

DUATHLON

1. Règlements généraux

- 1.1. Les règles de compétition de Triathlon Québec sont applicables. Là où les règles de compétition de Triathlon Québec et du Duathlon ne spécifient rien, ce sont les règles des fédérations des sports concernés qui seront appliquées.
- 1.2. Chaque étape du Duathlon doit être complétée par une seule et même personne. Il est ainsi interdit d'effectuer des relais à l'intérieur d'une étape (une même discipline). Le non-respect de ce règlement entraînera la disqualification immédiate du tandem ou du participant concerné.
- 1.3. Chaque membre d'un tandem doit compléter au minimum 1 et au maximum 2 étapes.
- 1.4. Il est interdit aux participants de s'échauffer sur les parcours après le début de la course.
- 1.5. En aucun temps, il ne doit y avoir d'accompagnateurs sur les parcours.
- 1.6. Pour toutes les disciplines, la circulation se fait du côté droit du parcours et les dépassements du côté gauche.
- 1.7. Les compétiteurs plus lents doivent céder le passage aux plus rapides.
- 1.8. Il est important de respecter le nombre de tours imposé à chacune des étapes. Un tour manquant entraînera un résultat DNF (did not finish).
- 1.9. Les participants sont responsables de compter le nombre de tours effectués.
- 1.10. Il est interdit de porter un système audio sur les parcours.
- 1.11. Il est interdit de jeter des déchets sur le parcours sous peine de disqualification.
- 1.12. Il est important de respecter les exigences au niveau des équipements. L'utilisation et/ou la présence d'un équipement non conforme pendant la course ou dans la zone de transition entraînera une disqualification automatique.

- 1.13. Tout participant qui a un langage ou une attitude offensante envers un bénévole, un autre participant, un spectateur, ou toute autre personne se verra imposer une pénalité pouvant aller jusqu'à la disqualification.

2. Zone de transition

- 2.1. La zone de transition fait partie intégrante du parcours.
- 2.2. Les compétiteurs doivent utiliser uniquement l'espace qui leur est désigné ; ils ne doivent en aucun temps nuire aux autres compétiteurs.
- 2.3. La zone de transition sera ouverte 1 h avant le départ, selon la course, pour que tous les compétiteurs puissent y déposer leurs équipements, et fermera 30 minutes avant le départ.
- 2.4. Les compétiteurs doivent placer eux-mêmes leurs équipements dans leur espace désigné.
- 2.5. Pour accéder à la zone de transition, le port du dossard est obligatoire.
- 2.6. Seuls les compétiteurs sont admis dans la zone de transition, et ce, à tout moment.
- 2.7. En aucun temps les compétiteurs ne peuvent circuler dans la zone de transition avec leurs skis aux pieds. À l'étape ski, ils doivent chausser leurs skis uniquement à la sortie de la transition (zone d'embarquement) et les retirer à l'entrée de la transition (zone de débarquement).
- 2.8. En catégorie tandem, le transfert de la puce de chronométrage doit se faire à l'espace désigné pour l'équipe dans la zone de transition sans nuire aux autres concurrents.

3. Course à pied

- 3.1. Tous les types de souliers sont permis.
- 3.2. Les souliers à crampons sont acceptés.

4. Ski de fond

- 4.1. Les deux techniques sont autorisées (classique et patin). Les deux parcours sont en parallèle, donc avec le même niveau de difficulté.
- 4.2. Dans la zone de transition, les fondeurs doivent se déplacer avec skis et bâtons aux mains en les pointant vers le ciel.

- 4.3. Les skis doivent être retirés des pieds et les dragonnes enlevées des poignets avant la ligne de débarquement ski de fond (entrée de la zone de transition) afin de toujours circuler skis aux mains dans la zone de transition.

Bon Duathlon !