

TRIATHLON CLUB DES MARSOUINS

12^{ème} Combiné de Saint-Benoît/Plaine des Palmistes

Le 12^{ème} combiné de Saint-Benoît/Plaine des Palmistes aura lieu le **dimanche 17 novembre 2013**.

Une fois de plus, la Mairie de la Plaine des Palmistes et le Triathlon Club des Marsouins (TCM) se sont réunis afin de garder sur le calendrier annuel cette traditionnelle course dont les triathlètes confirmés et amateurs apprécient particulièrement avec son parcours simple et original.

REGLEMENT DE L'ÉPREUVE

Le combiné Saint-Benoît/Plaine des Palmistes est une épreuve inscrite au calendrier officiel bénéficiant donc de la couverture fédérale. De ce fait, le règlement de FFtri sera de rigueur et chaque participant sera tenu au respect de l'organisation et du code de la route.

Article 1 : LES ÉPREUVES

Ce combiné comporte 2 épreuves :

<i>Triathlon Sprint</i>	<i>Duathlon Sprint</i>
<ul style="list-style-type: none">750 m de natation (plan d'eau RDR)🚲 20 km de vélo (vers PDP)5 km de course à pied (village PDP)	<ul style="list-style-type: none">2,5 km de course à pied (front de mer)🚲 20 km de vélo (vers PDP)5 km de course à pied (village PDP)

L'épreuve de **Triathlon et Duathlon Sprint** est ouverte aux licenciés et non-licenciés. Ces derniers devront se munir d'un certificat médical daté de moins de 1 an et d'une pièce d'identité.

Article 2 : LES DÉPARTS

Le départ de Triathlon et de Duathlon Sprint sera donné le **dimanche 17 novembre 2013** sur les berges de la rivière des roches de Saint-Benoît.

**Triathlon Sprint
Duathlon Sprint** **8 h 00**

Article 3 : LES INSCRIPTIONS

Les inscriptions se feront à partir du **Lundi 04 novembre 2013** jusqu'au **vendredi 15 novembre 2013** impératif.

- Par téléphone : 0592 84 07 71.
- Mail : www.sportpro.re (inscriptions) ou [informations: contact@sportpro.re]

Le fait de s'inscrire et de participer incombe l'acceptation du règlement. L'organisateur décline toute responsabilité en cas de manquement ou de non-respect du règlement.

Le retrait des dossards, l'émargement et le règlement de votre participation se feront à partir de 6h30 le matin de la manifestation.

Article 4 : LES CONDITIONS D'INSCRIPTIONS

Les concurrents devront être à jour :

- Pour les licenciés : licence F.F.Tri 2013/2014
- Pour les licenciés mineur : licence F.F.Tri 2013/2014 + une autorisation parentale
- Pour les non licenciés : Certificat médical de non contre indication à la pratique du sport daté de moins d'un an + une pièce d'identité
- Pour les non licenciés mineur : Certificat médical de non contre indication à la pratique du sport daté de moins d'un an + une pièce d'identité + une autorisation parentale

Article 5 : LES SANCTIONS

Les sanctions interviendront après toutes effractions à la Réglementation Générale Fédérale « Réglementation sportive 2013 de la Fftri ».

Le port du casque est obligatoire dans la partie vélo, les personnes n'en possédant pas ne prendront pas le départ.

Le drafting est strictement interdit et l'application du code de la route est obligatoire. Les arbitres de course seront chargés de faire appliquer le règlement de l'organisation.

Article 6 : LES TARFS

<i>EPREUVES</i>	<i>LICENCIÉS</i>	<i>NON LICENCIÉS</i>
Triathlon/Duathlon	15 Euros	20 euros

Article 7 : DEROULEMENT DE LA MANIFESTATION

Le déroulement de la manifestation se fera sur des routes ouvertes à la circulation. Par conséquent, les athlètes sont tenus de respecter le code de la route.

Course à pied : il est formellement interdit de courir torse nu, le dossard doit être sur le ventre.

Cyclisme : le dossard doit être apposé au dos. Aucun changement de vélo et aucune aide extérieure ne seront tolérés.

Article 8 : EQUIPEMENT

Equipement et obligations des athlètes :

- le port du casque est obligatoire, jugulaire serrée
- le port du maillot de bain est obligatoire
- en vélo, le dossard sera dans le dos et en course à pied, sur le ventre

Les principales règles seront rappelées lors du Briefing précédent la course par l'arbitre principal.

Article 9 : RAVITAILLEMENT

Les postes de ravitaillement seront placés sur les différents parcours. Seul le ravitaillement de l'organisation est autorisé.

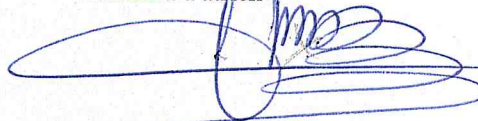
Article 10 : MEDICAL

Un poste médical (médecin, ambulance) est prévu sur la manifestation. Le médecin de service se réserve le droit de retirer un athlète de l'épreuve si celui-ci présente des défaillances. Il est seul juge en la matière et sa décision sera sans appel.

Article 11 : RESPONSABILITE

Le T.C.M. dégage toutes responsabilités en cas d'accident provoqué par le non-respect au règlement, du code de la route et des consignes des organisateurs et en cas de perte ou de vol de matériels.

Président du TCM
BARET Patrick



Rappel : Deux paires de running sont nécessaires pour les duathlètes car l'arrivée ne se fera pas au point de départ. Ils seront amenés au deuxième parc à vélo par l'organisation.

