

RÈGLEMENT DE L'ÉPREUVE

Cabourg Para Triathlon Normandie Event 2026

Article 1 : RGF (Règlement Général Fédéral)

Les participants doivent se conformer à la [Réglementation sportive de la FFTRI 2026](#) pour les épreuves régionales.

L'inscription à l'épreuve implique pour chaque concurrent l'acceptation sans réserve de se conformer à ce règlement et aux instructions qui seront données par l'organisateur de course et l'arbitre principal le jour de la course.

Article 2 : PRESENTATION

Cabourg Para Triathlon Normandie Event est un événement d'envergure qui servira de support au Championnat de France de Para triathlon, le dimanche 04 octobre 2026 et à la finale du triathlon séries, Championnats de France des clubs D1 et D2 le samedi 03 octobre 2026.

En parallèle, une épreuve S Homme sera proposée le samedi 03 octobre, une épreuve S Femme le dimanche 04 octobre.

Article 3 : PROGRAMME

Samedi 03 octobre 2026 :

- **Classification des para triathlètes** au CSN
- **Triathlon S Homme** (Licenciés ou non) : Départ 9h
- **triathlon séries Finale D2H** : Départ 12h
- **triathlon séries Finale D2F** : Départ 13h30
- **triathlon séries Finale D1F** : Départ 16h
- **triathlon séries Finale D1H** : Départ 17h30

Dimanche 04 octobre 2026 :

- **Triathlon S Femme** (Licenciés ou non) : Départ 9h
- **Championnat de France de Paratriathlon** Départ 13h15

Article 4 : HORAIRES

	Retrait des dossards	Check-in Parc à vélo	Briefing	Départ	Check out Parc à vélo	Podium
Course 1 Triathlon S Homme Samedi 03 octobre	7h - 8h30	7h - 8h45	8h45	9h	10h*-11h15	11h
Course 2 Triathlon S Femme Dimanche 04 octobre	7h - 8h30	7h - 8h45	8h45	9h	10h*-11h15	11h

*Ouverture une fois le dernier cycliste ressort de T2

Article 5 : ÉPREUVES

Course 1 : Triathlon S Homme.

Cette course est ouverte aux **licenciés** et non licenciés avec une licence expérience (nés en 2010 et avant), **équipés d'un vélo de route homologué pour la compétition.**

Le format proposé est le suivant : **750 m de natation, 20 km de vélo, 5 km de course à pied.**

Détails du parcours :

- **Natation (750 m)** : 1 boucle avec un **départ en ligne depuis la plage.**
- **Vélo (20 km)** : 5 tours d'un **circuit de 4 km, sur route totalement fermée à la circulation.**
- **Course à pied (5 km)** :

Course 6 : Triathlon S Femme.

Cette course est ouverte aux **licenciés** et non licenciés avec un pass compétition (nés en 2010 et avant), **équipés d'un vélo de route homologué pour la compétition.**

Le format proposé est le suivant : **750 m de natation, 20 km de vélo, 5 km de course à pied.**

Détails du parcours :

- **Natation (750 m)** : 1 boucle avec un **départ en ligne depuis la plage**.
- **Vélo (20 km)** : 5 tours d'un **circuit de 4 km**, sur **route totalement fermée à la circulation**.
- **Course à pied (5 km)** :

Licence Expérience

La licence expérience est obligatoire pour toute personne non titulaire d'une licence FFTRI Compétition, qui souhaiterait participer à une manifestation sportive affiliée à la FFTRI (7€ pour la licence expérience distance S et 4€ pour la licence expérience relais S).

Il sera à souscrire lors de l'inscription après avoir répondu au **Formulaire Info Santé** ou pour les mineurs, au **Questionnaire de Santé**.

Formulaire Info Santé / Questionnaire santé

Depuis le 1er janvier 2024, le **Formulaire Info Santé** remplace le certificat médical pour les participants majeurs sur toutes les épreuves affiliées à la FFTRI.

