

# TRIATHLON DE RUMILLY

## Dimanche 20 mai 2012

PLAN D'EAU  
DE RUMILLY

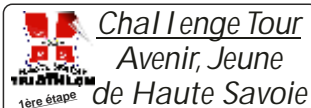


9h30  
Super Sprint  
400m, 11km, 3km  
Femmes 9h30  
Hommes 9h37

11h30 Avenir enfants  
distance suivant catégories

14h Courte Distance  
1,4km, 40km, 10km  
Femmes 14h - Hommes 14h18

Toutes les courses sont "ouvertes à tous"



MERCREDI DÉCOUVERTES DU TRIATHLON  
Reconnaissance des parcours Avenir et S.S.  
Mercredi 18 mai - 14h - 18h -



### RATTRAPE MOI SI TU PEUX

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



Sélectif championnat de France de Triathlon CD - Elite  
(1-2 septembre - Saint Cyr)

Organisation : Les Alligators Seynod Triathlon  
Info et inscription : [www.lesalligators-triathlon.fr](http://www.lesalligators-triathlon.fr)

ECO BUVETTE sur place ☎ 06 87 11 16 50



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 13h

Retrait des dossards 8h / Ouverture du parc 8h30. **Départ féminin à 9h30 - Départ masculin 7 minutes plus tard.**  
**ÉPREUVE INDIVIDUELLE** accessible aux licenciés FFTRI 2012 et aux non licenciés des catégories Minime à Vétérans (né en 1998 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 de six mois 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 & L231-2-2).

**ÉPREUVE RELAIS** Natation : 400m, accessible à partir de la catégorie Poussin (né en 2004 et avant) ; la licence FFFN 2012 dispense du certificat médical. Vélo : 12 km, accessible à partir de la catégorie Benjamin (né en 2000 et avant) ; la licence FFC 2012 dispense du certificat médical. Course à pied : 3 km, accessible à partir de la catégorie Benjamin (né en 2000 et avant) ; la licence FFA 2012 dispense du certificat médical, l'inscription comprend un Pass Journée Compétition (assurance FFTRI) d'un montant de 4 euros par personnes non licencié (cf Code du Sport Art L231-2 & L231-2-2).

11h30 Avenir enfants. Remise des prix 13h Retrait des dossards 10h / Ouverture du parc 11h.

Course ouverte aux non licenciés (avec certificat médical) et licenciés FFTRI 2012. **Course 1** : poussins et pupilles de 8 à 11 ans (né en 2004, 2003, 2002, 2001). 70 m, 2 km, 400 m. **Course 2** : benjamins de 12 à 13 ans (né en 2000 et 1999). 100 m, 3 km, 1,2 km. **ÉPREUVE INDIVIDUELLE** accessible aux licenciés FFTRI 2012 et aux non licenciés des catégories poussin, pupille et benjamin (né en 2004 à 1999). 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 de six mois à la date de l'épreuve, l'inscription comprend un Pass Journée Loisir (assurance FFTRI) d'un montant de 2 euros (cf Code du Sport Art L231-2 & L231-2-2).

14h Courte Distance (1,4km, 40km, 10km) Remise des prix 17h 30

Retrait des dossards 11h / Ouverture du parc 13h. **Départ féminin à 14h - Départ masculin 18 minutes plus tard.**  
**ÉPREUVE INDIVIDUELLE** accessible aux licenciés FFTRI 2012 et non licenciés des catégories Junior à Vétérans (né en 1994 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 de six mois 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 & L231-2-2) **ÉPREUVE RELAIS** Natation : 1.4 km accessible à partir de la catégorie Cadet (né en 1996 et avant) ; la licence FFFN 2012 dispense du certificat médical Vélo : 39 km accessible à partir de la catégorie Cadet (né en 1996 et avant) ; la licence FFC 2012 dispense du certificat médical, Course à pied : 10 km accessible à partir de la catégorie Cadet (né en 1996 et avant) ; la licence FFA 2012 dispense du certificat médical, l'inscription comprend un Pass Journée Compétition (assurance FFTRI) d'un montant de 7,5 euros par personnes non licencié (cf Code du Sport Art L231-2 & L231-2-2).

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.T.R.I.

Sous le contrôle des arbitres officiels. Le respect du code de la route est impératif.

Les concurrents devront limiter le matériel introduit dans l'aire de transition à celui strictement nécessaire à la course. Il sera possible de laisser un petit sac de transport à son emplacement. Aucun zone sac ou de stockage est prévue.

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 devez effectuer une boucle de pénalité 200m ou 400m en course à pieds, sous peine de disqualification (sauf course Avenir).

L'organisateur mettra à disposition des concurrents des zones de propreté identifiées sur lesquelles les concurrents pourront abandonner leur matériel, déchets et emballages divers. 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.

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

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

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

### 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, vétérans 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, vétérans + un lot pour la dernière concurrente.

Les récompenses courte distance sont non cumulables.

### 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 7 minutes entre les deux vagues pour le SS et 18 minutes pour le CD. Bien sûr 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.

