

## **Annexe G**

### **Règles de compétition – Triathlon d’hiver S3**

#### **1. RÈGLEMENTS GÉNÉRAUX**

- 1.1. Aucun accompagnateur et aucune assistance technique n’est autorisé sur le parcours, sauf si bris d’équipement;
- 1.2. Le port du dossard est obligatoire pour l’ensemble des épreuves;
- 1.3. Le réchauffement sur le parcours et la reconnaissance de ce dernier sont interdits pendant l’évènement, à moins d’avis contraire venant du délégué technique et/ou du directeur de course;
- 1.4. Il est interdit de jeter des déchets ou pièces d’équipement sur le parcours sous peine de disqualification;
- 1.5. Le port d’un système audio est interdit;
- 1.6. Les compétiteurs plus lents doivent céder le passage aux plus rapides;
- 1.7. L’utilisation et/ou la présence d’équipement non conforme pendant la course ou dans la zone de transition entraînera une disqualification automatique;
- 1.8. Une seule paire de raquette, de patin et de ski par compétiteur est acceptée dans la zone de transition;
- 1.9. Les règles de compétition de Triathlon Québec sont en application. Là où les règles de compétition de Triathlon Québec ne spécifient rien, les règles des fédérations des sports concernées seront appliquées.

#### **2. RAQUETTE**

- 2.1. La totalité du parcours doit se faire les raquettes fixées aux pieds;
- 2.2. Les bâtons de marche sont interdits;
- 2.3. La dimension des raquettes doit être supérieure à 18 centimètres (7 pouces) de largeur par 51 centimètres (20 pouces) de longueur et avoir une superficie fonctionnelle minimale de 774 cm<sup>2</sup> (120 pouces carrés);
- 2.4. Le contrôle des raquettes se fait à l’entrée de la zone de transition à l’aide de gabarits;
- 2.5. Les compétiteurs doivent enlever leurs raquettes dans la zone de transition, à l’espace qui leur a été assigné;
- 2.6. Seules les raquettes de fabrication manufacturière sont acceptées;
- 2.7. La structure de la raquette doit demeurer intacte et sa construction doit conserver ses matériaux d’origine;
- 2.8. Les modifications temporaires sont acceptées, comme le retrait de certaines pièces amovibles.

#### **3. PATIN**

- 3.1. Le port d’un casque certifié (patin, vélo, hockey, ski) est obligatoire et le port de gants anti-coupure (cuir ou kevlar) est fortement recommandé;
- 3.2. Le casque doit être attaché avant de chausser les patins;
- 3.3. Le casque doit être détaché et retiré uniquement lorsque les patins sont enlevés et déposés dans l’espace réservé au compétiteur dans la zone de transition;
- 3.4. Tous les types de patins sont permis (lames nordiques autorisées);
- 3.5. Les patins doivent être mis et lacés sur la chaise de transition de l’athlète;

- 3.6. Les lames nordiques doivent être mises et retirées soit sur la chaise de transition de l'athlète ou sur une chaise en bordure de glace, dans la zone spéciale préalablement approuvée par le délégué technique;
- 3.7. Les protèges-lame doivent être laissées à l'endroit désigné en bordure de glace;
- 3.8. Les patineurs les moins rapides doivent circuler à l'intérieur de l'anneau glacé;
- 3.9. Les dépassements se font par l'extérieur de l'anneau glacé.

#### **4. SKI DE FOND**

- 4.1. Dans la zone de transition, les skis et les bâtons doivent être maintenus à la verticale en tout temps. Le pic des bâtons doit être pointé vers le bas et la pointe des skis vers le haut.
- 4.2. Les skis doivent être fixés aux pieds et les dragonnes attachées aux poignets à la sortie de la zone de transition, soit après la ligne d'embarquement ski de fond;
- 4.3. Les skis doivent être retirés des pieds et les dragonnes enlevées des poignets avant la ligne de débarquement ski de fond;
- 4.4. Tous les styles de ski sont autorisés. Des restrictions peuvent être appliquées par le délégué technique et/ou le directeur de course selon le parcours;
- 4.5. Pour effectuer un dépassement s'il n'y a pas assez d'espace disponible, l'athlète qui effectue le dépassement doit crier "track" ou "piste" à l'athlète qui le précède. Celui-ci a l'obligation de se tasser à droite pour laisser passer l'athlète plus rapide.
- 4.6. De 30 à 50 m avant l'arrivée, le style libre pourrait être interdit selon le parcours. Dans ce cas, la méthode double poussée serait exigée et les traces préparées devront être utilisées;
- 4.7. Une seule paire de ski est autorisée dans la zone de transition. Celle-ci sera identifiée au numéro de dossard de l'athlète;
- 4.8. Aucun changement de ski n'est autorisé sur le parcours. Dans l'éventualité où un des skis se brise lors de la compétition, l'athlète a droit de changer de ski, mais doit en tout temps garder un des deux skis originaux;
- 4.9. Les compétiteurs ne peuvent enlever leurs skis que 10 mètres après la ligne d'arrivée, là où la dernière vérification des skis pourrait être effectuée (numéro identique à celui du compétiteur).
- 4.10. Une zone « matériel ski de fond » peut être aménagée en bordure du parcours. Les athlètes peuvent y laisser du matériel de remplacement (un ski et deux pôles).

