

# TRIATHLON DE VALENCE 2025

## REGLEMENT

### Présentation :

Le triathlon de Valence 2025 est la 31eme édition organisée par l'association Valence Triathlon les 28 & 29 juin 2025 sur le site du parc de la Roche de Glun, Quai Saint Georges sur la commune de La Roche de Glun (26271)

Le déroulement des épreuves s'effectuera suivant la réglementation sportive 2025 de la F.F.TRI

Il est ouvert aux **licenciés FFTRI** et participants avec **Pass compétition FFTRI**

**C'est une organisation avec Label Triathlon Durable 2\*\*, Label Triathlon Accessible (distance S) et Label Triathlon Mixité**

Chaque concurrent reconnaît en avoir pris connaissance lors de l'inscription.

### Epreuves, distances et catégories d'âges :

- **Duathlon jeunes 6 – 9 ans**
  - Course à pied 250 m – Vélo 1 km – Course à pied 250 m
- **Duathlon jeunes 10 – 11 ans**
  - Course à pied 500 m – Vélo 2 km – Course à pied 500 m
- **Triathlon XS individuel**
  - Natation 400 m –Vélo 10 km – Course à pied 2,5 km
  - Limité à 200 concurrents individuels
  - Ouvert aux jeunes à partir de la catégories benjamins
    - Départ décalé de 5 minutes pour les benjamins
- **Triathlon S individuel (Accessible)**
  - Natation 750 m –Vélo 21 km – Course à pied 5 km.
  - Limité à 400 concurrents individuels
  - Ouvert aux jeunes à partir de la catégorie Cadet
- **Triathlon M individuel**
  - Natation 1500 m –Vélo 43 km – Course à pied 10 km
  - Limité à 400 concurrents individuels
  - Ouvert aux jeunes à partir de la catégorie junior

**Nota :** Si les épreuves de natation devaient être annulées pour cause de météo, température d'eau, qualité d'eau ou autre raison administrative, la natation sera remplacée par une course à pied selon les distances officielles de la réglementation sportive 2024 de la FFTRI :

1,5 km pour le triathlon XS, 2,5 km pour le triathlon S et 5 km pour le triathlon M

Les plans de parcours et le traces GPX sont disponibles sur le site internet du Valence Triathlon

<http://www.valence-triathlon.com>

## Horaires :

### Samedi 28 juin

Duathlon 6 – 9 ans : **15h00**

Duathlon 10 – 11 ans : **15h45**

Protocoles duathlons : **16h30**

### Dimanche 29 juin

Triathlon XS : **8h30** (Benjamins) - **8h35** (Féminines) – **8h40** (autres)

Triathlon S : **11h00** (Paras) – **11h05** (Féminines) - **11h10** (autres)

Triathlon M : **14h30** (Féminines) – **14h35** (autres)

Protocoles XS & S : **10h30** et **13h00**

Protocoles M : **17h30**

## Tarifs (hors Pass Compétition) :

- **Duathlons Jeunes 6 - 9 ans & 10 – 11 ans :**
  - 8 € jusqu'au 01/06/2025, puis 10 €
- **Triathlon XS individuel :**
  - 20 € jusqu'au 01/06/2025, puis 25 €
- **Triathlon S individuel :**
  - 32 € jusqu'au 01/06/2025, puis 38 €
  - **Tarif para : 18€ jusqu'au 01/06/2025, puis 20 €**
- **Triathlon M relais individuel :**
  - 45 € jusqu'au 01/06/2025, puis 50€

Valence Triathlon, Maison de la Vie Associative, 74 Route de Montélier 26000 Valence

Site web : <http://www.valence-triathlon.com> e-mail : [contact@valence-triathlon.com](mailto:contact@valence-triathlon.com)

## Inscriptions :

Les inscriptions se font **exclusivement** en ligne sur la plateforme Njuko dont le lien est accessible sur le site du Valence Triathlon : <http://www.valence-triathlon.com>

### **Pas d'inscription sur place**

Toute inscription est définitive, les frais d'engagement ne sont pas remboursés :

- En cas d'annulation de l'épreuve par empêchement majeur ou par décision de l'autorité préfectorale,
- En cas de maladie, blessure, indisponibilité, non-participation

En cas d'annulation de l'épreuve du seul fait de l'organisateur, les frais d'inscriptions seront remboursés déduction faite des frais de dossier.