Ce formulaire doit être complété lors de l'inscription en ligne ou au moment de l'achat de la licence expérience. À défaut, il devra impérativement être présenté le jour de la course.

Les licenciés des fédérations affiliées à **World Triathlon (ex-ITU)** sont également tenus de remplir ce formulaire et de présenter leur licence, qui sera contrôlée par l'organisation le jour de l'épreuve (Gratuit pour : Allemagne, Angleterre, Belgique, Espagne, Italie, Luxembourg, Norvège, Pays-Bas, Portugal, République Tchèque, Suède, Suisse, Tahiti).

Pour les **participants mineurs**, un **questionnaire de santé** accompagné d'une **attestation parentale signée** est requis. Si ce document n'a pas été transmis à l'inscription, il devra obligatoirement être présenté le jour de l'épreuve.

⚠ En cas de réponse positive au questionnaire, un certificat médical sera exigé.

Durant les épreuves, il sera formellement interdit d'emprunter les différents parcours si vous n'êtes pas en position de course.

Article 6 : RETRAIT DES DOSSARDS

Le retrait du dossard, situé aux jardins du casino, est subordonné à la présentation d'une pièce d'identité.

1 seul dossard sera fourni par l'organisateur, il sera donc nécessaire de prévoir une ceinture porte-dossard.

Article 7 : NATATION

Lieu : Plage de Cabourg (Zone surveillée)

Le port de la combinaison néoprène est obligatoire si la température de l'eau est inférieure à 16 °C et interdit si la température est supérieure à 24,5 °C.

		Température de l'air en °C										
		15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5
Température de l'eau en °C	25	20	19.5	19	18.5	18	17.5	17	16.5	16	15.5	Annulée
	24	19.5	19	18.5	18	17.5	17	16.5	16	15.5	15	Annulée
	23	19	18.5	18	17.5	17	16.5	16	15.5	15	14.5	Annulée
	22	18.5	18	17.5	17	16.5	16	15.5	15	14.5	14	Annulée
	21	18	17.5	17	16.5	16	15.5	15	14.5	14	13.5	Annulée
	20	17.5	17	16.5	16	15.5	15	14.5	14	13.5	13	Annulée
	19	17	16.5	16	15.5	15	14.5	14	13.5	13	12.5	Annulée
	18	16.5	16	15.5	15	14.5	14	13.5	13	12.5	12	Annulée
	17	16	15.5	15	14.5	14	13.5	13	12.5	12	Annulée	Annulée
	16	15.5	15	14.5	14	13.5	13	12.5	12	Annulée	Annulée	Annulée
	15	15	14.5	14	13.5	13	12.5	12	Annulée	Annulée	Annulée	Annulée
	14	14	14	13.5	13	12.5	12	Annulée	Annulée	Annulée	Annulée	Annulée
	13	13	13	13	12.5	12	Annulée	Annulée	Annulée	Annulée	Annulée	Annulée

Les concurrents doivent porter le bonnet de bain fourni par l'organisateur s'il en met à disposition. A défaut, le concurrent doit porter un bonnet de bain personnel.

Les triathlètes doivent respecter les consignes des arbitres concernant la mise en place et la position de départ. Tout faux départ (avant le signal) entraîne la disqualification immédiate.

Les aides à flottaison (tuba, palmes, etc.) sont interdites.

Article 8 : CYCLISME – CONSIGNES ET SÉCURITÉ

Lors de l'épreuve cycliste, le dossard doit être porté dans le dos et le port d'un casque rigide homologué est strictement obligatoire.

Tout déplacement dans l'aire de transition doit s'effectuer avec le vélo à la main, casque sur la tête, jugulaire attachée et correctement serrée.

Les concurrents doivent impérativement respecter le Code de la Route à tout moment et se conformer aux instructions des forces de l'ordre ainsi qu'aux consignes données par les signaleurs.

