

RÈGLEMENT – TRIATHLON DU LAC DE SAINT PARDOUX – ÉDITION 2026

SAMEDI 5 & DIMANCHE 6 SEPTEMBRE 2026

L'inscription d'un concurrent à une épreuve implique automatiquement l'acceptation et le respect des règlements de la F.F.TRI. et du Triathlon du lac de Saint Pardoux en vigueur le jour de l'épreuve.

En s'inscrivant et prenant part aux compétitions du Triathlon du lac de Saint Pardoux des 5 et 6 septembre 2026, chaque athlète reconnaît avoir pris connaissance du règlement et s'engage à le respecter dans sa totalité. Un athlète engagé sur une épreuve est considéré en course à partir de la remise du dossard jusqu'à la fin de la remise des prix, il est donc soumis à la réglementation pendant toute cette période. Il veillera en particulier à avoir une attitude toujours courtoise, écologiquement responsable et à ne pas s'échauffer sur les parcours si une autre course s'y déroule.

Article 1. L'organisateur

Le « Triathlon du lac de Saint Pardoux » est une manifestation organisée par le Limoges Triathlon les samedi 5 et dimanche 6 septembre 2026 sur le site de Santrop, lac de Saint Pardoux, commune de Razès.

L'organisateur dispose d'un contrat de responsabilité civile souscrit auprès de la FFTRI qui couvre sa responsabilité civile et celle des concurrents dûment inscrits, durant toute la durée de leur compétition, pour les dommages corporels qu'ils pourraient causer accidentellement à des tiers ou se causer entre eux.

- L'organisateur se dégage de toute responsabilité pour tout accident, blessure, dommage corporel, incapacité ou décès survenu à un concurrent, à l'exception des accidents inhérents à un manquement de l'organisateur à ses obligations légales et réglementaires.
- L'organisateur décline également toute responsabilité pour toute dégradation, perte ou vol d'objet appartenant au concurrent. Il est de la responsabilité de chacun de contracter une assurance pour couvrir ces dommages.

Article 2. Les Epreuves

Samedi 5 septembre				
Epreuve	Distance natation	Distance vélo	Distance cap	Nbre de participants maximum
Family Aquathlon	30 m	/	350 m	50 équipes
Aquathlon 6-9	50 m	/	500 m	50
Aquathlon 10-13	200 m	/	1500 m	50
Triathlon S CLM par équipe	750 m	18 km	5 km	80 équipes

Dimanche 6 septembre				
Epreuve	Distance natation	Distance vélo	Distance cap	Nbre de participants maximum
Triathlon S	750 m	19 km	4,7 km	250
Triathlon M	1500 m	38 km	9,5 km	130
Triathlon M relais	1500 m	38 km	9,5 km	20 équipes
Triathlon XS	350 m	9 km	2,5 km	150

Epreuve	Family Aquathlon		Aquathlon 6-9		Aquathlon 10-13		Triathlon S CLM par équipe	
Date épreuve	05/09/2026		05/09/2026		05/09/2026		05/09/2026	
Planning	Heure début	Heure fin	Heure début	Heure fin	Heure début	Heure fin	Heure début	Heure fin
Retrait des dossards	13h30	14h25	13h30	14h35	13h30	14h35	13h30	15h35
Accès à l'aire de transition	13h30	14h15	13h30	14h45	13h30	14h45	14h30	15h45
Briefing	14h20		14h50		15h20		15h45	

Départ de la course (1 ^{ère} vague)	14h30	15h00	15h30	16h00
Clôture de la course	15h00	15h30	16h00	19h00
Podium	Epreuve non chronométrée	16h15	16h15	19h00

Epreuve	Triathlon S		Triathlon M		Triathlon XS	
Date épreuve	06/09/2026		06/09/2026		06/09/2026	
Planning	Heure début	Heure fin	Heure début	Heure fin	Heure début	Heure fin
Retrait des dossards	08h00	09h15	08h00	09h15	08h00	14h00
Accès à l'aire de transition	08h30	09h25	08h30	09h25	13h15	14h15
Briefing d'avant course	09h30		09h50		14h20	
Départ de la course (1 ^{ère} vague)	09h45		10h05		14h30	
Clôture de la course	11h45		13h50		16h00	
Podium	13h00		13h00		16h15	

Article 3. Conditions d'accès

Le Triathlon du lac de Saint Pardoux est ouvert à toute personne, licenciée ou non, dont l'âge minimum requis dépend de l'épreuve choisie.