Les inscriptions seront prises dans les limites indiquées dans le présent règlement sur la plateforme d'inscription.

### **Aucun transfert d'inscription n'est autorisé**

## Retrait des dossards :

Sur présentation d'une pièce d'identité et de la licence FFTRI pour les licenciés et pièce d'identité pour les non licenciés.

Le jeudi 26 juin de 15h à 19h (à Décathlon Valence)

Le samedi 28 juin à partir de 10h sur le site de course

Le dimanche 29 juin sur le site de course à partir de 7h et jusqu'à 1h avant le départ de chaque course.

## Matériel :

### **L'organisateur fournit :**

- **Un seul dossard à attacher en trois points**
- **Une étiquette à coller sur votre tige de selle ou votre vélo de manière visible**
- **Une puce de chronométrage à porter autour de la cheville (et à restituer à l'arriver sous peine de facturation d'un montant de 50€)**

**La ceinture porte-dossard, non fournie par l'organisateur, est obligatoire**

**Le bonnet est obligatoire, il n'est pas fourni par l'organisateur**

Valence Triathlon, Maison de la Vie Associative, 74 Route de Montélier 26000 Valence

Site web : <http://www.valence-triathlon.com> e-mail : [contact@valence-triathlon.com](mailto:contact@valence-triathlon.com)

## Température de l'eau et combinaison néoprène :

La température de l'eau sera prise par l'arbitre 1h15 avant le départ et sera communiquée aux participants 1h avant le départ.

Le port de la combinaison peut être obligatoire, autorisée, ou interdite selon les températures de l'eau suivantes :

Distance	Annulation de l'épreuve	Combinaison Obligatoire	Combinaison Interdite
Distances jeunes	< 16°C	-	> à 24,5°C
XXS à XXL	≤ 12°C	< à 16°C	> à 24,5°C

## Chronométrage :

Le chronométrage sera assuré par un système de puce électronique remis lors de l'inscription et restitué à l'arrivée.

## Barrières horaires :

Pour des raisons de sécurité et de respect des arrêtés préfectoraux, le temps de course est limité. Cela reste un temps accessible, y compris pour des débutants.

### Sur le triathlon XS

- Le temps limite pour effectuer la natation est de : **15 minutes**
- Le temps limite pour effectuer la natation + la première transition + parcours vélo + la deuxième transition est de : **45 minutes**
- Temps maximum de course : **1h15**

### Sur le triathlon S

- Le temps limite pour effectuer la natation est de : **25 minutes**
- Le temps limite pour effectuer la natation + la première transition + parcours vélo + la deuxième transition est de : **1h25**
- Temps maximum de course : **2h**

### Sur le triathlon M

- Le temps limite pour effectuer la natation est de : **45 minutes**
- Le temps limite pour effectuer la natation + la première transition + parcours vélo + la deuxième transition est de : **3h00**
- Temps maximum de course : **4h00**

## Parcours vélo :

Le vélo doit uniquement être mû par la seule force musculaire du concurrent.

Le port du casque homologué à coque dure est obligatoire, jugulaire fermée jusqu'à sa place dans le parc à vélos, sous peine de disqualification si non remise en conformité après « stop & go ».

Il est interdit de rouler dans le parc à vélos.

Les voitures suiveuses sont interdites !

