

TRIATHLON DE RUMILLY

Dimanche 22 mai 2011

PLAN D'EAU
DE RUMILLY



RATTRAPE MOI SI TU PEUX

Les **filles** partent avant les **garçons**,
le premier qui passe la ligne a gagné.

9h30

Super Sprint
400m, 11km, 3km

Femmes 9h30

Hommes 9h38

11h30 Avenir enfants
distance suivant catégories

14h Courte Distance
1,4km, 37km, 10km

Femmes 14h - Hommes 14h17

Toutes les courses sont "ouvertes à tous"



Chalenge Tour
Avenir, Jeune
de Haute Savoie

JOURNÉES DÉCOUVERTES DU TRIATHLON
Mercredi 18 mai - 14h- 18h -



CHRONOMÉTRAGE A PUCES

chronoconsult.fr



Lot pour chaque participants
Dans la limite des premiers inscrits:



ou



Poêle

Tefal

S.S. sélectif championnat de France D3

Organisation : **Les Alligators Seynod Triathlon**

Info et inscription : www.lesalligators-triathlon.fr

06 87 11 16 50



ECO BUVETTE sur place



Triathlon propre



α Respectons la NATURE α
HAUTE SAVOIE TRIATHLON

Les courses auront lieu à la BASE DE LOISIRS DE RUMILLY.

Départ, arrivée, retrait des dossards : sur le parking du plan d'eau.

9h30 Super Sprint et Relais. (400m, 11km, 3km) Remise des prix 13 h

Retrait des dossards 8h / Ouverture du parc 8h30. Départ féminin à 9h30 - Départ masculin 8 minutes plus tard.

EPREUVE INDIVIDUELLE accessible aux licenciés FFTRI 2011 et aux non licenciés des catégories Minime à Vétéran (né en 1997 et avant). Les non licenciés FFTRI devront présenter à l'organisateur un certificat médical de non contre indication à la pratique du triathlon en compétition datant de moins d'un an à la date de l'épreuve, l'inscription comprend un *Pass Journée Compétition (assurance FFTRI)* d'un montant de 6 euros (cf Code du Sport art L231-2 & L321- 3).

EPREUVE RELAIS Natation : 400m, accessible à partir de la catégorie Poussin (né en 2003 et avant) ; la licence FFN 2011 dispense du certificat médical. **Vélo** : 12 km, accessible à partir de la catégorie Benjamin (né en 1999 et avant) ; la licence FFC 2011 dispense du certificat médical. **Course à pied** : 3 km, accessible à partir de la catégorie Benjamin (né en 1999 et avant) ; la licence FFA 2011 dispense du certificat médical, l'inscription comprend un *Pass Journée Compétition (assurance FFTRI)* d'un montant de 7,5 euros par équipe, quel que soit le nombre d'équipiers (cf Code du Sport art L231-2 & L321- 3).

11h30 Avenir enfants. Remise des prix 13 h

Retrait des dossards 10h / Ouverture du parc 11h.

Course ouverte aux non licenciés (avec certificat médical) et licenciés FFTRI 2011. **Course 1** : poussins et pupilles de 8 à 11 ans (né en 2003,2002,2001,2000). 70 m, 2 km, 400 m. **Course 2** : benjamins de 12 à 13 ans (né en 1999 et 1998). 100 m, 3 km, 1,2 km.

EPREUVE INDIVIDUELLE accessible aux licenciés FFTRI 2011 et aux non licenciés des catégories poussin, pupille et benjamin (né en 2003 à 1998). Les non licenciés FFTRI devront présenter à l'organisateur un certificat médical de non contre indication à la pratique du triathlon en compétition datant de moins d'un an à la date de l'épreuve, l'inscription comprend un *Pass Journée Compétition (assurance FFTRI)* d'un montant de 2 euros (cf Code du Sport art L231-2 & L321- 3).

14h Courte Distance (1,4km, 39km, 10km) Remise des prix 17 h 30

Retrait des dossards 11h / Ouverture du parc 13h. Départ féminin à 14h - Départ masculin 17 minutes plus tard.