- ✓ Avoir 18 ans ou plus (à partir de la catégorie junior) sur le M (individuel ou relais)
- ✓ Avoir 16 ans ou plus (à partir de la catégorie cadet) sur le S (individuel ou CLM par équipe)

- ✓ Avoir 12 ans ou plus (à partir de la catégorie benjamin) sur le XS (départ différencié pour les benjamins)
- ✓ Avoir entre 6 et 9 sur l'année en cours sur l'aquathlon 6-9
- ✓ Avoir entre 10 et 13 ans sur l'année en cours sur l'aquathlon 10-13
- ✓ Avoir entre 4 et 7 ans sur l'année en cours pour le participant enfant du Family Aquathlon, accompagné par un adulte de + de 18 ans.

Dans le cadre de la loi Sport du 2 mars 2022, la Fédération Française de Triathlon, sur avis favorable de sa Commission Nationale Médicale rendu le 9 février 2023, a décidé de supprimer la présentation d'un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique sportive en compétition pour les personnes majeures :

- Pour ses licenciés majeurs lors de la première prise de licence ou pour tout renouvellement ;
- Pour tous les compétiteurs majeurs non licenciés s'inscrivant à une épreuve labellisée FFTRI (Licence expérience).

Toutes les licences hors celles F.F.TRI. ne seront pas acceptées à l'exception des cas mentionnés ci-dessous.

Les licences FFN (Fédération Française de Natation), FFC (Fédération Française de Cyclisme) et FFA (Fédération Française d'Athlétisme) ne seront acceptées que si le concurrent prend part au relais du triathlon M et court sur la partie pour laquelle il possède une licence :

- Licence FFN : partie natation
- Licence FFC : partie cyclisme
- Licence FFA : partie course à pied La licence expérience est un titre de participation temporaire qui permet de participer aux épreuves agréées par la FFTRI sans avoir besoin de se licencier à l'année dans un club.

Ces concurrents devront obligatoirement souscrire une licence expérience, n'étant pas licenciés à la F.F.TRI. Leur licence fédérale leur permet uniquement d'être dispensés du formulaire Info Santé ou du Questionnaire de Santé.

Il est obligatoire pour toute personne non titulaire d'une licence FFTRI Compétition, qui souhaiterait participer à une manifestation sportive affiliée à la FFTRI. La licence expérience sera souscrite en même temps que l'inscription à l'épreuve choisie.

Les concurrents ont l'obligation de participer au briefing de la course qui se tiendra sur site exclusivement.

Si une course est complète, une liste d'attente sera mise en place. Les éventuels dossards libérés seront attribués par ordre d'arrivée dans la liste d'attente.

Article 4. Inscriptions

Les frais d'inscription couvrent uniquement la participation à la compétition, ils ne comprennent aucun frais de transport, d'hébergement ou de repas ni aucun frais médicaux (soins prodigués sur site, rapatriement...), lesquels demeurent à la charge du concurrent.

Les inscriptions se font uniquement en ligne sur le site Njuko.

Clôture des inscriptions le 2 septembre 2026 à 20h et aucune inscription possible sur place.

