

REGLEMENT DU TRIATHLON DES MARAIS 2019

Le comité organisateur du TRIATHLON des MARAIS composé des membres de la ville de Carentan les Marais en partenariat avec les clubs de Kayak et d'Athlétisme est heureux de vous accueillir le **Dimanche 20 Octobre 2019** pour la **24^{ème} édition du TRIATHLON des MARAIS**.

Le « **Triathlon des Marais** » est une épreuve sportive composée de 3 disciplines d'endurances enchainées :

- **Kayak,**
- **VTT**
- **Course à pied,**

Le « **Triathlon des Marais** » se dispute **soit en individuel** ou **soit en relais**, équipe composée de 3 personnes se relayant chacune dans sa discipline.

Cet évènement se déroulera sur et autour du bassin du **Haut Dick de CARENTAN les MARAIS (50500 Manche)**

Le déroulement des 3 courses

A 10H00, « DECOUVERTE »

- Course en individuel, la distance totale à parcourir est de **19,15 km**, soit 4,5 km pour le kayak, 7,55 km pour le VTT et 7,1 km pour la course à pied.
- Course relais réservée **aux équipes minimales et cadets**, la distance totale à parcourir est de **15,6 km**, soit 4,5 km pour le kayak, 7,55 km pour le VTT et 7,1 km pour la course à pied.

A 11H15, « RELAIS »

- Course relais, la distance totale à parcourir est de **31,8 km**, soit 6 km pour le kayak, 15,1 km pour le VTT et 10,7 km pour la course à pied.

A 13h30, « ULTRA »

- Course en individuel, la distance totale à parcourir est de **31,8 km**, soit 6 km pour le kayak, 15,1 km pour le VTT et 10,7 km pour la course à pied.

REGLEMENT GENERAL

Art.1 - La chronologie des trois épreuves

1. Epreuve de Kayak
2. Epreuve de VTT
3. Epreuve de Course à pied

Le changement d'épreuve se fait impérativement dans la zone réservée aux relais.

Un brassard est remis à chaque équipe par l'organisation du Triathlon des Marais lors du retrait des dossards. Pendant la course, à chaque changement d'épreuve, votre brassard doit être transmis au coureur suivant. A l'arrivée, le coureur à pied remet impérativement son brassard au contrôleur de course, le non respect de ce règlement entraîne la disqualification de l'équipe.

Art.2 - Règlement pour l'épreuve de KAYAK

- Savoir nager et être muni d'un gilet de sauvetage sur lequel doit être épinglé le **dossard sur le devant**.
- Embarcation exigée : Kayak de mer
- Le comité organisateur **propose la location de kayaks** aux compétiteurs n'en possédant pas. **Le tarif de location** pour une course est **de 15 €** et comprend : un kayak, un gilet de sauvetage et une pagaie. La demande de réservation d'un kayak se fait au moment de l'inscription en cochant la case « **Je loue un kayak** ».
- Le jour de l'épreuve, les kayaks sont mis à votre disposition dans un parc réservé à cet effet. Une étiquette numérotée fournie avec votre dossard permet de réserver votre kayak.

Attention : La Fédération Française de canoë-kayak a homologué les bateaux de type VITAL en catégorie MER, cependant ils seront acceptés pour le Triathlon des Marais **mais sans gouvernail !**

Art.3 - Règlement pour l'épreuve de VTT

- Cette épreuve s'effectue à VTT (**les organisateurs ne fournissent pas les VTT**)
- Le port du casque est obligatoire pendant toute l'épreuve de VTT
- **Le dossard** doit être **épinglé dans le dos** du concurrent, une plaque portant un numéro identique au dossard doit être également attachée sur le guidon du VTT
- Le code de la route doit être respecté pendant les épreuves
- Avant le départ de chaque course, les concurrents en individuel doivent déposer leurs VTT aux emplacements numérotés correspondants sous la tente réservée à cet effet

Art.4 - Règlement pour l'épreuve de COURSE à PIED

- **Le dossard** doit être impérativement **épinglé sur le devant** du maillot.
- Pour la course relais « Découverte », étant donné que la **fédération française limite la distance en course à pied à 5.000 mètres** maximum pour la catégorie « Minime », par conséquent, toutes les équipes, minimes et cadets n'effectueront qu'un seul tour de circuit, soit une distance de 3.550 mètres.

Art.5 - Règlement général

- Pour toutes les disciplines, aucune assistance extérieure autre que celle fournie par le Comité organisateur n'est autorisée.
- Chaque concurrent participant à une course en individuel ou en équipe doit remplir et signer l'attestation jointe au bulletin d'inscription.
- Il est interdit de concourir dans les deux courses (individuel et par équipe). Le non respect de ces règlements entraîne la disqualification, des contrôles sont effectués sur le parcours.

