

# CONDITIONS GENERALES

Déroulement de l'épreuve suivant le cahier des charges F.F.TRI.

Les concurrents doivent se soumettre aux décisions des arbitres.

Le port de la combinaison de natation est soumise au cahier des charges F.F.TRI (obligatoire si la T° de l'eau < 16°C).

Le port du casque à coque rigide et homologué est obligatoire.

Les concurrents doivent respecter le code de la route.

Seuls les concurrents sont autorisés à rentrer dans le parc vélo.

Les organisateurs ne peuvent être tenus responsables des vols, pertes et accidents consécutifs à un mauvais état de santé ou du non respect du code de la route.

Les épreuves sont couvertes par leur agrément F.F.TRI.

## PRINCIPALES REGLES DE COURSES

### Avant l'épreuve :

Les concurrents doivent se présenter à l'entrée du parc vélo, combinaison de natation éventuelle, casque sur la tête, jugulaire serrée avec les 2 dossards épinglés et non pliés. Lorsque les vélos sont entrés dans le parc, il n'y a plus moyen de les ressortir.

### Pendant l'épreuve :

- Il est interdit de circuler sur le vélo dans le parc pendant les transitions.
- Le casque devra être mis sur la tête, jugulaire serrée dès que l'on a le vélo en main.
- Les vélos sont posés à l'emplacement numéroté selon le dossard.
- Les ravitaillements liquides et solides en sortie de parc à vélo sont autorisés uniquement dans cette zone.
- Aucune aide extérieure n'est autorisée pendant la course.
- Les plaques de cadres vélo doivent être fixées à l'avant du cadre et visibles des 2 côtés.
- L'organisation fournit les bonnets de bain numérotés pour les triathlons.

Pour le triathlon et le duathlon Sprint les vélos peuvent être équipés d'ajout de cintre mais ne doivent pas être proéminent par rapport aux manettes de frein conformément à la réglementation FFTRI des épreuves sans drafting. D'autre part, pour cette épreuve en vélo, le drafting (abri, aide et relais entre concurrents) est interdit. En conséquence, les distances à respecter entre les cyclistes sont de 3m latérale et 7m en longueur, soit un rectangle de 3mx7m dans lequel il ne doit y avoir qu'un vélo, cette règle est appliquée à tout moment, il y va de la bonne volonté de chacun, le concurrent qui double passe au large, le concurrent doublé doit s'écarter.

Le triathlon et le duathlon sont des sports, la courtoisie est de rigueur, le respect des règles et des arbitres est nécessaire, ces derniers étant chargés de l'application du règlement sportif de l'épreuve, il y va de l'intérêt de tous.

# EN SIMULTANE

# 23<sup>ème</sup> TRIATHLON

# &

# 7<sup>ème</sup> DUATHLON

# DE

# L'AUDOMAROIS

Championnat  
Départemental  
Duathlon

Triathlon Sprint  
Duathlon  
Sprint et Avenir

## Dimanche 12 septembre 2010

Arques – Base fluviale  
Près de Saint-Omer – Pas de Calais



Région  
Nord-Pas de Calais



Conseil Général  
PAS-DE-CALAIS

RENSEIGNEMENTS

M ou Mme CHAMBELLAND - 03 21 12 19 19 - jmchambelland@wanadoo.fr  
tri5962.fr rubrique calendrier

# TIMING GENERAL

## Dimanche 12 septembre à la Base fluviale d'Arques

12h00 – 15h00 : Accueil et remise des dossards de toutes les épreuves.

13h15 – 17h30 : Ouverture et surveillance du parc à vélo. Accès échelonné suivant les épreuves (accès interdit de 14h à 14h45 et de 15h30 à 16h30).

Briefing 10 minutes avant chaque course

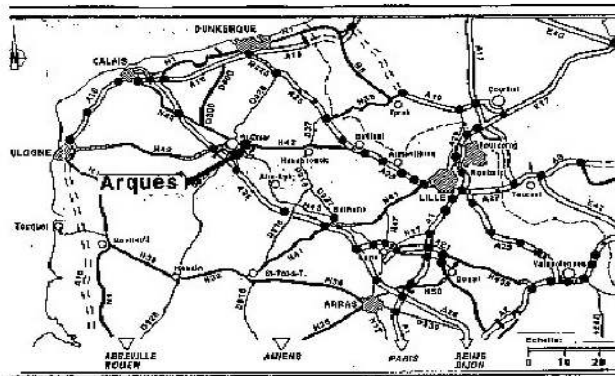
### DEPARTS DES EPREUVES

14 h 00 : Duathlon Avenir pour les Mini-poussins à Minimes (de 6 à 15 ans)

15 h 30 : Triathlon et Duathlon Sprint en simultané pour les Cadets à Vétérans.