#### **5. ZONE DE TRANSITION**

- 5.1. Les compétiteurs doivent utiliser uniquement l'espace qui leur est désigné;
- 5.2. Les compétiteurs ne doivent en aucun temps nuire aux autres compétiteurs;
- 5.3. Les compétiteurs doivent placer eux-mêmes leurs équipements dans leur espace désigné;
- 5.4. Les compétiteurs ne doivent pas toucher ou déplacer l'équipement des autres compétiteurs;
- 5.5. Le port du dossard est obligatoire pour accéder à la zone de transition;
- 5.6. Seuls les compétiteurs sont admis dans la zone de transition et ce, en tout temps;
- 5.7. Il est interdit de mettre ses skis ou ses dragonnes dans la zone de transition;
- 5.8. La circulation dans la zone de transition se fait en tout temps skis et bâtons pointant vers le ciel;
- 5.9. Les compétiteurs peuvent laisser du matériel dans la « zone déchet » aménagée avant la ligne d'embarquement ski de fond.



### Définition de l'arrivée

Un compétiteur a complété son épreuve lorsque la puce fixée à sa cheville a franchi la ligne d'arrivée. Si deux athlètes sont côte à côte, c'est le premier pied qui est mis en avant à la ligne d'arrivée qui détermine la position des athlètes.

### Discipline des compétiteurs

Si un compétiteur ne se conforme pas aux règles de compétition, il pourrait recevoir un avertissement, une pénalité de temps, être disqualifié, suspendu, expulsé ou recevoir une amende, conformément au document des règles de compétition de Triathlon Québec, section C : « Discipline des compétiteurs ».

La durée des pénalités de temps est de **15 secondes** pour toute infraction mineure. Sauf avis contraire, ces temps sont purgés à la tente de pénalité aménagée sur le parcours. À la troisième infraction mineure, la disqualification est automatique. Toute infraction majeure entraîne une disqualification automatique.

Une infraction majeure est un comportement antisportif tel qu'un comportement non-respectueux envers un officiel, un bénévole, un athlète etc. Aussi, toute infraction est considérée comme majeure lorsque la conséquence est grave (par exemple une blessure à autrui, volontaire ou involontaire). Une infraction mineure est un non-respect involontaire du règlement.

### Le non-respect des items suivants entraînera une infraction mineure (15 secondes de pénalité) :

- Les compétiteurs doivent utiliser uniquement l'espace qui leur est désigné;
- Lors d'un faux départ (15 secondes purgés dans la zone de transition)

La disqualification est automatique si un compétiteur ne complète pas le nombre de tour requis en patin. Cependant, un ajout de temps (pénalité) peut être envisagé une fois l'épreuve complétée si c'est spécifié par le délégué technique lors de la réunion d'avant-course. Le temps ajouté sera calculé comme suit :

- Temps moyen par tour du compétiteur x 2. Le maximum de tours non complétés admissible est de 2 pour une boucle de 400m et moins, 1 pour une boucle de 401m à 800m. Pour des boucles supérieures à 800m, l'ajout de temps ne s'applique pas et la disqualification devient automatique.

### Tente de pénalité

Sauf avis contraire, les temps de pénalité doivent être purgés à la tente de pénalité aménagée sur le parcours. L'athlète a l'obligation de s'arrêter à la tente si son numéro de dossard figure sur le tableau des pénalités situé devant la tente, ou si un officiel lui a donné cette consigne. Si un athlète omet de s'arrêter à la tente de pénalité, il sera automatiquement disqualifié.





### Conditions climatiques

Le jury de compétition doit étudier et décider si une épreuve doit être modifiée, interrompue ou annulée si :

- Les conditions climatiques s'avèrent difficiles pour la pratique des sports, telles que des vents forts, une grande humidité de l'air, des chutes de neige abondantes ou des pistes glacées;
- La température atteint moins de **-20°C** pour une épreuve de 15 kilomètres ou moins, sans le facteur éolien;
- La température atteint moins de **-18°C** pour une épreuve de plus de 15 kilomètres, sans le facteur éolien

Les facteurs suivants doivent être pris en considération par le jury en ce qui concerne la sécurité par temps froid : la température, la durée de l'exposition, la distance de la compétition, le type de parcours et le facteur éolien.

