



Règlement Special Olympics Belgium

# Triathlon

*Septembre 2011*



## SOMMAIRE

CHAPITRE 1 : REGLEMENT GENERAL	3
CHAPITRE 2: L'EPREUVE DE NATATION	4
CHAPITRE 3: L'EPREUVE DE CYCLISME	5
CHAPITRE 4: L'EPREUVE DE COURSE A PIED	7
CHAPITRE 5: REMISE DES MEDAILLES	7

Ce règlement officiel de triathlon Special Olympics est d'application pour toutes les compétitions triathlon Special Olympics en Belgique. Ce règlement est rédigé par Special Olympics Inc. et retravaillé en français par Special Olympics Belgium. Le contenu de ces pages peut être multiplié et copié à condition de mentionner explicitement la source, c.-à-d. le logo et la dénomination de Special Olympics Belgium.  
Le logo est disponible sur demande auprès de: [info@specialolympics.be](mailto:info@specialolympics.be).





Le triathlon se compose des épreuves suivantes :

- 250 m natation
- 10 km cyclisme
- 3 km course à pied

Triathlon 1 jour : les trois épreuves seront réalisées le même jour.

Triathlon 3 jours : les épreuves seront réalisées en trois jours.

Jour 1 : 250 m natation

Jour 2 : 10 Km cyclisme

Jour 3 : 3 Km course à pied

## CHAPITRE 1: RÈGLEMENT GÉNÉRAL

- L'accompagnement des athlètes durant les épreuves de triathlon n'est pas autorisé, sous peine de disqualification.
- La participation aux compétitions n'est autorisée qu'aux athlètes ayant atteint l'âge de 16 ans. Cette épreuve est accessible aussi bien aux femmes qu'aux hommes.
- L'athlète doit être en possession d'une autorisation de son médecin pour pouvoir participer au triathlon. Dans le cas contraire, il (elle) ne pourra prendre part à cette épreuve et ce, dans son propre intérêt.
- Comportement de l'athlète : à tout moment, l'athlète doit avoir un comportement correct vis-à-vis des juges et des officiels de l'organisation. Dans le cas contraire, des cartes jaunes ou rouges peuvent être distribuées.
- Les dossards et les bonnets de bain numérotés seront mis à disposition par Special Olympics Belgium et doivent être portés visiblement par les athlètes.
- Les athlètes ne sont pas obligés de réaliser une performance minimum par épreuve mais le triathlon doit être exécuté endéans une durée totale déterminée (voir les tableaux dans le projet).
- Les réclamations éventuelles doivent être introduites auprès de l'arbitre dans les 15 minutes qui suivent la fin de l'épreuve.
- Seul l'accompagnement par un coach dans le parc de changement d'épreuve (natation → cyclisme et cyclisme → course à pieds) sera autorisé. Ceci bien sûr pour le triathlon en 1 jour.





## CHAPITRE 2: L'ÉPREUVE DE NATATION

- Le port du bonnet de bain est obligatoire.
- Le maillot de bain doit être adapté. Les femmes revêtiront un maillot "une pièce".
- Un nageur ne peut faire usage d'accessoires artificiels ni de tout autre moyen, p.ex. palmes, brassards, ... (Exclusion)
- Les accessoires de natation suivants sont admis : lunettes de natation, bouchons pour les oreilles et pince-nez.
- Tous les styles de natation sont autorisés. Marcher ou courir sur le fond n'est autorisé qu'au départ ou à l'arrivée. L'athlète ne peut faire usage du fond, ni de tout autre objet, dans le but d'en retirer un avantage. Les points de retournement (mur) dans la piscine, doivent être touchés (mains ou pieds).
- La natation se déroule en piscine.
- Le départ : le départ est donné par le starter au moyen d'un sifflet.
- Faux départ : le starter rappelle les concurrents en cas de faux départ. Les athlètes qui ont causé intentionnellement ce faux départ et/ou ceux qui n'ont pas obtempéré immédiatement, reçoivent, après avertissement, une carte jaune ou rouge. Un deuxième faux départ, causé par les mêmes personnes, entraîne ipso facto leur disqualification.
- Le temps maximum autorisé pour le passage à l'épreuve suivante dans le parc fermé est de 7 minutes (triathlon 1 jour).