Le parcours, majoritairement urbain, présente des particularités nécessitant une vigilance accrue : passages étroits, virages, ralentisseurs, chaussée dégradée, éléments de sécurisation (barrières, balisages), etc. La plus grande prudence est exigée, et les recommandations de sécurité communiquées lors du briefing doivent être scrupuleusement respectées.

Le drafting (aspiration-abri) est autorisé sur cette course.

Les prolongateurs de type contre-la-montre ainsi que tout ajout au guidon sont interdits.

Enfin, seuls trois points d'appui sont autorisés durant l'épreuve : les pieds sur les pédales, les mains sur le cintre et les fesses sur la selle.

- Extrait Réglementation Sportive 2026 FFTRI -

6.6.2.1 : Le vélo

- *Utiliser un cycle uniquement mû par sa force musculaire ;*
- *Utiliser un cycle à 2 roues (vélo couché interdit) ;*
- *Protéger toutes les extrémités en protubérances (embouts de guidon, sur-guidon, extrémité des câbles, etc.) ;*
- *Avoir un système de freinage pour chaque roue sur le vélo (hors pignon fixe et système de rétropédalage) ;*
- *L'utilisation des tandems est interdite.*

6.6.2.2 : Les roues

Pour les compétitions avec aspiration-abri, les dispositions suivantes s'appliquent :

- *Les roues comportant moins de 20 rayons sont autorisées uniquement si elles figurent sur les listes actuelles homologuées par l'UCI, incluant à la fois la liste des roues approuvées avant le 1er janvier 2016 et celle des roues approuvées après cette date, et qu'elles comportent un minimum de 12 rayons.*

Toute roue ne figurant pas sur ces listes doit impérativement respecter les critères suivants :

- *Les deux roues doivent avoir un diamètre égal ;*
- *Les roues doivent comporter au moins 20 rayons;*