**Drafting (aspiration – abri) non autorisé :** Au cas où un arbitre pénaliserait d'un carton bleu un triathlète pour drafting, celui-ci devra effectuer 1 à 2 minutes (selon le format) d'arrêt dans la zone de pénalité située à l'entrée de l'aire de transition. Sanction gérée par l'athlète sous le contrôle d'un arbitre.

Prolongateur autorisé selon la réglementation FFTRI. **Le cycliste s'engage à respecter le code de la route, à ne pas couper les virages et à rouler seulement sur la moitié droite de la chaussée.** Dans le cas contraire, il sera disqualifié.

L'utilisation de caméra embarquée est interdite

## Sas de départ et aire de transition

Le numéro du concurrent sera reporté sur son avant-bras gauche par l'organisation à l'entrée de l'aire de transition

Seules les athlètes et les personnes accréditées peuvent accéder à l'aire de transition

Aucun accompagnateur ne sera accepté dans le sas de départ ou l'aire de transition.

Dans l'aire de transition, une assistance est possible si elle est équitable pour tous les participants

Le concurrent ne peut utiliser que son emplacement désigné et limitera son matériel au strict nécessaire

## Ravitaillement :

Les concurrents ne peuvent se ravitailler qu'aux postes de ravitaillement mis en place par l'organisation

## Arbitrage :

En cas de disqualification, l'athlète devra remettre son dossard et sa puce de chronométrage à l'arbitre et s'arrêter. En cas de non-respect de ces consignes, des sanctions disciplinaires pourraient être encourues.

## Responsabilités – Sécurité :

L'organisateur, le Valence Triathlon, est couvert par une assurance responsabilité civile.

L'organisateur décline toute responsabilité en cas d'accident ou défaillance provoqué par un mauvais état de santé, accident provoqué par le non-respect du code de la route, par le non-respect des consignes de sécurité données par l'organisation et par le non-respect du présent règlement. Il en est de même en cas de perte, bris ou vol d'objet personnel ou de matériel excepté au sein de l'aire de transition. Il est de la responsabilité des concurrents de respecter le code de la route, de rester sur la bonne voie, d'être en bonne santé...

La sécurité routière sera assurée par les signaleurs de l'organisation avec le soutien d'une association de motards.

La responsabilité médicale sera assurée par un médecin et une association de secouristes agréées pour les premiers secours.

En aucun cas, un concurrent ne pourra se retourner contre l'organisation pour quelque motif que ce soit.

## Récompenses :

Seuls les concurrents ayant terminés les épreuves seront classés. Les prix ne sont pas cumulables. Les récompenses ne seront remises qu'aux athlètes présents lors de la cérémonie de remise des prix.

Pour les catégories : il faut un minimum de 3 participants dans sa catégorie pour prétendre à une récompense.

La catégorie d'âge d'un athlète est déterminée par son âge au 31 décembre 2025

Seront récompensés :

- ✓ **Duathlon 6 - 7 ans (Mini-Poussin)**
  - Les 3 premiers garçons
  - Les 3 premières filles
- ✓ **Duathlon 8 - 9 ans (Poussin)**
  - Les 3 premiers garçons
  - Les 3 premières filles
- ✓ **Duathlon 10 – 11 ans (Pupille)**
  - Les 3 premiers garçons
  - Les 3 premières filles

✓ **Triathlon XS individuel**

- Les 3 premiers hommes
- Les 3 premières femmes
- 1<sup>er</sup> benjamin
- 1<sup>ere</sup> benjamine
- 1er minime
- 1ere minime
- 1<sup>er</sup> cadet
- 1ere cadette
- 1<sup>er</sup> junior
- 1<sup>ere</sup> junior
- 1<sup>er</sup> catégorie Masters 1 à 4 regroupés homme
- 1<sup>ere</sup> catégorie Masters 1 à 4 regroupées femme
- 1<sup>er</sup> catégorie Masters 5 à 12 regroupés homme
- 1<sup>ere</sup> catégorie Masters 5 à 12 regroupées femme

