

Sommaire

- 1 Nos partenaires
- 2 Accès et parkings
- 3 Retrait des dossards
- 4 Arbitrage
- 5 Aires de transition
- 6 Natation
- 7 Vélo
- 8 Course à pied
- 9 Après course
Autour de la course

ROADBOOK 2023

Epreuves du samedi 3 juin

XS et Benfeld TRIKIDS

Triathlon International

Obernai / Benfeld



*Votre guide pour un triathlon
en toute sérénité*

1

Nos partenaires en compétition avec vous



2 Parkings à Benfeld plan d'eau

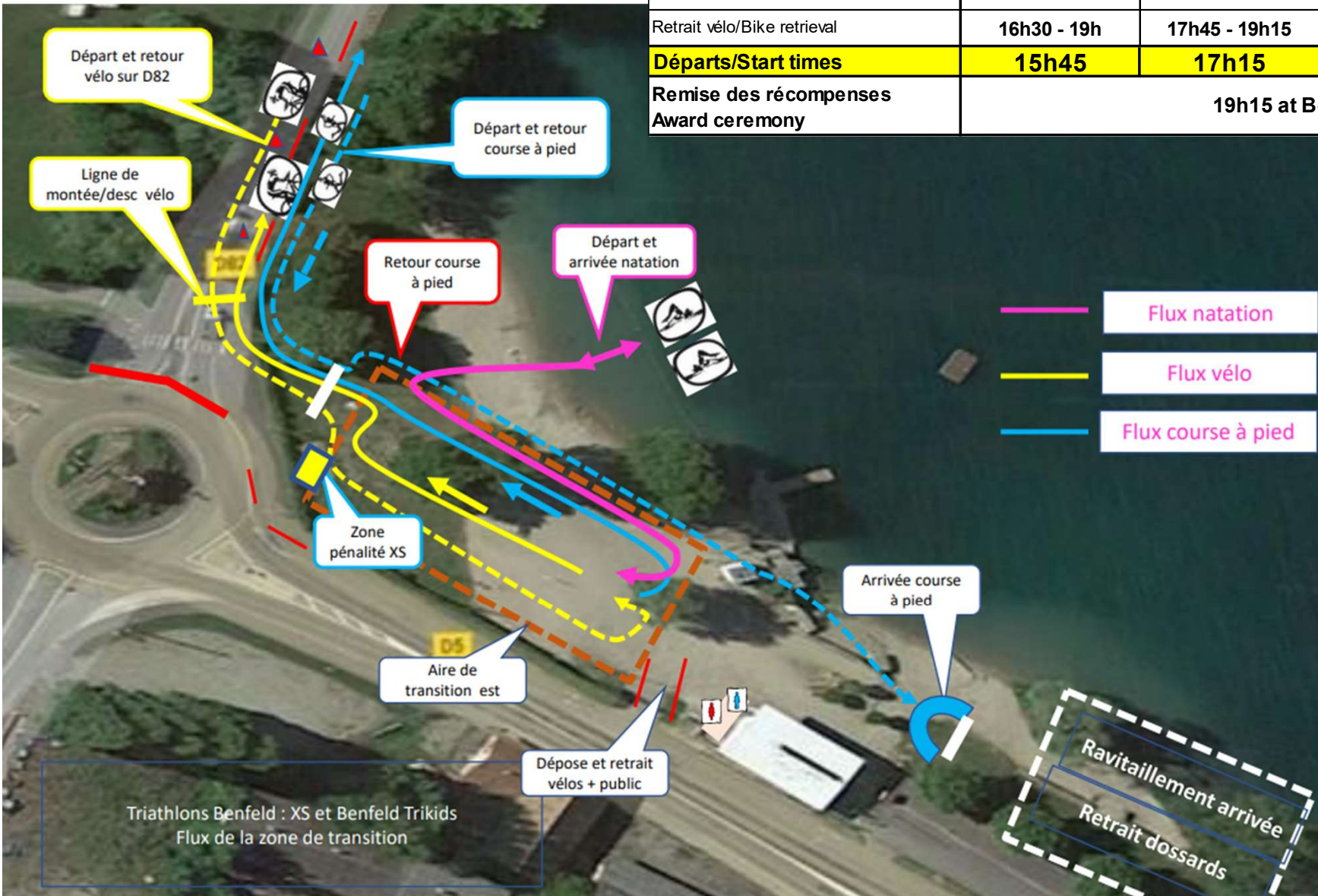


Stationnez avec civisme

- Laisser libre l'accès aux riverains et entreprises
- Veillez à ne pas gêner la circulation en général