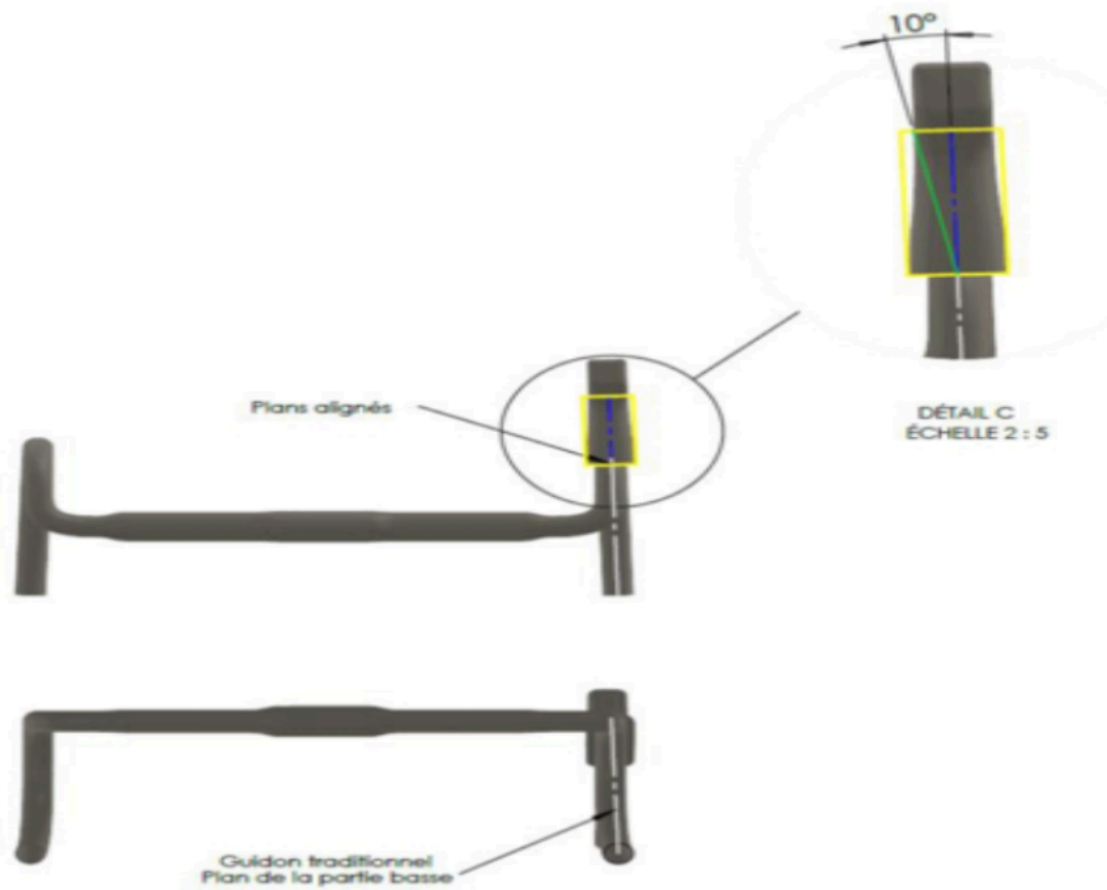
6.6.2.3 : Le guidon

Pour les compétitions avec aspiration-abri, les dispositions suivantes s'appliquent :

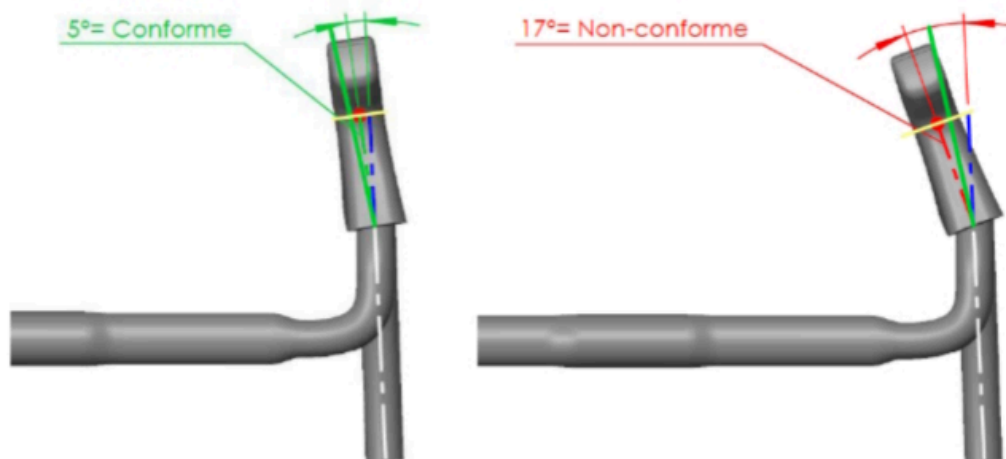
- *Les extrémités du guidon doivent impérativement être obturées ;*
- *Les commandes de frein installées sur ce type de guidon doivent comporter deux poignées munies de leviers. Il doit être possible d'actionner les freins de manière sûre, en tirant sur les leviers avec les mains positionnées sur les poignées, conformément à l'inclinaison maximale autorisée de 10°, telle que décrite dans le Guide de clarification du Règlement Technique de l'UCI (cf. photo);*

- Toute extension ou reconfiguration des poignées permettant un usage alternatif est strictement interdite ;
- L'utilisation d'un système combiné de commandes de frein et de vitesses est autorisée ;
- Les bouteilles d'eau et leurs supports ne peuvent pas être fixés sur le guidon ;
- Les prolongateurs vélo, type contre-la-montre ou ajouts aux guidons sont interdits.

Mesure de l'inclinaison maximale autorisée (10°) :



Exemples d'inclinaisons conformes et non conformes :



- Extrait Réglementation Sportive 2026 FFTRI -

Article 9 : COURSE À PIED

Durant l'épreuve de course à pied, le dossard doit être porté à l'avant, positionné au niveau de la taille, et rester lisible en permanence.