PROGRAMME

6 h 30	→	Accueil des Triathlètes et Duathlètes sur les berges de la rivière des roches Saint-Benoît
	→	Emargement
	→	Marquage
7 h 50	→	Briefing pour Triathlètes et Duathlètes
8 h 00	→	Départ pour Triathlètes et Duathlètes sur les berges de la rivière des roches Saint-Benoît
10 h 00	→	Arrivée des Triathlètes et Duathlètes à la Plaine des Palmistes
12 h 00	→	Remises des récompenses des Triathlètes et Duathlètes

Le **parcours aquatique** sera réalisé et mis en place le jour de la compétition sur le plan d'eau de la rivière des roches.

En ce qui concerne le **parcours pédestre**, il se fera sur le front de mer de la rivière des roches et dans le village de la Plaine des Palmistes.

ITINERAIRE DES PARCOURS

TRIATHLON/DUATHLON

NATATION 750 m

750 m de natation sur le plan d'eau de la **rivière des roches** (*Voir plan*).

COURSE A PIED 2,5 km

Les 2,5 km de course à pied seront tracés sur le front de mer de la **rivière des roches** hors circulation.

VELO 20 km

En quittant la rivière des roches en vélo, prendre à **Gauche** direction **Saint-Benoît RN2** rond point marine, puis tournée à **Droite** vers le **petit rond point** du **Collège Hubert Delisle**, continuer tout droit jusqu'à l'intersection au niveau du **Jumbo Score**, direction ensuite rond point des plaines, direction **RN3 Plaine des Palmistes**, jusqu'à la Mairie de la Plaine des Palmistes (*Voir plan*).

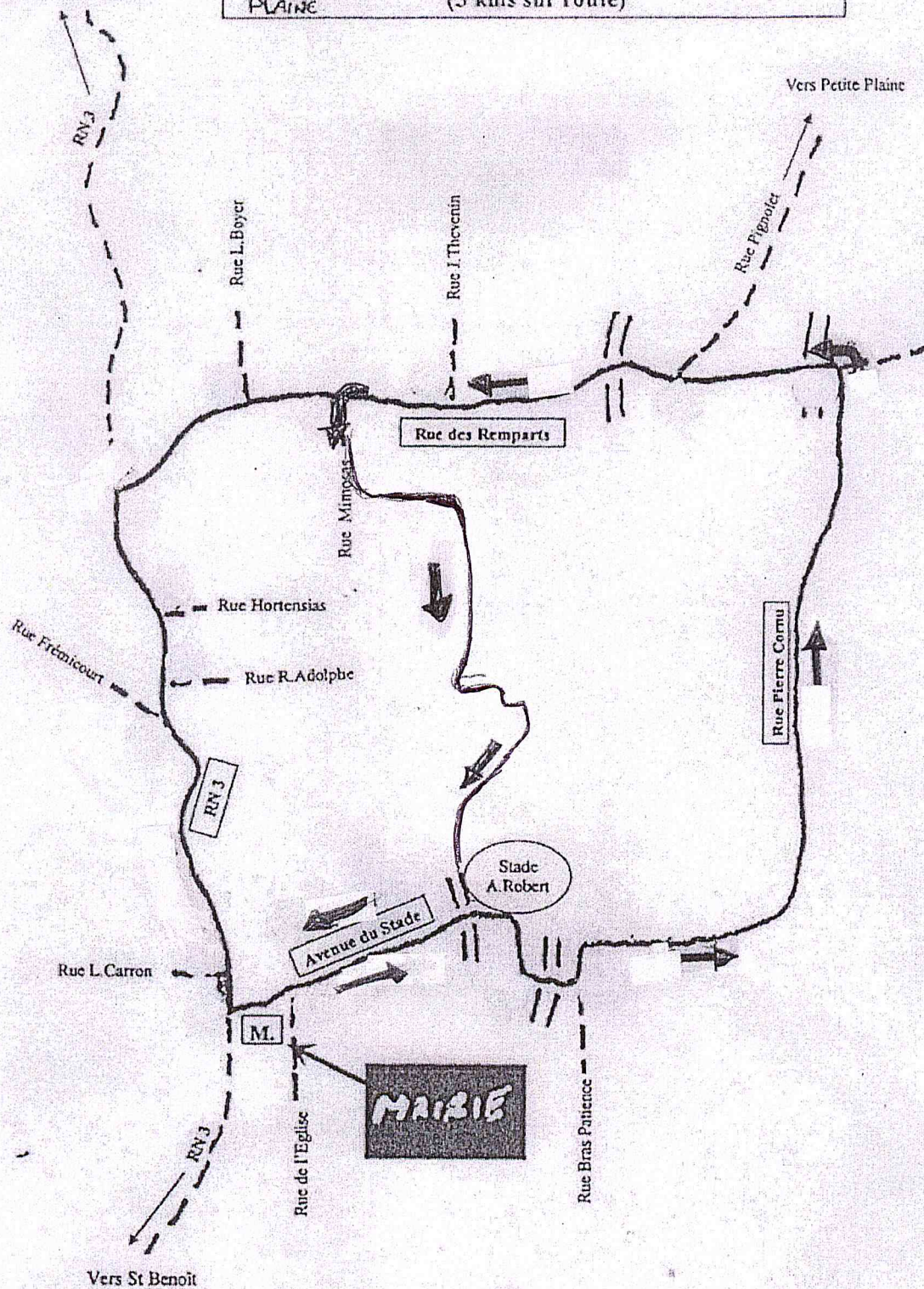
COURSE A PIED 5 km

Une boucle de 5 km à effectuer dans le village de la Plaine des Palmistes (*Voir plan*).

PARCOURS PEDESTRE DU TRIATHLON / TRIATHLON
PLAINE (5 kms sur route)

Vers Plaine des Cafres

Vers Petite Plaine



PARCOURS CYCLISTE 20 Kms

