2 équipiers durant les 7 boucles de run & bike.

10) ENTREE ET SORTIE DE L'AIRE DE TRANSITION

ENTREE

A VTT : le cycliste doit descendre de vélo (les 2 pieds posés au sol) avant la ligne « pied à terre ».

RUN & BIKE

Les 2 coéquipiers ont l'obligation de franchir la ligne ENSEMBLE, côte à côte.

Si un coureur est en avance, il doit attendre son partenaire avant la ligne « pied à terre ».

Aucun des deux coureurs ne dépasse la longueur du VTT.

Une fois cette ligne franchie, les 2 équipiers peuvent circuler séparément dans l'aire de transition.

SORTIE

A VTT : l'athlète peut enfourcher son vélo après la ligne de sortie (les 2 pieds posés au sol derrière la ligne).

RUN & BIKE

Les 2 équipiers peuvent être séparés. Ils ne sont plus obligés de franchir ensemble la ligne de sortie de parc.

11) LES CIRCUITS

Un Vététiste avec une chasuble de couleur vive ouvre la course.

Un Vététiste avec une chasuble de couleur vive ferme la course.

Le dépassement des concurrents est libre. Il faut prévenir le coureur qui va être doublé. Le coureur doublé doit « garder sa ligne ».

En cas de problème mécanique, il faut finir le tour à pied, dans le sens de la course, et ramener le vélo obligatoirement dans le box. L'aide extérieure est interdite.

DUATHLON

Course à pied 1 : 1 km environ (fléchage de couleur ...)

VTT : 4 km environ (fléchage de couleur ...)

Course à pied 2 : 1 km environ (fléchage de couleur ...)

TRIATHLON

Natation : 200 m environ (fléchage de couleur ...)

VTT : 4 km environ (fléchage de couleur ...)

Course à pied : 1.5 km environ (fléchage de couleur ...)

RUN & BIKE

RUN & BIKE	Boucle pédestre Départ	Tour 1	Tour 2	Tour 3	Tour 4	Tour 5	Tour 6	Tour 7	Boucle pédestre Arrivée
LYCEES	Athlète au choix, G ou F	Garçon	Filles	Garçon	Filles	Garçon	Filles	Garçon	Athlète FILLE obligatoire
COLLEGE S		S R&B	R&B	S R&B	R&B	S R&B	R&B	S R&B	

DUREE DE LA COURSE en RUN & BIKE

1^{ère} équipe de COLLEGE : 45' environ.

1^{ère} équipe de LYCEE : 52' environ.



TEMPS AU TOUR

1^{ère} équipe de COLLEGE, doublette garçons : 6' environ.

1^{ère} équipe de COLLEGE, doublette filles : 7' environ.

1^{ère} équipe de LYCEE, doublette garçons : 7' environ.

1^{ère} équipe de LYCEE, doublette filles : 8' environ.

12) REGLEMENT SPORT PARTAGE RUN & BIKE

CATEGORIES	COLLEGES		LYCEES	
	AUTONOMES (engins que l'élève en situation de handicap pilote seul) : VTT, Handbike...	TANDEM (DEPENDANTS)	AUTONOMES (engins que l'élève en situation de handicap pilote seul) : VTT, Handbike...	TANDEM (DEPENDANTS)
AGE	cadets autorisés sans limite de nombre		aucune restriction de catégories d'âge	
CONSTITUTION EQUIPES	4 élèves = 2 en situation de handicap + 2 guides	8 élèves = 4 en situation de handicap + 4 guides	4 élèves = 2 en situation de handicap + 2 guides	8 élèves = 4 en situation de handicap + 4 guides
	Le binôme de course doit être composé obligatoirement d'un élève en situation de handicap et d'un élève guide. Au moins une fille et au moins un garçon dans chaque équipe.			
PARCOURS	4 tours. Modification éventuelle en fonction de la difficulté du parcours.			
MATERIEL AUTORISE	Tout type de matériel (homologué) construit par une entreprise spécialisée ou non. Matériel permettant à l'élève d'être autonome dans ses déplacements. VTT et Tandem VTT. Pour les handbikes ou engins à propulsion podale, l'enseignant a la responsabilité de se renseigner (via une vidéo) sur la praticabilité du parcours.			
PODIUM	Si plusieurs AS d'un même établissement : une seule équipe autorisée sur le podium par catégorie.			
DEPART	Effectué par le guide OU par l'élève en situation de handicap.			
ARRIVEE	Effectuée par l'élève en situation de handicap ET le guide (sauf pour le handbike où c'est uniquement le guide).			
INTERVENTION	Si des problèmes de matériel et comportementaux se révèlent, autorisation d'un professeur de l'équipe identifié d'intervenir (box et parcours).			