Formats d'épreuves	Tarifs d'inscription	Prix de la Licence Expérience (Uniquement pour les licenciés F.F.TRI. loisir ou dirigeant ou les non-licenciés ¹)
Family Aquathlon	6 €	4 €
Aquathlon 6-9 ans	6 €	4 €
Aquathlon 10-13 ans	6 €	4 €
Triathlon S CLM par équipe	80 € (100 € après le 1 ^{er} aout)	7 €
Triathlon S	30 € (+ 5 € après le 1 ^{er} aout)	7 €
Triathlon M	50 € (+ 10 € après le 1 ^{er} aout)	22 €
Triathlon M relais	66 € (+ 10 € après le 1 ^{er} aout)	5 €
Triathlon XS	20 € (+ 5 € après le 1 ^{er} aout)	4 €

Article 5. Identification des concurrents

L'organisation fournira aux athlètes un pack d'inscription comprenant notamment :

- ✓ 1 puce à positionner autour de la cheville gauche
- ✓ 1 dossard pour le cyclisme et la course à pied. Le participant doit prévoir obligatoirement une ceinture porte-dossard avec 3 points d'attache car il ne disposera que d'un seul dossard pour l'ensemble de la course.
- ✓ Une dotation souvenir
- ✓ Sur les triathlons : 1 plaque autocollants avec étiquette de tige selle, autocollant casque et autocollant d'identification à utiliser éventuellement sur le sac laissé à la consigne
- ✓ Sur les triathlons S, M et XS : un bonnet silicone

¹ Une équipe sur le S CLM ou l'épreuve M relais peut être composée de concurrents licenciés et non-licenciés. Tout concurrent non licencié F.F.TRI., loisir ou dirigeant présent dans une équipe ou un relais avec des licenciés devra obligatoirement s'acquitter d'une Licence Expérience.

Article 6. Retrait des dossards

Le retrait des dossards pourra s'effectuer le samedi matin à l'Aquapolis, le samedi après-midi et le dimanche sur le site de la manifestation (Site de Santrop, lac de Saint Pardoux).

L'organisateur fournira un seul dossard. Le port de la ceinture porte dossard est obligatoire avec trois points d'attaches.

Au moment du retrait des dossards, si leur dossier d'inscription en ligne est resté incomplet, les athlètes (jeunes et adultes) devront présenter une copie des pièces justificatives qui leur sont demandées.

Chaque concurrent ou à minima un coéquipier par équipe doit retirer son dossard ou les dossards de son équipe pendant les heures prévues par l'organisation.

Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne sera reconnue comme unique responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve, l'organisation décline toute responsabilité face à ce type de situation.

Article 7. Annulation

L'organisateur se réserve la possibilité de modifier les épreuves en cas de force majeure. En particulier, en cas d'intempéries incompatibles avec la pratique du triathlon ou décision des autorités publiques. Dans ce cas les concurrents renoncent expressément à tout remboursement de leur droit d'inscription.

Les droits d'inscription restent acquis à l'organisation en cas de non-participation, sauf fourniture d'un certificat médical.

Article 8. Le Chronométrage

Le chronométrage est assuré par une entreprise de chronométrie officielle. Un bracelet à puce sera fourni pour les athlètes de toutes les courses hormis sur le Family Aquathlon (épreuve non chronométrée). Il sera porté à la cheville gauche et sera à restituer à l'issue de la course.

Le chronométrage débute au départ de l'épreuve, et s'arrête quand l'athlète, ou l'équipe, franchit la ligne d'arrivée (le temps passé aux transitions, ravitaillements, etc. n'est pas décompté).

En cas d'ex-aequo, le concurrent ayant réalisé le meilleur temps course à pied est déclaré vainqueur.

Toute non-restitution du bracelet par un athlète lui sera facturé 30 euros.

Article 9. Sécurité des épreuves

La sécurité médicale est assurée par la SNSM. La sécurité aquatique est assurée par la SNSM et des personnes possédant à minima le BNSSA.

Tout concurrent détectant une anomalie sur le parcours de la compétition qui serait susceptible de porter atteinte à la sécurité des athlètes est tenu d'en informer l'organisateur. Les concurrents ont l'obligation de se conformer à toute directive ou instruction qui lui est donnée par l'organisateur.