2 Plan du site - Horaires

Format :	XS	Benfeld Trikids 3	Benfeld Trikids 2	Benfeld Trikids 1
Distances nata/vélo/càp	400m/9,8km/2,8km	250m/ 4,9km /1,7km	150m/ 2,5km / 1,2km	50m/ 1,3km / 0,6km
Ouverture/fermeture dépose vélo Opening/closing bike deposal	14h30- 15h30	14h30 à/to 15mn before start/avant le départ		
Briefing course/Race briefing	15h35	17h05	17h50	18h20
Retrait vélo/Bike retrieval	16h30 - 19h	17h45 - 19h15	18h15 - 19h15	18h45 - 19h15
Départs/Start times	15h45	17h15	18h	18h30
Remise des récompenses Award ceremony	19h15 at Benfeld lake			



Conseils et recommandations

Votre 1^{er} Triathlon ?

Les bénévoles et les arbitres en « mode éducatif » sont là pour vous aider à réussir, mais voici quelques recommandations.

Pour les parents : Pendant toute la durée du Triathlon aucune aide extérieure ou accompagnement n'est autorisé (ravitaillement, vêtements, etc..).
L'enfant est autonome tout en étant aidé si besoin par l'organisation ou les arbitres .

Le comportement : Le triathlon est une discipline de respect et en aucun cas je ne gêne les concurrents ou tiens des propos déplacés ou agressifs.
Mes parents et supporters respectent les mêmes règles dans un esprit sportif.

La tenue :
Pour les garçons : Maillot de bain + Tshirt ou Tri fonction (cuissard ou short facultatif)
Pour les filles : Maillot de bain 1 pièce ou Tri fonction (Tshirt, cuissard ou short facultatifs)
Pour tous : Ceinture porte dossard – casque vélo – lunettes de natation (facultatif) – chaussures course

3 Retrait des dossards

Où ?

A Benfeld plan d'eau sous chapiteau

Quand ?

- Samedi de 14h30 à 17h30

Dossards formats S-M-L à Obernai
• Samedi de 15h à 18h
• Dimanche de 7h30 à 10h30

Contenu de l'enveloppe dossard

Stickers vélo

Dossard avec prénom et puce intégrée

Bonnet natation

Important

Vous **ne prenez pas le départ** après retrait du dossard ? Rendez votre dossard avec puce. Evitera des recherches qui retardent la promulgation des résultats.

J-8

A réception de votre N° de dossard (par Email), vérifiez si votre inscription est complète

J

Présentez-vous au retrait dossards avec le ou les documents manquants (certificat médical, pass-compétition, licence Triathlon,..).

- En général la licence ou pièce d'identité peut vous être demandée
- Retrait pour tierce personne : Copie papier ou numérique de la pièce d'identité de la personne

4 Arbitrage

Le corps arbitral a pour mission de veiller au respect de la réglementation sportive de la Fédération Française de Triathlon (RS FFTri)

Cette réglementation a pour objectifs principaux:

- L'égalité des chances pour tous
- La sécurité des concurrents, du public, des usagers de la route et des lieux
- Le respect de l'environnement
- Le respect des partenaires, du public, des bénévoles
- Une image de sportivité

Interdit pendant la course :

- Assistance extérieure : matériel, vêtements, ravitaillement (en dehors de celui de l'organisation), accompagnement
- Caméra ou support sur le casque, utilisation d'appareils de communication (téléphone, etc..) et écouteurs.
- Abandon ou jets de déchets (ravitaillements, gourdes, accessoires, vêtements, ..)