13) RUN & BIKE : LES ZONES DE DEPOSE DES VELOS (PARKING VELOS)

Il existe 2 types d'échange :

- Transmissions libres du vélo de mains à mains sur tout le parcours ou
- Échanges en gagne-terrain grâce aux 4 ou 5 « zones parking », de type « triparc »

La dépose des VTT en dehors de ces zones est interdite.

Le vélo doit être suspendu par la SELLE, en marche avant ou en marche arrière.

14) DANS LE BOX

LES TRANSITIONS

L'entraide au sein de l'équipe est autorisée, mais uniquement à l'intérieur du box.

TRANSMISSION DU CHOUCYOU (RELAIS)

Il doit être retiré du poignet à l'intérieur du box. Aucune « anticipation » n'est tolérée.

Il doit être enfilé au poignet à l'intérieur du box. Aucun « retard » n'est toléré.

L'entraide au sein de l'équipe est autorisée, mais uniquement à l'intérieur du box.

MATERIEL

L'entraide au sein de l'équipe est autorisée, mais uniquement à l'intérieur du box.

LE DEPART DU RELAYEUR

Le relayeur attend dans le box de l'équipe.

Chaque relayeur récupère un chouchou et l'enfile au poignet, dans le box.



En triathlon, **chaque relayeur doit emprunter le couloir qui les conduit au lac.**

En fonction du lieu, le plongeur peut être autorisé.

En **run & bike**, les 2 équipiers peuvent sortir séparément de leur box et peuvent circuler séparément dans l'aire de transition.

15) LA ZONE D'ECHAUFFEMENT/ RECUPERATION

Pour récupérer ou s'échauffer, il existe 2 possibilités :

- attendre dans son box ou
- partir en zone d'échauffement/ récupération (natation ou course à pied)

Le vélo reste obligatoirement dans le box.

Attention à ne pas gêner les concurrents en course en traversant le couloir.

L'organisateur doit prévoir à l'intérieur de cette espace une « ZONE DE CONFORT » : tente pour protéger de la pluie ou du soleil.

16) L'ARRIVEE

TRIATHLON & DUATHLON

A l'issue de sa dernière épreuve (course à pied), le dernier relayeur (garçon ou fille) emprunte **directement** le couloir d'arrivée et franchit SEUL la ligne d'arrivée située sous l'arche UNSS, **sans repasser par son box**. L'arrivée à 4 n'est plus autorisée.

RUN & BIKE

A l'issue du dernier tour R&B garçons (7^{ème} tour), une seule des 2 filles récupère les 2 chouchous.

Une fois les 2 chouchous enfilés au(x) poignet(s), cette FILLE S'ELANCE SEULE dans le couloir d'arrivée et franchit la ligne d'arrivée située sous l'arche UNSS. C'est elle qui détermine la place et le chrono final. L'arrivée à 4 n'est plus autorisée.

Le port du casque est interdit pour la boucle d'arrivée.

Le classement de l'équipe s'effectue au franchissement de la ligne d'arrivée de ce dernier relayeur.

En cas d'EX-AEQUO

TRIATHLON & DUATHLON / RUN & BIKE

L'équipe déclarée vainqueur est celle qui a l'athlète le plus jeune.

17) L'EVACUATION DE L'AIRE DE TRANSITION

Les équipes sont autorisées à évacuer les boxes une fois la dernière équipe arrivée.

Le box doit être totalement vidé et nettoyé.

Les 4 équipiers doivent repasser par la chambre d'appel pour restituer le matériel fourni par l'organisation.

18) PODIUMS

Le chèque de caution est remis à chaque délégation lors du protocole.

19) MODALITES D'ARBITRAGE : PROCEDURES D'INTERVENTION DES JEUNES OFFICIELS et des ARBITRES ADULTES

En cas d'infraction au règlement, les deux principes devant guider l'arbitrage sont :

- privilégier la remise en conformité (réparation de l'erreur),
- tenir compte de l'intention du concurrent (délibérée ou non).

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

- averti verbalement,
- sanctionné,
- disqualifié.

Ces trois procédures d'intervention sont applicables aux concurrents avant, pendant et après l'épreuve, dès le retrait du dossard jusqu'à la fin du protocole.



Un concurrent peut être disqualifié sans avoir été concerné préalablement par les procédures d'avertissement ou de sanction.

Seuls les Jeunes Officiels et les adultes chargés de l'arbitrage (arbitre principal, arbitres assesseurs), dûment affectés à l'épreuve et revêtus de la chasuble officielle, peuvent appliquer ces procédures.

Les sanctions peuvent être signifiées en un quelconque point du parcours et leur application différée.

A) L'AVERTISSEMENT VERBAL

Lorsque la faute est sur le point d'être commise, l'arbitre avertit l'athlète verbalement.