18 h 00 : Remise des prix au car podium ou salle des sports du Cossec selon le temps.  
Douches possibles dans cette salle.

### SITUATION GEOGRAPHIQUE



### CLASSEMENT ET RECOMPENSES

Duathlon Avenir : Classement général, tee-shirt, diplôme pour tous les concurrents et lots par tirage au sort.

Triathlon Sprint : Classement général et par catégories, tee-shirt, lots aux 3 premiers de chaque catégorie et à la 1ère féminine de chaque catégorie.

Duathlon Sprint : Classement général et par catégories, tee-shirt, lots aux 3 premiers de chaque catégorie et à la 1ère féminine de chaque catégorie.

Championnat Départemental Duathlon: coupe aux champions seniors et vétérans

Classement par équipe : Un classement par équipe récompense les 3 premières équipes de club. Il sera établi en additionnant les places des 2 meilleurs triathlètes et des 2 meilleurs duathlètes d'un même club sur les épreuves Sprint.

# PARCOURS ET DISTANCES

## Parcours :

- Le Duathlon Avenir se déroule dans la Forêt des Enfants d'Arques.
- La natation du Triathlon se déroule dans la base fluviale d'Arques en boucle aller-retour.
- Les circuits vélo des épreuves Triathlon et Duathlon sprint se déroulent en une boucle plate en campagne avec une côte.
- Les circuits pédestres se déroulent sur des chemins plats de part et d'autre du canal.

## Distances :

### TRIATHLON Sprint :

Natation 600 m (1 boucle)

Vélo 23 Km (1 tour)

Course à pied 5 Km (2 tours)

### DUATHLON Sprint :

Course à pied 2,5 Km (1 tour)

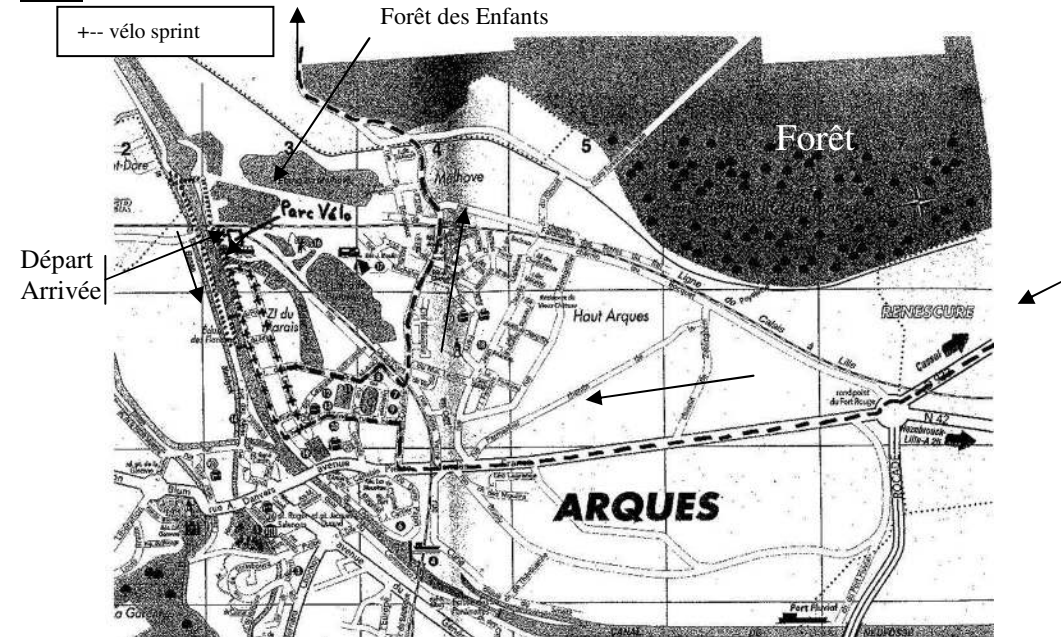
Vélo 23 Km (1 tour)

Course à pied 5 Km (2 tours)

### DUATHLON Avenir :

**de mini poussin à pupille (de 6 à 11 ans) :** C à p 300 m – vélo 2 km – C à p 300 m  
**benjamin et minime (de 12 à 15 ans) :** C à p 800 m – vélo 4 km – C à p 800 m

## Plan :



# BULLETIN D'INSCRIPTION DE TOUTES LES EPREUVES

Nom.....  
 Prénom.....  
 Date de naissance.....  
 Adresse.....  
 Ville.....  
 Pays..... CP .....