Si un concurrent est témoin d'un accident ou s'il voit une personne en détresse, il doit lui porter secours. Un autre concurrent se chargera alors de prévenir la personne de l'organisation la plus proche.

L'assistance médicale a toute autorité pour arrêter durant l'épreuve les concurrents présentant des symptômes indiquant un risque pour leur santé. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident ou de défaillance dû à un mauvais état de santé, d'accident provoqué par le non-respect du code de la route et des consignes des organisateurs.

L'organisation décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol d'objet y compris dans l'aire de transition.

L'utilisation de lecteurs MP3 et autres supports permettant d'écouter de la musique est formellement interdite par l'organisation.

Article 10. Aire de Transition

Seuls les triathlètes, l'organisation, les arbitres et les personnes accréditées sont autorisés à entrer et circuler dans l'aire de transition.

Avant la course, les concurrents font valider leur matériel par les arbitres pour accéder à l'aire de transition (dossard, port de la puce de chronométrage, jugulaire du casque, freinage, ...). Ils vont ensuite déposer leur vélo et matériel à l'emplacement correspondant à leur numéro de dossard. Les concurrents devront limiter le matériel introduit dans l'aire de transition à celui strictement nécessaire à la course. (serviette au sol acceptée).

Une Consigne est mise à disposition des triathlètes pour entreposer les sacs personnels.

Tout marquage distinctif ou personnalisé permettant au concurrent d'identifier son emplacement est interdit. Tous les déplacements s'effectuent dans les allées prévues à cet effet (interdiction de couper au travers des emplacements). Les changements de tenue doivent impérativement s'effectuer dans l'aire de transition. La nudité est interdite.

Le transport de la combinaison natation est effectué par l'athlète qui doit la déposer à son emplacement.

Les déplacements avec le vélo dans l'aire de transition s'effectuent obligatoirement à pied, vélo à la main, casque sur la tête et attaché. Chaque concurrent devra respecter l'emplacement attribué par son dossard.

Les triathlètes doivent pousser leur vélo jusqu'à la sortie du parc, ils ne sont autorisés à monter sur leur vélo qu'après la ligne marquée au sol, et au retour, descendre du vélo avant la ligne marquée au sol pour rentrer dans le parc à vélo.

A l'issue de l'épreuve, la sortie du vélo de l'aire de transition ne pourra s'effectuer que sur présentation du dossard.

Article 11. Partie natation

Le port du bonnet de bain est obligatoire conformément à la réglementation de la FFTRI 2026. Lorsque le bonnet est fourni (triathlons XS, S et M), le bonnet de l'organisation devra impérativement être porté.

Tout dispositif d'aide à la flottaison et à la propulsion (tuba, palmes, plaquettes, ...) est interdit.

Le port de la combinaison néoprène est :

- obligatoire si la température de l'eau est supérieure ou égale à 16°C,
- autorisée si la température de l'eau est comprise entre 16°C et 24,5°C,
- interdite si la température est supérieure à 24,5°C.

Il est conseillé aux triathlètes de ne pas porter le dossard pendant l'épreuve natation.

Si l'épreuve natation venait à être annulée en raison des conditions climatiques (tempêtes, température < 12 °) ou de qualité d'eau (cyanobactéries) elle serait remplacée par une course à pied.

Article 12. Partie cyclisme

Les concurrents doivent utiliser un vélo sans aucune aide électrique (sans moteur).

Toutes les extrémités en protubérances (embouts de guidon, sur-guidon, extrémité des câbles, etc.) doivent être protégées. Le port du casque à coque rigide et homologué est obligatoire, jugulaire fermée.

Le dossard doit être visible dans le dos et toute modification est interdite.

Aucun des concurrents ne peut recevoir une aide extérieure sur le parcours, que ce soit une assistance ou un accompagnement par un véhicule à moteur.