Tout athlète franchissant la ligne d'arrivée sans dossard visible ou avec un dossard illisible s'expose à une disqualification. Il doit également avoir le torse couvert.

Il appartient au concurrent de pouvoir justifier de son numéro de dossard à tout moment auprès de l'arbitre, notamment par un marquage corporel, un bracelet ou tout autre moyen d'identification en cas de demande.

Article 10 : ARRIVÉE

Un concurrent est officiellement considéré comme arrivé dès qu'une partie de son torse franchit verticalement la ligne d'arrivée.

En cas d'arrivée serrée (au sprint), le **pointage manuel effectué par les officiels** fait foi sur le chronométrage électronique.

Il est impératif que chaque athlète veille à garder son **numéro de dossard visible** jusqu'à la fin de l'épreuve, afin de garantir son classement. En cas de doute ou de litige, il appartient au concurrent de se présenter à l'arbitrage pour confirmer son identification.

⚠ Il est strictement interdit de franchir la ligne d'arrivée accompagné d'une personne non inscrite à la course, sous peine de disqualification.


Après avoir franchi la ligne d'arrivée, les concurrents devront **quitter rapidement la zone d'arrivée** afin de garantir une bonne circulation et d'éviter tout encombrement.

L'accès à cette zone sera **strictement réglementé** afin de limiter le nombre de personnes présentes. Pour des raisons de sécurité, **les parents des participants mineurs** pourront récupérer leur enfant **uniquement à la sortie de la zone d'arrivée**.

Article 11 : DOSSARD ET CHRONOMÉTRAGE

Le port de la **ceinture porte-dossard à trois points** est **obligatoire**, conformément à la réglementation fédérale (RGF). Le dossard fourni par l'organisateur doit être porté **sans être plié ni découpé**.

Chaque participant recevra une **puce de chronométrage**, à fixer à la **cheville gauche**.

 En cas de non-restitution à l'arrivée, une **facturation de 60 €** sera appliquée au concurrent.

Article 12 : ARBITRAGE ET SÉCURITÉ

En toutes circonstances, les participants s'engagent à respecter les décisions des **arbitres fédéraux**, de l'**organisateur** et du **médecin de course**.

Sur avis médical, l'organisateur se réserve le droit d'**arrêter un concurrent jugé inapte à poursuivre l'épreuve**, dans l'intérêt de sa sécurité.


Article 13 : PÉNALITÉS

Toute infraction (hors disqualification) commise entre la procédure de départ et la fin de la deuxième transition peut entraîner une **pénalité de temps**.

Les infractions liées au **port du dossard** ne sont pas concernées par cette règle.

L'athlète sanctionné **ne sera pas averti verbalement**. À l'entrée de la Penalty Box, les numéros des concurrents pénalisés seront **affichés sur un tableau visible**, dès que possible et **au plus tard avant leur dernier passage devant ce panneau**.

Il appartient au concurrent sanctionné de **se présenter de sa propre initiative** dans la zone pour y effectuer sa ou ses pénalités. En cas de parcours en plusieurs boucles, la pénalité peut être réalisée **à n'importe quel tour**.

 Tout athlète n'ayant pas exécuté sa ou ses pénalités sera **automatiquement disqualifié** lors de la validation des résultats.

Article 14 : RESPONSABILITÉ

L'organisation **ne pourra être tenue responsable** en cas d'accident corporel ou matériel survenant du fait du **non-respect du Code de la Route**, ou des **consignes de sécurité** émises par l'organisation, les signaleurs, les forces de l'ordre (Police et Gendarmerie).

Le compétiteur s'engage à être couvert par une police d'assurance "responsabilité civile" concernant les dégâts occasionnés à autrui.

Article 15 : VOL ET MATÉRIEL

L'organisation décline toute responsabilité concernant le vol ou la dégradation du matériel des concurrents.