✓ **Triathlon S individuel**

- Les 3 premiers hommes
- Les 3 premières femmes
- 1<sup>er</sup> cadet
- 1ere cadette
- 1<sup>er</sup> junior
- 1<sup>ere</sup> junior
- 1<sup>er</sup> catégorie Masters 1 à 4 regroupés homme
- 1<sup>ere</sup> catégorie Masters 1 à 4 regroupées femme
- 1<sup>er</sup> catégorie Masters 5 à 12 regroupés homme
- 1<sup>ere</sup> catégorie Masters 5 à 12 regroupés femme
- 1<sup>er</sup> para PTWC
- 1<sup>ere</sup> para PTWC
- 1<sup>er</sup> PTS - VI
- 1<sup>ere</sup> PTS - VI

✓ **Triathlon M individuel**

- Les 3 premiers hommes
- Les 3 premières femmes
- 1<sup>er</sup> junior
- 1<sup>ere</sup> junior
- 1<sup>er</sup> catégorie Masters 1 à 4 regroupés homme
- 1<sup>ere</sup> catégorie Masters 1 à 4 regroupées femme

- 1<sup>er</sup> catégorie Masters 5 à 12 regroupés homme
- 1<sup>ere</sup> catégorie Masters 5 à 12 regroupés femme

**Les classements sont constatés et validés par l'arbitre**

### **Environnement : Triathlon Durable**

Les participants s'engagent à respecter l'environnement et la nature, à ne rien jeter ni dégrader. Une attention particulière à la propreté du site d'accueil et du parcours sera portée par l'ensemble des coureurs et bénévoles. Les emballages vides (gels, barres, boissons...) devront être déposés dans les poubelles mises à disposition sur les sites de départ, de ravitaillement (zone de propreté) et d'arrivée. Chaque coureur veillera donc à se débarrasser de ses déchets en zones de propreté ou à l'arrivée dans les poubelles prévues à cet effet en respectant le tri.

Tout manquement à ces règles pourra entraîner la disqualification du participant.

Le Valence Triathlon est particulièrement attaché au respect de l'environnement et au respect du cadre dans lequel se déroule l'épreuve.

### **Mixité**

#### **L'organisation s'engage à :**

- Mettre un vestiaire pour les femmes
- Réaliser des départs différenciés femmes / hommes
- Offrir des lots équitables et cohérents remis aux hommes et aux femmes
- Mettre en place vélos ouvreurs pour LA et LE leader
- Installer des toilettes pour les femmes et les hommes
- Communiquer « Mixité »
- Proposer des épreuves pour les débutants (format XS)
- Classer distinctement les femmes et les hommes

### **Accessibilité – Paratriathlon (parcours S)**

#### **L'organisation s'engage à :**

- Fournir un dossard distinctif (autocollant « PARATRIATHLETE »)
- Organiser un départ en avance de 10 minutes
- Mettre un vélo ouvreur devant l'athlète en tête de l'épreuve (homme ou femme)
- Installer un toilette PMR à moins de 400 m du parc à vélo
- Des places de parking réservées situées à moins de 400m du parc à vélo
- Mettre en place un espace adapté dans l'aire de transition
  - 1 chaise
  - 2,5mX2m pour les tandems

Valence Triathlon, Maison de la Vie Associative, 74 Route de Montélier 26000 Valence

Site web : <http://www.valence-triathlon.com> e-mail : contact@valence-triathlon.com

- 4mX2m pour les handbikes et fauteuils
- Dessiner un circuit accessible à tous les handicaps sur un sol dur (stabilisé, goudron) et ne comprenant pas de pente supérieur à 8%
- Proposer un ravitaillement accessible aux fauteuils sur le parcours et à l'arrivée.
- Proposer un.e assistant.e de transition

### Assistants personnels (handler) et accompagnants

Cet assistant personnel ou accompagnant :