Important

En cas d'abandon , le signaler aux arbitres ou aux bénévoles de la ligne d'arrivée en leur remettant le dossard avec la puce de chronométrage. Accélère la sortie des résultats en évitant les recherches.

5 Aires de transition

Numérotation des emplacements

Chaque concurrent individuel dispose d'un emplacement numéroté. La numérotation est de 1 à 500 dans le sens de la course et sans côté pair ou impair

Règles d'accès :

- Vélo identifié avec le sticker
- Casque sur la tête, jugulaire fermée
- Dossard fixé sur la ceinture par 3 points
- Affaires de natation
- **L'organisation vous marque le bras**
- **Le corps arbitral vérifie votre conformité**

- Dépose des affaires run sans déborder sur l'emplacement voisin
- En fin de course, retrait du vélo et des affaires **avec le dossard**

SANCTIONS POSSIBLES

Exemples indicatifs, se reporter à la Règlementation Sportive FFTri

<http://www.fftri.com/reglementation-sportive-0/>

• **Avertissement verbal** : Mise en conformité préventive, action éducative sur faute légère corrigable

• **Carton jaune (Stop & Go)** : Arrêt pour mise en conformité (dossard mal positionné ou mal fixé, tenue débraillée, port d'écouteurs, parcours coupé dans l'aire de transition, jugulaire casque pas fermée, etc..)

• **Carton bleu (pour XS uniquement)** : Abri aspiration (drafting) à vélo. Oblige à un arrêt dans la zone de pénalité située à l'arrivée du vélo à l'entrée de l'aire de transition. Durée de l'arrêt sous contrôle d'un arbitre : 1mn.

• **Carton rouge** : Mise hors course par disqualification (jet de déchets, abri-aspiration caractérisé, refus de remise en conformité, comportement déplacé, etc..)

• **Pour les épreuves enfants l'intervention des arbitres sera surtout préventive et éducative**

Echauffement : Possible dans la zone dédiée jusqu'à 10 mn avant le départ

Départ : Se présenter au départ à H-8 mn avec bonnet de natation sur la tête, **Le dossard avec ceinture ne doit pas être porté en natation**

☐ Briefing à H-5 mn

Parcours : Consulter les plans

Départs séparés Filles et garçons mais au même horaire

Transition natation=>vélo :

- Change à l'emplacement – nudité interdite
- Toutes les affaires restantes doivent être rangées sans déborder sur l'emplacement voisin

Montée sur le vélo :

Sur la route, à la ligne en sortie d'aire de transition :