PROCEDURE

1. Donner un coup de sifflet bref pour capter l'attention,
2. Désigner du doigt le concurrent en annonçant son numéro,
3. Expliquer son intervention au concurrent.

EXEMPLE

Dans l'aire de transition, un concurrent au repos s'impatiente et attend en dehors de son box ses coéquipiers en course. Il est susceptible d'anticiper la transmission du chouchou.

B) LE CARTON JAUNE « STOP & GO »

Demande de remise en conformité sans décompte de temps.

Lorsque la faute est commise, et qu'il peut y avoir REPARATION, l'arbitre sanctionne l'athlète par un carton jaune - « stop & go ».

Le compétiteur doit se remettre en conformité avec la règle.

PROCEDURE

1. Donner un coup de sifflet bref pour capter l'attention,
2. Désigner du doigt le concurrent en annonçant son numéro,
3. Lui présenter le « carton jaune » pendant 5 secondes en annonçant « STOP »,
4. Expliquer son intervention au concurrent,
L'athlète se remet en conformité
5. Annoncer « GO » et laisser repartir l'athlète.

EXEMPLE

A la sortie du box, une des coéquipières a oublié d'attacher la jugulaire de son casque.

C) LE CARTON ORANGE « STOP & GO »

Lorsque l'athlète transgresse une règle de manière évidente et/ou refuse de se conformer aux injonctions de l'arbitre, son équipe est passible d'une PENALITE de TEMPS de 3' ou d'une DISQUALIFICATION.

Lorsque l'athlète insulte l'arbitre, son équipe est passible d'une DISQUALIFICATION.

PROCEDURE

1. Donner un coup de sifflet bref pour capter l'attention,
2. Désigner du doigt le concurrent en annonçant son numéro,
3. Lui présenter le « carton ORANGE » pendant 5 secondes en annonçant « STOP »,
4. Expliquer son intervention au concurrent,
5. Annoncer « GO » et laisser repartir l'athlète.
6. Avertir l'Arbitre Principal dès que possible.

EXEMPLE

Un compétiteur refuse de s'arrêter parce qu'il n'est pas d'accord avec l'arbitre qui l'a sanctionné.



20) QUESTIONS DIVERSES

RAVITAILLEMENT

Un ravitaillement peut être prévu par l'organisation en course.
Un kit énergétique est distribué à chaque équipe lors de l'accueil, ou directement dans l'aire de transition.
Une collation d'après course peut être prévue par l'organisation.

REGLEMENTATION CONCERNANT LE VTT

Les VTT sont les seuls vélos autorisés.

Le diamètre de pneu maximal autorisé est de **29 pouces**.

Tous les types de pneus sont autorisés.

Les VTC (vélo tout chemin), vélos de route, vélos bicross, vélos de cyclo-cross sont interdits.

Les embouts de guidon (cornes, « bar-end »), ajouts, prolongateurs sont interdits.

Les tubes du cintre (extrémités du guidon) doivent être protégés.

Le port du casque à coque dure est obligatoire.

Les pédales automatiques sont autorisées.

Aucune forme d'accompagnement et d'aide extérieure n'est autorisée (VTT, à pied ou autre).

NETTOYAGE VTT

L'organisateur peut prévoir un lieu de nettoyage.

ASSISTANCE TECHNIQUE, MATERIEL DE REPARATION

L'assistance technique consiste en la réparation ou le remplacement de toute pièce du vélo à l'exception du cadre et des roues.

Un stand d'assistance technique peut être prévu par l'organisation (la veille de l'épreuve ou le jour de la compétition avant la course).

Chaque équipe peut prévoir son matériel de remplacement et ses outils pour les réparations.

Ils devront être déposés dans le box avant le départ.

L'assistance technique est autorisée uniquement dans le box, seulement par un des membres de l'équipe.

REGLEMENTATION CONCERNANT LA COURSE A PIED

Le port du casque est interdit.

L'utilisation des chaussures à pointes est possible.

L'utilisation d'écouteurs ou de moyen radio est interdite.

Aucune forme d'accompagnement et d'aide extérieure n'est autorisée. (VTT, à pied ou autre).

REGLEMENTATION CONCERNANT LA NATATION

Le port de la combinaison isothermique n'est autorisé que pour la partie natation et uniquement en fonction des conditions de température de l'eau (cf. tableau ci-dessous)

Lorsque le port de la combinaison isothermique est rendu obligatoire, cette dernière devra couvrir à minima le buste et les cuisses.

	température
Annulation de la partie natation	température < 14°C
Combinaison obligatoire	14°C ≤ température < 20°C
Combinaison autorisée	20°C ≤ température < 24°C
Combinaison interdite	température ≥ 24°C