### 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**

Triathlon de Rumilly 20 mai 2012

- Courte distance **FEMME** licencié F.F.TRI.
- Courte distance **FEMME** non licencié.
- Courte distance homme licencié F.F.TRI.
- Courte distance homme 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.**

25 Euros  
66 Euros  
30 Euros  
71 Euros  
18 Euros  
24 Euros  
6 Euros  
8 Euros  
Tarif jusqu' au  
vendredi 18 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 Avenir.

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 détritux 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
- ▶ Un certificat médical de non contre indication à la pratique du triathlon en compétition datant de moins de six mois à la date de l'épreuve, pour les non licenciés.
- ▶ Une autorisation parentale pour les mineurs (ci-dessous)

Je, soussigné (e), [Nom, Prénom] \_\_\_\_\_  
 père, mère, tuteur [rayer les mentions inutiles], autorise l'enfant [Nom, Prénom] \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_ à participer au TRIATHLON DE RUMILLY le 20 mai 2012  
 Fait le : \_\_\_\_\_ Signature : \_\_\_\_\_

Tout courrier est à adresser à :  
**- François ROBILLOT -**  
 29 rue du Vernay 74960 CRANGEVRIER  
 ou par internet

Lesalligators-triathlon.fr

Inscrivez-vous en ligne **go!** activeglobal.com/fr

Hébergement officiels **Tri!**

**Les Charmilles** **Le Marilyn**  
 Camping \*\*\* Restaurant  
 625, Route du Val de Fier - 74150 Vallières  
 Tél: +33 4 50 62 10 60 - GSM +33 6 20 13 90 16  
 campinglescharmilles.com

Radios officiels **Tri!**



**Chalenge Tour 2012**

*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 20/05  
 2ème étape Triathlon Anancy 01/07  
 3ème étape Triathlon Thonon 15/07  
 4ème étape Triathlon Mont Blanc 26/08  
 contact : [cdtrihs@neuf.fr](mailto:cdtrihs@neuf.fr)

Véhicules officiels **Tri!**



# BULLETIN D'INSCRIPTION **relais**

Triathlon de Rumilly 20 mai 2012

Relais

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

**Cochez votre catégorie.**

**Calculer**

1  2  3  = TOTAL équipe

Prix par relayeur  
 14 Euros  
 21 Euros  
 8,5 Euros  
 12,5 Euros  
 Tarif jusqu' au  
 vendredi 18 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 détritux pas terre.**

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 \_\_\_\_\_ PRÉNOM \_\_\_\_\_  
 ANNÉE DE NAISSANCE \_\_\_\_\_ N° DE LICENCE \_\_\_\_\_ **le nageur**  
 CLUB \_\_\_\_\_ MAIL (pour les résultats) \_\_\_\_\_  
 ADRESSE \_\_\_\_\_  
 C.P. \_\_\_\_\_ VILLE \_\_\_\_\_

2 NOM \_\_\_\_\_ PRÉNOM \_\_\_\_\_  
 ANNÉE DE NAISSANCE \_\_\_\_\_ N° DE LICENCE \_\_\_\_\_ **le cycliste**  
 CLUB \_\_\_\_\_ MAIL (pour les résultats) \_\_\_\_\_  
 ADRESSE \_\_\_\_\_  
 C.P. \_\_\_\_\_ VILLE \_\_\_\_\_

3 NOM \_\_\_\_\_ PRÉNOM \_\_\_\_\_  
 ANNÉE DE NAISSANCE \_\_\_\_\_ N° DE LICENCE \_\_\_\_\_ **le coureur**  
 CLUB \_\_\_\_\_ MAIL (pour les résultats) \_\_\_\_\_  
 ADRESSE \_\_\_\_\_  
 C.P. \_\_\_\_\_ VILLE \_\_\_\_\_

A joindre au bulletin d'inscription.

- ▶ Le règlement à l'ordre des ALLIGATORS TRIATHLON
- ▶ Un certificat médical de non contre indication à la pratique du triathlon en compétition datant de moins de six mois à la date de l'épreuve, pour les non licenciés.
- ▶ Une autorisation parentale pour les mineurs (ci-dessous)

Je, soussigné (e), [Nom, Prénom] \_\_\_\_\_  
 père, mère, tuteur [rayer les mentions inutiles], autorise l'enfant [Nom, Prénom] \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_ à participer au TRIATHLON DE RUMILLY le 20 mai 2012  
 Fait le : \_\_\_\_\_ Signature : \_\_\_\_\_

Boisson officielle **Tri!**



Distribution sur le CD

Stands sur place **Tri!**

**WakingShop**  
 Anancy 74  
**COOL ALTITUDE**  
 cycles et sports  
 Le Montcel 73

Tout courrier est à adresser à :  
**- François ROBILLOT -**  
 29 rue du Vernay 74960 CRANGEVRIER  
 ou par internet

Lesalligators-triathlon.fr

Inscrivez-vous en ligne **go!** activeglobal.com/fr

Imprimez moi en noir et blanc