## CHAPITRE 3: L'ÉPREUVE DE CYCLISME

- L'athlète doit revêtir un équipement sportif.
- Les athlètes se muniront d'un vélo, les vélos de course sont autorisés.
- Le vélo doit être à la taille du coureur, peut être muni de changement de vitesses et de cale-pieds.
- Le diamètre des roues peut varier (min. 60 cm et max. 75 cm). Les roues peuvent être pleines ou à rayons (longueur max. 270 mm).  
Les roues à disques, semi-disques ou les jantes de telles roues doivent pouvoir être contrôlées facilement.  
Les vélos doivent être munis de freins avant et arrière dont le fonctionnement doit être impeccable. Le non-respect de l'un ou l'autre des points ci-dessus entraîne l'exclusion.
- Chaque vélo est contrôlé par Special Olympics Belgium sur le plan technique. Un vélo qui présente un défaut pendant la course, peut être réparé.
- Avant de participer à l'épreuve, les participants veilleront à ce que leur vélo soit en ordre sur le plan légal.
- Les athlètes ne peuvent pas être accompagnés pendant la course.
- Pendant toute la course, le triathlète devra porter son numéro de départ sur le dos et ce, d'une façon visible.
- Les participants porteront pendant l'épreuve un casque correctement attaché. Il sera conforme aux normes de sécurité établies par un organisme officiellement reconnu. (Exclusion).
- Les athlètes ne peuvent pas rouler dans la roue l'un de l'autre. Ils ne peuvent non plus rouler l'un à côté de l'autre. Ils observeront une distance de minimum 10 m.
- Un athlète effectuant un dépassement ne peut faire une queue de poisson à celui qui le précédait, il s'en écartera le plus possible.  
Lorsqu'un participant est dépassé, il ne pourra rester dans la roue de celui qui le précède. (Exclusion).
- Les athlètes se tiendront le plus possible à droite, sauf pour les dépassements.





- Ils ne profiteront jamais d'un athlète ou d'un véhicule quelconque. (Exclusion).
- L'athlète ne pourra jamais être accompagné de véhicules n'appartenant pas à l'organisation.
- Le parcours peut être effectué en partie à pied mais dans ce cas, l'athlète portera ou poussera son vélo.
- Il n'y aura pas d'avertissements, l'athlète reçoit une carte jaune ou une carte rouge. Une carte jaune correspond à une pénalité de 1 minute. L'athlète qui reçoit 2 cartes jaunes ou plus, est exclu.  
La carte rouge correspond toujours à une exclusion.  
L'athlète ayant reçu deux cartes jaunes ou une carte rouge, ne sera pas repris au classement. Il recevra une médaille de disqualification
- Le temps maximum autorisé pour le changement d'épreuve dans le parc fermé est de 7 minutes (triathlon 1 jour).





## CHAPITRE 4 : L'ÉPREUVE COURSE A PIED

- Un vêtement d'athlétisme ou un vêtement de triathlon est obligatoire. On ne peut pas courir torse nu.
- Pendant toute la durée de la course, l'athlète portera son numéro de départ de façon bien visible.
- La course peut être organisée aussi bien sur piste que sur un parcours libre.
- Les athlètes ne peuvent pas être accompagnés pendant la course.

## CHAPITRE 5: REMISE DES MEDAILLES

Sur base du temps total réalisé pour les trois parties de l'épreuve, les 1<sup>ère</sup>, 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> places sont accordées, correspondant à une médaille d'or, d'argent ou de bronze. Les autres athlètes recevront une médaille de participation.

Les médailles sont remises par série.

Pour pouvoir être pris en considération pour la remise d'une médaille, l'athlète devra avoir complété les 3 épreuves