- Doit être licencié ou prendre un pass compétition ;
- Ne paie pas de frais d'inscription ;
- Doit être identifié par un moyen pensé par l'arbitre de course en concertation avec le comité d'organisation et l'athlète (t-shirt, chasuble, dossard portant le même numéro que le paratriathlète, etc.).
- Ne doit apporter aucune aide physique directe ;

Cet assistant personnel ou accompagnant est autorisé à effectuer toutes actions sans lesquelles l'athlète ne pourrait poursuivre l'épreuve. Il peut s'agir des actions suivantes si cela s'avère indispensable pour que l'athlète poursuive l'épreuve :

- Aider l'athlète à mettre ou enlever son matériel (combinaison, prothèses,etc.) ;
- Aider l'athlète à s'orienter ;
- Porter l'athlète lors des transitions ;
- Pousser le fauteuil de vie dans les zones difficile entre la sortie d'eau et l'aire de transition ;
- Aider au rangement du matériel dans l'aire de transition et uniquement à l'emplacement dans l'aire de transition pour des questions de sécurité (orientation, attacher correctement son casque, etc.) ;
- Être un soutien mécanique dans l'aire de transition ou dans les zones autorisées.

L'autonomie de l'athlète est à privilégier autant que faire se peut : l'aide fournie doit être la plus minime possible et se limiter seulement aux actions permettant à l'athlète de continuer la course en sécurité.

### Natation :

Le matériel suivant n'est pas autorisé pendant la partie natation :

- Les appareils propulsifs artificiels, notamment les palmes, plaquettes et dispositifs flottants de quelque nature que ce soit. (Toutes les prothèses et orthèses sont considérées comme des dispositifs de propulsion, à l'exception des genouillères approuvées).
- Les objets pointus, les vis ou les prothèses qui peuvent être dangereuses.

L'utilisation de tel matériel entraînera la disqualification de l'athlète.

L'utilisation d'une combinaison est obligatoire si la température de l'eau est inférieure à 18°C. L'utilisation d'une combinaison est définie par le tableau ci-dessous.

Distance du parcours natation	Combinaison obligatoire en dessous de	Durée maximum dans l'eau
750 m	18°C	45 min

Les combinaisons néoprènes de natation ne sont pas autorisées lorsque la température de l'eau est supérieure à 24,5 °C ;

## CYCLISME :

### PTWC

Le dossard doit être à l'arrière du handbike et doit être visible de l'arrière.

Les paratriathlètes doivent porter un casque de cyclisme rigide en conformité avec les normes de sécurité en vigueur sur le territoire français lorsqu'ils sont couchés dans le handbike.

Les athlètes doivent marquer un stop complet avant la ligne de montée en sortant de la transition 1 et avant la ligne de descente en entrant dans la transition 2. Une fois à l'arrêt, l'officiel dit "GO" et l'athlète peut poursuivre le parcours. Le fauteuil est considéré comme à l'arrêt quand la roue avant s'arrête avant la ligne (si la roue touche la ligne = pénalité).

### PTVI

Tous les concurrents et les guides doivent utiliser un vélo tandem.

## COURSE A PIED

### PTWC

En tout temps, les paratriathlètes doivent porter un casque de cyclisme rigide en conformité avec les normes de sécurité en vigueur sur le territoire Français lorsqu'ils sont assis dans leur fauteuil.

Les athlètes PTWC ont franchi la ligne d'arrivée lorsque l'axe de la roue avant passe le plan vertical de la ligne d'arrivée.

Le dossard doit être placé à l'arrière du fauteuil et doit être visible de l'arrière.

### PTS

Les athlètes ont la permission d'utiliser les prothèses qui remplacent une partie manquante du corps.

Les athlètes peuvent utiliser des appareils d'assistance tels que des bâquilles ou des déambulateurs.

### PTVI

Chaque athlète doit être attaché avec son guide pendant la course à pied. Le lien doit être en matière non élastique et ne doit pas emmagasiner de l'énergie ni permettre un gain de performance pour l'athlète.