EPREUVE INDIVIDUELLE accessible aux licenciés FFTRI 2011 et non licenciés des catégories Junior à Vétéran (né en 1993 et avant)

Les non licenciés FFTRI devront présenter à l'organisateur un certificat médical de non contre indication à la pratique du triathlon en compétition datant de moins d'un an à la date de l'épreuve, l'inscription comprend un *Pass Journée Compétition (assurance FFTRI)* d'un montant de 41 euros (cf Code du Sport art L231-2 & L321- 3) **EPREUVE RELAIS Natation** : 1.4 km accessible à partir de la catégorie Cadet (né en 1995 et avant) ; la licence FFN 2011 dispense du certificat médical **Vélo** : 39 km accessible à partir de la catégorie Cadet (né en 1995 et avant) ; la licence FFC 2011 dispense du certificat médical, **Course à pied** : 10 km accessible à partir de la catégorie Cadet (né en 1995 et avant) ; la licence FFA 2011 dispense du certificat médical, l'inscription comprend un *Pass Journée Compétition (assurance FFTRI)* d'un montant de 7,5 euros par équipe, quel que soit le nombre d'équipiers (cf Code du Sport art L231-2 & L321- 3)

Les organisateurs de course ne sont pas responsable du tarif des Pass Journée, les bénéficiaires sont la ligue Rhône Alpes et la FFTRI

Rappel des règles de course communes à toutes les épreuves

Ordre de course ; natation, vélo, course à pied. Tous les coureurs doivent respecter la réglementation générale de la F.F.TRI. Sous le contrôle des arbitres officiels. Le respect du code de la route est impératif .

Aucune aide extérieure et accompagnement ne sont autorisés (ravitaillement, dépannage vélo, massage ...).

Natation si la température de l'eau est supérieur ou égale à 24° les combinaisons et surtenues de natation seront interdites.

Le port du casque rigide, jugulaire serrée (sur le parcours et dans le parc à vélos) est obligatoire.

L'épreuve cycliste est un contre la montre individuel. L'abri derrière ou à côté d'un autre compétiteur est interdit. Les arbitres et l'organisation seront extrêmement vigilants et sanctionneront les concurrents qui ne respecteraient pas ces règles. En vélo dossard derrière et en course à pieds dossard devant, pour la course Avenir le dossard se porte devant.

Règle du carton noir : si un arbitre officiel est amené à vous présenter un carton noir en vélo, vous devrez effectuer une boucle de pénalité 200m ou 400m en course à pieds, sous peine de disqualification (sauf course Avenir).

Merci de respecter les décisions des arbitres.

L'inscription vous engage à respecter le code de la route, le règlement de l'épreuve et la réglementation générale de la FFTRI .
Merci de respecter les lieux qui vous accueillent en ne jetant pas de débris pas terre.

Récompenses

Avenir : les 3 premiers filles et garçons, poussins, pupilles et benjamins.

Super Sprint : **Rattrape moi si tu peux** les 5 premiers au scratch + 3 premiers minime, cadet, junior, senior, vétéran et **un lot pour la dernière concurrente.**

Relais S.S et CD : la première équipe au scratch
Courte Distance : 3 premiers F et H, junior, senior, vétéran + **un lot pour la dernière concurrente.**

Sélectifs

Super Sprint
championnat de France D3
Sélectifs pour ½ Finale Sud
Clubs D3 Triathlon
21 juillet. Bergerac

Sélectionnés :
Homme : 5 clubs
Femme : 5 clubs.



Primes

Courte Distance SCRATCH
Rattrape moi si tu peux

1 = 400 €	6 = 70 €
2 = 300 €	7 = 60 €
3 = 200 €	8 = 50 €
4 = 100 €	9 = 50 €
5 = 80 €	10 = 50 €

Club le plus représenté
150 €

BULLETIN D'INSCRIPTION **individuel**

Individuel

- Courte distance licencié F.F.TRI.
- Courte distance non licencié.
- S.Sprint (14 ans et +) licencié F.F.TRI.
- S.Sprint (14 ans et +) non licencié.
- Avenir (8 à 13 ans) licencié F.F.TRI.
- Avenir (8 à 13 ans) non licencié.

 **Cochez votre catégorie.**

28 Euros
69 Euros
18 Euros
24 Euros
6 Euros
8 Euros

Tarif jusqu' au
vendredi 20 mai

L'organisation ne pratique pas de majoration de tarif progressive, merci de penser à vous inscrire une semaine avant la course. Les inscriptions sur place seront majorées de 10 euros. Pas de majoration pour les Aveniris.

Cette inscription vous engage à respecter le code de la route, le règlement de l'épreuve et la réglementation générale de la FFTRI.

Merci de respecter les lieux qui vous accueillent en ne jetant pas de détritus pas terre.

