

- **Les concurrents doivent se conformer au règlement en vigueur de la Fédération Française de Triathlon et au respect du code de la route.**

Pour toutes les courses

- **Le port du casque à coque dure homologué est obligatoire à vélo.**
- Dans le cadre du développement durable, un seul dossard sera remis par participant. L'utilisation d'une **ceinture porte dossards est obligatoire**, de même que le numéro du dossard sur la tige de selle du vélo.
- **Le bracelet numéroté** remplace le marquage sur le corps. Il **doit être mis autour d'un poignet.**
- **Le programme de la journée du 28 avril est disponible sur :** <https://montelimar-triathlon.fr/>
- **Les start-lists seront disponibles le 27 avril dans la journée.**

Pour le contre la montre par équipe

- Tous les membres d'une même équipe doivent **porter une tenue identique pour la partie vélo et course à pied** (tenue club ou à défaut tee-shirt de la même couleur).
- Le **bonnet de bain ne sera pas fourni** cette année pour l'épreuve contre la montre. Prévoir **votre propre bonnet.**
Attention :
- **Aucun départ de l'aire de transition ne pourra s'effectuer à moins de 3 équipiers** de la même équipe. Les équipiers isolés ne seront pas autorisés à prendre un départ du parc à vélos. Le franchissement de la **ligne d'arrivée devra s'effectuer à 3 équipiers groupés au minimum.** C'est le temps du 3ème équipier qui constitue la référence pour le classement de l'équipe.
- Pour qu'une équipe mixte soit classée, il faut qu'elle **passe la ligne d'arrivée à 3 en restant mixte** (mini 1 fille et 1 garçon).
Les équipiers d'une même équipe pourront à tout moment se fournir mutuellement de l'aide (abri, prêt de matériel, ravitaillement...).Par contre, toute aide extérieure à l'équipe est interdite, de même que l'aspiration abri entre 2 équipes (distance à respecter entre 2 équipes : **12 mètres** (entre la roue avant du dernier de l'équipe Devant et du premier de l'équipe Derrière)).
- Vous pouvez trouver **les règles spécifiques d'arbitrage à respecter** lors de ce type d'épreuve en suivant les liens suivants :
https://drive.google.com/file/d/1nhOSToOOgXIQQFEh5Kfjt_pQiEzWt3KG/view
- Pour toute information complémentaire, consulter notre « livret du triathlète » sur :
<https://montelimar-triathlon.fr/>).

Pour les relais et relais paratriathlon

- **La zone de transition « Relais » est ouverte de 9h à 10h30.** Vous devez **impérativement** respecter ce créneau horaire pour **déposer votre vélo** dans le parc à vélo, **sous peine** d'exclusion de la course par les arbitres.

- Dans l'aire de transition et dans la zone qui lui est réservée, le concurrent qui termine sa partie devra donner le transpondeur de chronométrage au relayeur suivant. Pour la transition vélo-course à pied, il faudra transmettre, en plus du transpondeur, le dossard sur sa ceinture porte-dossard.
- **Toute aide extérieure est interdite**, de même que l'aspiration abri entre 2 cyclistes (distance à respecter entre 2 concurrents : **12 mètres**).
- Vous pouvez trouver **les règles spécifiques d'arbitrage à respecter** lors de ce type d'épreuve en suivant les liens suivants :
<https://drive.google.com/file/d/1289KmBNr2oW4ZTUk5mgwMglhkhszOTdQ/view>
- Pour toute information complémentaire, consulter notre « livret du relayeur » sur :
<https://montelimar-triathlon.fr/>).

Pour l'épreuve paratriathlon individuelle

- Vous pouvez trouver **les règles spécifiques d'arbitrage à respecter** lors de ce type d'épreuve en suivant les liens suivants :
<https://drive.google.com/file/d/1289KmBNr2oW4ZTUk5mgwMglhkhszOTdQ/view>
- Pour toute information complémentaire, consulter notre « livret du Paratriathlète » sur :
<https://montelimar-triathlon.fr/>).