Sur les triathlons, l'épreuve de vélo s'effectue sur route. Le drafting, aspiration/abri derrière un autre cycliste ou véhicule est interdit. Les prolongateurs vélo, type contre-la-montre ou ajouts aux

guidons sont donc autorisés. La distance minimale entre 2 vélos sur les triathlons XS, S et M est de 7 m de la roue avant à la roue avant de chaque concurrent.

Sur le triathlon S CLM, la distance minimale entre 2 équipes est de 12 m de la roue avant du dernier concurrent de la première équipe à la roue avant du premier concurrent de l'équipe suivante.

Le triathlète doit respecter le code de la route, ne pas couper les virages et rouler le plus à droite de la voie de droite de la route.

Article 13. Partie course à pied

Le dossard doit être placé sur le devant de la tenue et être parfaitement visible.

Il est interdit de sortir du parcours course à pied ou de prendre un raccourci.

Des points de contrôle seront mis en place sur la boucle pour vérifier que les concurrents font bien le parcours prévu et le bon nombre de boucle.

La tenue de course à pied doit être conforme : pas de torse-nu, les bretelles doivent être gardées sur les épaules si l'on porte une tri fonction. A 100 mètres de l'arrivée, la tri-fonction avec fermeture avant doit être totalement refermée. Pas de limite d'ouverture de la fermeture pour le reste de l'épreuve.

Aucun des concurrents ne peut recevoir une aide extérieure sur le parcours, ni assistance ou accompagnement. Il est demandé aux triathlètes de respecter la zone de propreté située avant et après la zone de ravitaillement. En cas de non-respect, les arbitres pourront sanctionner.

Il est demandé aux triathlètes de respecter la zone de propreté située avant et après la zone de ravitaillement. En cas de non-respect, les arbitres pourront sanctionner.

Sont interdits sous peine de disqualification :

- l'assistance et/ou l'accompagnement extérieur à pied ou à vélo
- le torse nu
- le non-respect des parcours
- et toutes autres infractions au règlement de la législation fédérale

Article 14. Règles pour le relais

Chaque concurrent réalise une ou deux disciplines avant de passer le relais.

Les relayeurs peuvent effectuer plusieurs disciplines sous réserve que le format de course total soit ouvert à leur catégorie d'âge en individuel.

La zone de passage se fait dans le parc à vélo à l'emplacement de l'équipe.

Article 15. Règles pour le CLM par équipe

Dans cette formule de course, l'équipe prend la place de l'individu et est considérée comme une et indissociable.

Chaque équipe doit être composée à minima de 3 athlètes et de maximum 5 athlètes. Elles peuvent être 100 % féminine, mixte ou 100 % masculine.

Les départs sont donnés à intervalle de 30" entre chaque équipe. Les horaires de passage des équipes seront communiqués la veille de l'épreuve sur le site internet de l'organisation.

Tous les membres d'une même équipe doivent se présenter ensemble au contrôle à l'entrée de l'aire de transition et porter une tenue identique (tenue club ou à défaut tee-shirt de la même couleur) sous peine de pénalité et de départ non autorisé.

Aucun départ de l'aire de transition ne peut s'effectuer à moins de 3 athlètes de la même équipe.

Celle-ci doit se réunir dans une zone de regroupement identifiée à la sortie de l'aire de transition.

Lorsque l'équipe quitte cette zone, aucun autre athlète retardataire de cette équipe n'est autorisé à partir, il est mis hors course.

À tout moment de la compétition, l'équipe doit être composée d'au minimum 3 athlètes groupés sous peine d'intervention des arbitres pour être regroupés. Ces trois athlètes doivent passer l'arrivée ensemble, l'arrivée étant jugée sur le troisième concurrent.

Les équipiers d'une même équipe encore en course pourront à tout moment se fournir de l'aide technique (abri, prêt de matériel y compris vélo et ravitaillement, etc.) et de l'aide physique (aide à la progression sans dispositif matériel).

Article 16. Règles pour le Family Aquathlon

Ouvert à tous les enfants entre ayant entre 4 et 7 ans en 2026, obligatoirement accompagné d'un de leur parent, proche ou adulte majeur.