NOM _____
 PRENOM _____
 ANNEE DE NAISSANCE _____ SEXE M F
 CLUB _____ Téléphone _____
 ADRESSE _____
 C.P. _____ VILLE _____
 E-mail pour les résultats _____
 N° DE LICENCE _____

A joindre au bulletin d'inscription

- ▶ Le règlement à l'ordre des ALLIGATORS TRIATHLON
- ▶ Une photocopie de licence si vous êtes licencié F.F.TRI 2011.
- ▶ Un certificat médical de non contre indication à la pratique du triathlon en compétition.
- ▶ Une autorisation parentale pour les mineurs (ci-dessous)

Je soussigné, _____ autorise mon fils / ma fille

à participer au TRIATHLON DE RUMILLY le 22 mai 2011

Fait à _____, le _____ signature :

durant de moins d' un an
à la date de l' épreuve

Tout courrier est à adresser à :
- François ROBILLOT -
29 rue du Vernay 74960 CRANGEVRIER

ou par internet

lesalligators-triathlon.fr

Inscrivez-vous en ligne  activeglobal.com/fr

 comawayrh.com

Ressources Humaines & Recrutement
Haute-Savoie & Siège social
356, rue de l'Artisanat 74330 POISY / ANNECY
Tél 04.50.52.72.37

CHRYSLER
Jeep
DODGE
MORDEZ DANS LA VIE
SEYNOD
ANNECY

C.P.'ELEC
électricité générale
04 50 46 68 99
24 all Fougères
74600 SEYNOD

Sélectif Rhône Alpes pour le Championnat de France D3

Vous retrouverez les
conditions de sélection sur
triathlon.rhonealpes.free.fr



RATTRAPE MOI SI TU PEUX

Les filles partent avant les garçons,
le premier qui passe la ligne a gagné.

L'écart est calculé suivant les résultats des années antérieures entre le 1er homme et la 1ère femme, il sera ajusté tous les ans. Cette année 8 minutes entre les deux vagues pour le SS et 17 minutes pour le CD.

Bien sur pour le classement officiel les concurrentes féminines seront réintégrées à leur place réelle, par contre les primes de résultat (5 SS et 10 CD) se prendront sur la ligne d'arrivée.

 Nestlé & General Mills
Cereal Partners France

BULLETIN D'INSCRIPTION **relais**

Relais

- Courte distance licencié F.F.TRI.
- Courte distance non licencié
- S.Sprint licencié F.F.TRI
- S.Sprint non licencié

 **Cochez votre catégorie.**

50 Euros
58 Euros
33 Euros
41 Euros

Tarif jusqu' au
vendredi 20 mai

L'organisation ne pratique pas de majoration de tarif progressive, merci de penser à vous inscrire une semaine avant la course. Les inscriptions sur place seront majorées de 10 euros.

Cette inscription vous engage à respecter le code de la route, le règlement de l'épreuve et la réglementation générale de la FFTRI.

Merci de respecter les lieux qui vous accueillent en ne jetant pas de détritus pas terre.

Si un relayeur n'est pas licencié FFTRI, l'équipe sera considérée comme non-licencié. La zone de relais se situe dans l'aire de transition à l'emplacement de l'équipe. Un contact physique entre relayeurs doit être exécuté.

1 NOM _____ PRENOM _____
 ANNÉE DE NAISSANCE _____
 CLUB _____ MAIL (pour les résultats) _____
 ADRESSE _____
 C.P. _____ VILLE _____



2 NOM _____ PRENOM _____
 ANNÉE DE NAISSANCE _____
 CLUB _____ MAIL (pour les résultats) _____
 ADRESSE _____
 C.P. _____ VILLE _____



3 NOM _____ PRENOM _____
 ANNÉE DE NAISSANCE _____
 CLUB _____ MAIL (pour les résultats) _____
 ADRESSE _____
 C.P. _____ VILLE _____



A joindre au bulletin d'inscription

- ▶ Le règlement à l'ordre des ALLIGATORS TRIATHLON
- ▶ Une photocopie de licence si vous êtes licencié 2011 FFTRI, FFN, FFC, FFA.
- ▶ Un certificat médical de non contre indication à la pratique du triathlon en compétition.
- ▶ Une autorisation parentale pour les mineurs (ci-dessous)

Je soussigné, _____ autorise mon fils / ma fille

à participer au TRIATHLON DE RUMILLY le 22 mai 2011

Fait à _____, le _____ signature :

durant de moins d' un an
à la date de l' épreuve



Tout courrier est à adresser à :
- François ROBILLOT -
29 rue du Vernay 74960 CRAN GEVRIER

Ou par internet

lesalligators-triathlon.fr

Inscrivez-vous en ligne  activeglobal.com/fr



Chalenge Tour 2011
Avenir, Jeune de Haute Savoie, un classement sera effectué sur les courses du département pour les catégories de poussin à junior.

1ère étape Triathlon Rumilly 22/05
2ème étape Triathlon Thonon 17/07
3ème étape Triathlon Mont Blanc 28/08
4ème étape Duathlon Salève 2/10
contact : cdtrihs@neuf.fr
06 87 11 16 50