Article 16 : MÉDIAS & DROIT A L'IMAGE

Par son inscription, le participant autorise l'organisateur, ses partenaires, les médias à utiliser les photos sur lesquelles il pourrait apparaître lors de la journée de l'événement.

L'utilisation de ces images ne pourra en aucun cas porter atteinte à la vie privée ou à la réputation du participant.

Pour les mineurs, la présence d'un parent sera obligatoire sur la ou les photos. Ces images seront diffusées sur l'ensemble des supports de communication existants à la date de l'épreuve et tous ceux pouvant être créés ou apparaître à l'avenir.

Des photos pourront être cédées à des partenaires dans le cadre de la communication de l'épreuve. Aucune autre cession ne sera faite sans l'accord du participant

Article 17 : FRAUDE & IDENTITÉ

Tout concurrent participant à une épreuve et usurpant l'identité d'un tiers, ou faisant une fausse déclaration d'identité ou d'âge, sera disqualifié et fera l'objet de poursuites.

Article 18 : INSCRIPTIONS

Une inscription sera définitive et prise en compte lorsque la totalité des pièces demandées sera reçue et validée par l'organisateur, et cela conformément aux dates mentionnées. L'organisateur se réserve le droit de refuser toute inscription dès le nombre maximum de concurrents atteint et la date butoir dépassée. Le nombre d'inscrits sera régulièrement

indiqué sur le site internet de l'organisateur.

Article 19 : ANNULATION DU FAIT DE L'ORGANISATEUR

Si des conditions particulières conduisent à l'annulation de la partie natation, celle-ci sera remplacée par une course à pied, dont la distance sera : S=> 2,5 km, et le triathlon deviendra un duathlon.

Si pour quelque raison que ce soit le triathlon devait être annulé, l'organisateur s'engage à rembourser les concurrents inscrits à hauteur des sommes versées au bénéfice de l'organisateur, déduction faite des sommes engagées et dépensées pour l'organisation de l'épreuve.

Article 20 : ANNULATION DU FAIT DE CONCURRENT

Toute inscription est définitive et non remboursable

La **Bourse aux dossards** permet aux participants de revendre leur dossard via la plateforme, offrant ainsi une nouvelle chance aux personnes intéressées.

Le **transfert de dossard** permet à vos participants de céder leur place à une autre personne de leur choix. La personne qui reprend le dossard devra saisir ses informations personnelles pour mettre à jour le dossier et régler les frais de transfert.

Article 21 : ACCEPTATION

Le présent règlement devra obligatoirement être accepté, pour validation de votre inscription en ligne.

Article 22 : REMISE DES PRIX

La présence à la cérémonie de remise des prix est obligatoire pour prétendre obtenir trophées et cadeaux.

Article 23 : CONFIDENTIALITÉ

Les participants sont informés que les données personnelles recueillies font l'objet d'un traitement informatique destiné exclusivement à permettre la communication d'informations exclusivement liées à l'évènement par l'organisateur de celui-ci.

La Ligue de Normandie de Triathlon, responsable de ce traitement, s'engage à ne pas communiquer à des tiers les données personnelles ainsi collectées. Conformément à l'Ordonnance n° 2018-1125 du 12 décembre 2018 prise en application de l'article 32 de la loi n° 2018-493 du 20 juin 2018 relative à la protection des données personnelles et portant modification de la loi n° 78-17 du 6 janvier 1978 relative à l'informatique, aux fichiers et aux libertés et diverses dispositions concernant la protection des données à caractère personnel, chaque participant dispose d'un droit d'accès, de rectification et d'opposition au traitement des données le concernant en justifiant de son identité auprès de l'Organisateur, en adressant un courrier à la Ligue de Normandie de Triathlon, à l'adresse du siège au moment de l'envoi de la demande.

La présente autorisation est valable pour la durée des droits d'auteurs à compter de la date de participation à l'épreuve.