Natation : Possibilité pour l'enfant d'être avec des brassards, une bouée ou tout objet flottant. Possibilité au parent de tracter l'enfant.

Course à pied : 400m à effectuer en duo.

Le départ sera effectué sous la forme d'un rolling start (départs échelonnés dans le temps).

Article 17. Règles pour les aquathlons jeunes

Une aire de transition dédiée aux épreuves jeunes du samedi est installée sur le site du triathlon. Les parents, les éducateurs ou toutes personnes accompagnatrices ne sont pas autorisés à entrer dans

l'aire de transition avec les jeunes sauf sur autorisation du responsable de l'aire de transition et du corps arbitral pour aider les enfants.

Article 18. Sanctions

Les procédures d'intervention des arbitres (avertissement verbal, sanction, disqualification ou mise hors course) sont applicables aux concurrents avant, pendant et après l'épreuve, dès le retrait du dossard jusqu'à la fin de la proclamation des résultats. Les épreuves chronométrées sont organisées sous l'égide de la FFTRI et sont donc soumises à la liste des sanctions prévues par la réglementation FFTRI 2026. Tous les concurrents sont tenus de respecter les décisions du corps arbitral.

Au cours d'une épreuve, un concurrent peut être :

- Averti : verbalement
- Sanctionné : demande de remise en conformité par carton jaune ; pénalité (pour abri aspiration non autorisé sur la partie cycliste) par un carton bleu ; disqualification par un carton rouge.

Les décisions des arbitres sont sans appel.

C'est notamment la règle du carton bleu qui s'applique en cas de non-respect de la règle d'aspiration/abri pendant l'épreuve de cyclisme avec une zone de pénalité : 1' pour le S et 2' pour le M.

La pénalité en temps est à effectuer au niveau de la tente Penalty Box située à l'entrée de l'aire de transition, à la fin du parcours vélo. Toute pénalité non effectuée conduira à la disqualification du concurrent ou de l'équipe concernés.

Article 19. Abandon

Sauf blessure ou problème mécanique majeur sur la partie vélo, un coureur ne doit pas abandonner ailleurs que sur une zone de ravitaillement. Il doit alors prévenir le responsable de la zone qui récupère le dossard et la puce du coureur abandonnant. Un coureur ayant abandonné préviendra systématiquement et obligatoirement le PC course à l'aide des bénévoles ou n'importe quelle autre personne autour de lui en capacité de donner l'information.

Article 20. Récompenses

La présence est obligatoire lors de la remise des prix. Les prix non remis lors du podium seront conservés par l'organisateur et ne pourront être réclamés par le triathlète.

Les classements sont mis à votre disposition sur internet après la course.

Article 21. Réclamations

Elles sont recevables par écrit (mail à adresser à limoges.triathlon@gmail.com) dans les 72 heures après la mise en ligne des résultats provisoires sur le site de l'événement.

Article 22. Contrôle Anti-Dopage

Tout compétiteur peut être soumis à un contrôle antidopage pendant ou à l'arrivée de chaque course. Le refus de s'y soumettre entraîne la disqualification immédiate.

Article 23. Droit à l'image

Par sa participation aux épreuves du Triathlon du lac de Saint Pardoux chaque concurrent autorise expressément l'organisation (ou ses ayants droits) à utiliser, faire utiliser, reproduire ou faire reproduire son nom, son image, sa voix et sa prestation sportive en vue de toute exploitation directe ou sous forme dérivée de l'épreuve et ce, sur tout support, dans le monde entier, par tous les moyens connus ou inconnus à ce jour, et pour toute la durée de protection actuellement accordée à ces exploitations directes ou dérivées par les dispositions législatives ou réglementaires, les décisions judiciaires et/ou arbitrales de tout pays ainsi que par les conventions internationales actuelles ou futures, y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée.

Nous espérons que ce règlement répond à vos interrogations.

Nous vous souhaitons un très beau week-end parmi nous et surtout de belles courses !