N°  
 réservé aux organisateurs

Cochez votre course et votre catégorie d'âge

- Mini-poussin (avenir) 03 / 04
- Poussin (avenir) 01 / 02
- Pupille (avenir) 99 / 00
- Benjamin (avenir) 97 / 98
- Minime (avenir) 95 / 96
- Cadet 93 / 94
- Junior 91 / 92
- Senior 71 / 90
- Vétéran 70 et avant

Nationalité..... sexe ...

Tél \_\_\_\_\_

Club.....

N° de licence (joindre photocopie)

FFTRI: .....

**Nota:** Les licenciés cyclisme, athlétisme etc... sont considérés comme non licenciés. Les licenciés FFTRI présenteront leur licence le jour de l'épreuve et les non licenciés une pièce d'identité et un certificat médical.

! licence accueil = non licencié !

- Duathlon Avenir**  
(mini-poussins-poussin-pupille-benjamin-minime)
- Triathlon sprint**  
(cadets à vétérans)
- Duathlon sprint**  
(cadets à vétérans)

Je soussigné..... Certifie avoir pris connaissance du règlement des épreuves de triathlon et duathlon de l'Audomarois et m'y soumettre, être en possession d'un certificat médical de non contre indication à la pratique sportive en compétition en cours de validité. Cette pièce ou la copie de licence FFTRI est à envoyer avec le bulletin d'inscription.

Fait le ..... à ..... Signature :

**Nota :** Autorisation parentale pour les mineurs

Je soussigné..... autorise mon fils ou ma fille.....

..... à participer aux épreuves de triathlon et de duathlon de l'Audomarois du 12 septembre 2010.

Fait le ..... à ..... Signature :

Duathlon Avenir licenciés FFTRI : 3 € - non licenciés FFTRI : 4 €  
 Triathlon Sprint licenciés FFTRI : 13 € - non licenciés FFTRI : 18 €  
 Duathlon Sprint licenciés FFTRI : 13 € - non licenciés FFTRI : 18 €  
 Inscription sur place : supplément + 2 €

Règlement par chèque bancaire à l'ordre du « C.O.Triathlon » à retourner avec le bulletin et les copies avant le mercredi 8 septembre 2010 au **Comité d'Organisation du Triathlon de l'Audomarois, Mme Chambelland, 3 rue des Cuvelots, 62380 Bayenghem-les-Seninghem - 03 21 12 19 19 -**

Les inscriptions seront enregistrées dans l'ordre d'arrivée des dossiers complets Limité à 100 concurrents sur le duathlon avenir, 200 sur le triathlon sprint et 200 sur le duathlon sprint.

Numéro L L L Epr.  M/F  M/C/J/S/V  CM/PL  CH  DC

## 23<sup>ème</sup> Triathlon et 7<sup>ème</sup> Duathlon de l'Audomarois en simultané Dimanche 12 septembre 2010 Base fluviale d'Arques

Le Comité d'Organisation est composé :

Pour la partie sportive de l'Athlétic Club Audomarois, l'E.S.Arques Athlétisme, les Piranhas d'Arques, le Canoë-Kayak Club de St-Omer et des triathlètes de différents clubs.

Pour la sécurité : des motards, la Croix-Rouge de St-Omer et un médecin.

Avec le concours de la Base Fluviale d'Arques et de nombreux bénévoles. L'épreuve est parrainée par le Côte d'Opale Triathlon Calais Endurance.

Le Triathlon de l'Audomarois est l'évènement sportif de la Ducasse d'Arques dans le cadre champêtre de la Base Fluviale d'Arques. C'est pour vous, votre famille et vos amis, l'occasion de passer une bonne journée de détente.

Possibilité d'hébergement en camping la veille (03 21 88 53 66) ou Formule 1 (03 21 39 39 15) ou Mister Bed (03 21 93 62 61).

Office de Tourisme St-Omer: 03 21 98 08 51 - Maison du Tourisme Arques: 03 21 88 59 00

Merci à nos **Partenaires :**



Wizernes