L'athlète peut être guidé par le coude pendant la course. Un guide peut aider son athlète à reprendre pied en cas de chute ou de déséquilibre. Il peut également le remettre dans la bonne direction. Le guide n'est à aucun moment autorisé à pousser, tirer ou propulser d'aucune manière l'athlète dans le but d'obtenir un avantage.

Zones de guidage libre : pour des raisons de sécurité, le contact est autorisé 10 mètres avant et après un poste de ravitaillement, un virage serré, une zone de pénalité, une zone de transition, ou toute autre section du parcours déterminée par un officiel ou indiquée lors du briefing de l'épreuve.

Lorsque l'athlète franchit la ligne d'arrivée, le guide doit se trouver à côté ou derrière le paratriathlète, à une distance inférieure à la distance de séparation maximale de 0,5 m.

## AIRE DE TRANSITION

Les assistants de sortie d'eau, mis à disposition par l'organisateur, sont des personnes facilitant la sortie d'eau des paratriathlètes. Ils aideront les athlètes du mieux possible tout en considérant la sécurité comme le principal paramètre.

Les vélos, tandems ou handbikes ne sont pas autorisés entre la sortie d'eau et la zone de transition.

Tous les équipements doivent rester dans l'espace attribué à chaque paratriathlète dans l'aire de transition.

Valence Triathlon, Maison de la Vie Associative, 74 Route de Montélier 26000 Valence

Site web : <http://www.valence-triathlon.com> e-mail : [contact@valence-triathlon.com](mailto:contact@valence-triathlon.com)

## REGLES SPECIFIQUES PTVI

Les règles supplémentaires suivantes sont applicables à tous les concurrents non-voyants et malvoyants (PTVI) et à leur guide :

- L'athlète et son guide doivent tous les deux être licenciés ou prendre un pass compétition ;
- L'athlète et son guide peuvent être de même sexe ou de sexes différents ;
- Tous les athlètes (et guides) doivent respecter l'âge minimum requis pour concourir sur la distance de l'épreuve ;
- Chaque athlète a droit à un maximum d'un guide pendant toute la durée de l'épreuve ;
- Aucun chien guide n'est autorisé à aucun moment ;
- A aucun moment de l'épreuve les guides ne autorisés à tirer ou pousser les athlètes ;
- Les guides ne peuvent pas utiliser de paddleboards, kayaks, etc. sur la partie natation ou de bicyclettes, motocyclettes, etc., sur les autres parties, ou tout autre moyen de transport mécanique ;

### Droit à l'image :

En participant, le concurrent accepte l'utilisation de son image ou de sa voix pour tout besoin d'illustration et tout besoin promotionnel.

### Protection des données personnelles :

Selon la loi informatique et liberté du 6 août 1978 (loi française), et conformément au nouveau Règlement Général sur la Protection des Données (RGPD UE 2016/679), tout concurrent dispose d'un droit d'accès et de rectification des données le concernant. Les informations sont recueillies dans le cadre d'une inscription à l'une des courses du Triathlon de Valence, pour les besoins de l'organisation, et notamment celui d'identifier individuellement chaque concurrent afin de lui communiquer avant, pendant ou après l'évènement toute information liée à sa participation. L'intégralité des données du coureur est conservée selon la durée légale en vigueur, renouvelable à chaque inscription. Selon la loi

Informatique et liberté du 6 août 1978, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification sur toutes les informations vous concernant. Tout demande de modification de données peut être effectuée par courriel à l'adresse suivante : [contact@valence-triathlon.com](mailto:contact@valence-triathlon.com)

Toute demande d'accès ou de modification des données personnelles sera traitée dans les plus brefs délais à compter de la réception de la demande, dans un délai maximal de 1 mois.

### Acceptation du règlement :

L'inscription à l'épreuve implique l'acceptation complète du présent règlement.

Merci d'avoir choisi notre épreuve et bonne course !