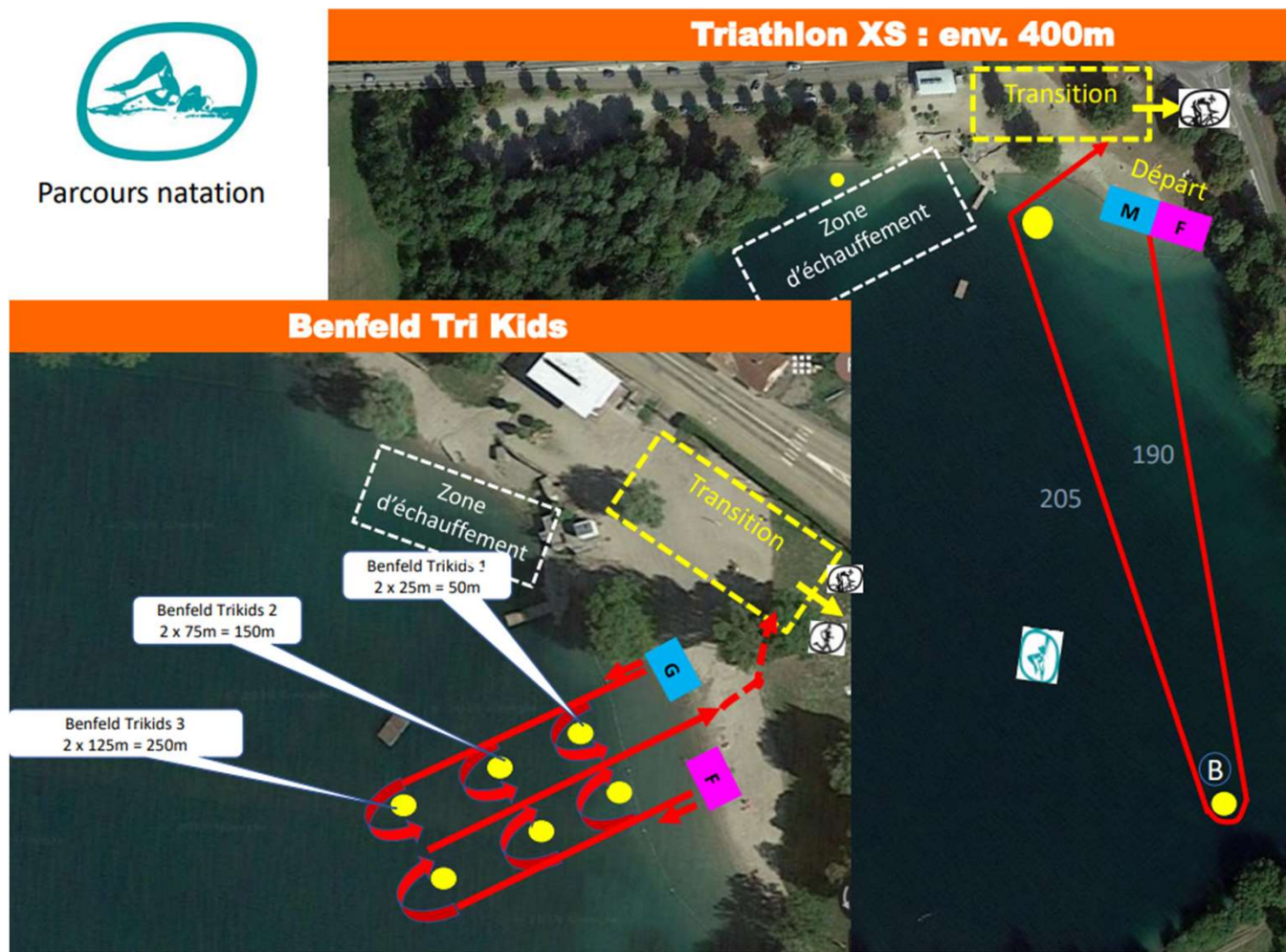
- Casque sur la tête, jugulaire fermée
- Dossard fixé sur ceinture, positionné à l'arrière

Combinaison de natation – rappel

- Obligatoire si température de l'eau $<16^\circ$ ou natation annulée pour les enfants
- Autorisée si température de l'eau $\Rightarrow 16^\circ$ et $\leq 24^\circ 5$
- Interdite si température de l'eau $>24^\circ 5$