Art. 6 - Certificat médical

Pour les courses en individuel, chaque concurrent doit fournir impérativement un certificat médical de non-contre indication à la pratique sportive en compétition de moins d'un an pour les 3 disciplines, Kayak, VTT et course à pied. Pour les courses en relais, chaque concurrent doit fournir impérativement un certificat médical de non-contre indication à la pratique sportive en compétition dans la discipline à laquelle il court, ou s'il est licencié dans un club fournir une photocopie de sa licence.

Lien pour en savoir plus sur le certificat médical :

<http://www.sports.gouv.fr/pratiques-sportives/pratique-securite/securite-sur-la-voie-publique/article/Le-certificat-medical>

Art.7 – Les tarifs des inscriptions

Parcours Découverte :

- **10 €** : Course en individuel, (*Cadet*)
- **12 €** : Course en individuel, (*Junior, Senior et Masters*)
- **15 €** : Course relais, (*Minime et Cadet*)

Parcours Relais :

- **24 €** : Course relais, (*Junior, Senior et Masters*)

Parcours Ultra :

- **15 €** : Course en individuel, (*Junior, Senior et Masters*)

Location Kayak

- **15 €** : Location avec gilet de sauvetage et une pagaie

Frais d'inscription

- **Gratuit** pour les inscriptions par Internet
- **3 €** : Pour chaque dossier d'inscription papier

Inscription par Internet :

Adresse Internet pour vous inscrire : triathlondesmarais.com

Par Internet, les inscriptions sont ouvertes jusqu'au **samedi 20 octobre 20H00**.

Inscription papier : **Attention frais supplémentaires de 3 € par dossier**, téléchargez votre bulletin d'inscription à partir du site Internet, complétez le et l'envoyer par voie postale accompagné du ou des certificats médicaux et de votre règlement « chèque établi à l'ordre du *Association Sport et jeunesse Carentanais – Triathlon des Marais* ».

Le dossier complet doit être envoyé ou déposé à la **Mairie de CARENTAN, Service des sports, Boulevard de Verdun 50500 CARENTAN LES MARAIS**

La réception des inscriptions sera clôturée le **vendredi 11 octobre 2019**, attention toute inscription non accompagnée du règlement sera rejetée !

Art. 8 - Droit à l'image

Les participants autorisent expressément le comité organisateur à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles ils pourraient apparaître, prises à l'occasion de leur participation à l'épreuve, sur tous les supports promotionnels de l'épreuve y compris les supports publicitaires et les livres, dans le monde entier et pour la durée la plus longue prévue par la loi, les règlements et les traités en vigueur, y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée.

Les personnes ayant autorité légale sur les mineurs ainsi que les participants majeurs assurent les organisateurs de l'événement que ceux-ci s'engagent à respecter le règlement de l'épreuve.

INFORMATIONS

Quand et où retirer vos Dossards ?

- Soit le **Samedi 19 octobre** entre **16H00 et 18H00**, salle de sport du Haut Dick, Carentan les Marais
- Soit le **Dimanche 20 octobre à partir de 8h30** sur le site de la compétition du Triathlon des Marais

Lors du retrait des dossards, il est remis à **chaque équipe** ou à chaque **coureur individuel** une enveloppe contenant 3 dossards, un pour chaque discipline, kayak, VTT et course à pied, une plaque numérotée avec 2 liens pour le VTT, un sticker de réservation pour le kayak, un programme et un témoin relais uniquement pour les équipes.

Nous vous recommandons de vous présenter au stand « **retrait des dossards** » au **minimum ½ heure** avant le départ de la course afin de vous laisser du temps de déposer votre VTT avec sa plaque numérotée dans le parc VTT puis d'embarquer sur votre kayak.

Pour les coureurs individuels, nous vous recommandons d'épingler avant le départ de la course vos dossards sur chacun de vos vêtements de rechange.

Assurances

Conformément à la législation le comité organisateur du Triathlon des Marais a souscrit une responsabilité civile organisatrice de manifestation sportive.

Les obligations des compétiteurs pour participer à l'une des 3 courses du Triathlon des Marais sont les suivantes :
Chaque compétiteur doit être apte physiquement et le démontrer par la production soit

- d'un certificat médical.
- d'une licence sportive (*voir règlement article 6*)

Le comité organisateur du Triathlon des Marais décline toute responsabilité en cas de perte, de détérioration ou de vol des effets personnels et des matériels des compétiteurs (kayak, pagaies, gilet de sauvetage, VTT, ...)
Par conséquent, soyez prudent quant à vos effets personnels, ne laissez pas d'objets de valeurs à l'intérieur.

Informations Kayak

Vous souhaitez vous perfectionner en kayak pour le Triathlon des Marais, vous avez la possibilité de vous entraîner en vous présentant au Club Nautique de Carentan. Le Club est situé sur le port de plaisance de Carentan, à proximité de la piscine, l'AQUADICK.

Pour toute information concernant l'entraînement du Kayak, vous pouvez contacter :

Le Club de Canoë Kayak - Site Internet : www.carentan Canoekayak.com