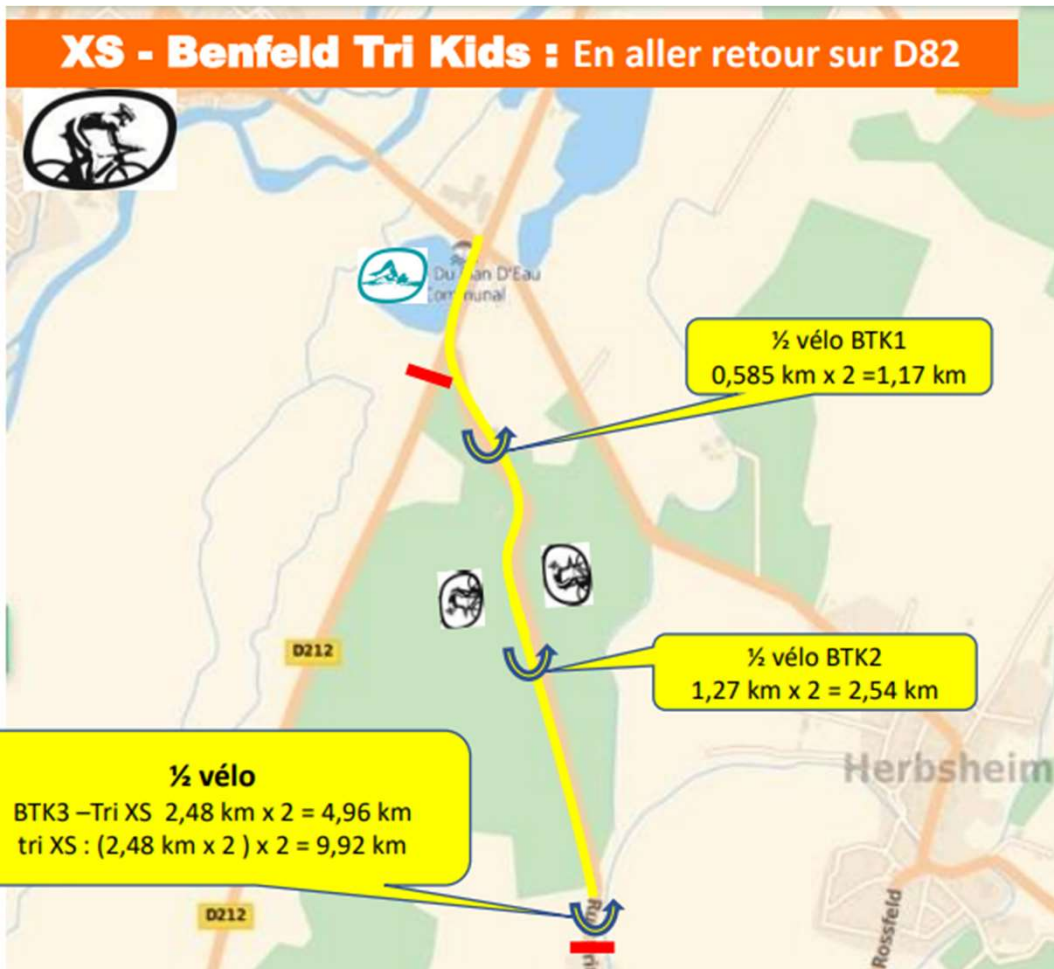
Parcours natation



Conseils

Si je ne suis pas très bon nageur je le signale aux bénévoles présents au départ et pars derrière sans inquiétude. Des bénévoles seront dans l'eau pour ma sécurité.

A la sortie de l'eau je me dirige vers mon emplacement vélo, j'enlève le bonnet de bain (je peux le garder en souvenir), les lunettes et me mets en tenue vélo.



- A vélo je respecte le code de la route, roule avec prudence et reste à distance du vélo devant moi, ou alors je dépasse franchement

Attention:

- Les prolongateurs de vélo de course sont interdits
- Les embouts de VTT avec bouchons aux extrémités sont autorisés
- Descente du vélo à la ligne, casque sur la tête et jugulaire fermée jusqu'à la dépose du vélo à l'emplacement numéroté
- Change à l'emplacement . Les affaires restantes ne doivent pas déborder sur l'emplacement voisin



Rappel : Dossard à l'avant et visible

9 Après et autour de la course

Conserver le dossard jusqu'au retrait du vélo et des affaires

Ravitaillement

- Dans la zone d'arrivée avec boissons et fruits

Retrait du vélo et des affaires :

- Dans l'aire de transition munis du dossard et aux horaires prévus

RESULTATS LIVE

Retrouvez tous les résultats des épreuves au fil de l'arrivée des athlètes.

Scannez le QR Code ou connectez vous à <https://www.chronocompetition.com/index.php/resultats/>



❖ **Buvette – restauration**

❖ **Pasta party sous chapiteau à 19h (sur inscription préalable ou achat sur place dans la limite des disponibilités)**



GENDARMERIE NATIONALE Stand de recrutement

- Samedi à Benfeld**
- Dimanche à Obernai**



Stand d'expo

