



# Règlements et directives de course

## Volet compétition

*Les règles de course de Triathlon Québec s'appliquent, en voici quelques une*

### Règlements #

- 4.1.1. Les athlètes doivent faire preuve en tout temps d'esprit sportif.
- 4.1.3. Les athlètes doivent connaître les règles de compétition Triathlon Canada qu'ils peuvent se procurer auprès de la fédération Triathlon Québec.
- 5.3.4.5. Les participant(e)s ne peuvent recevoir d'assistance sous peine de disqualification.
- 5.3.4.8. Vous devez porter votre **dossard à l'avant** durant la course.
- 7.2.4. Il est interdit de demeurer dans la roue d'un(e) autre cycliste (**pas de sillonnage "drafting"**)
- 7.2.4. On **ne peut avoir le casque détaché** en circulant sur le parcours
- 7.3.2. Le port du **casque protecteur (reconnus par TQ) est obligatoire** à l'étape cycliste.
- 8.1.3. Vous ne pouvez compétitionner torse nu.
- 9.1.1. La jugulaire du casque doit être adéquatement attachée
- 9.1.2. Vous devez choisir le bon emplacement dans l'aire de transition.
- 9.1.4. Les vélos doivent être accrochés sur le support lorsqu'ils ne sont pas utilisés.
- 9.1.5. **Les cyclistes doivent monter ou descendre de vélo à la ligne marquée au sol.**
- 9.1.6. Les participant(e)s doivent circuler à pied dans l'aire de transition.

### Directives :

En vélo, sur le boulevard de Tracy dans la portion entre le CÉGEP et le boulevard des Étudiants il est interdit de dépasser, garder votre droite.

Lorsque vous finissez votre dernier tour vous garder la gauche sur le boulevard de Tracy après le CÉGEP puis vous tournez à gauche sur le boulevard des Étudiants

Seuls les participant(e)s et les arbitres sont admis dans l'aire de transition.

Le départ aura lieu à **10h00 précise**, face au curling,

Le trajet de course à pied consiste en **une boucle de 2,5km**

Il faut effectuer **2 fois le trajet pour parcourir 5km.**

Le trajet de vélo consiste en **une boucle de 11km,**

**il faut effectuer 3 fois le trajet pour parcourir 33km.** Il y aura des vérificateurs sur le circuit.

Vous êtes responsable de compter vos tours.

La remise du trophée défi des entreprises, les bourses et les médailles aura lieu à 12h30.

Les résultats seront disponibles sur internet aux adresses suivantes:

[www.duathlonsoreltracy.com](http://www.duathlonsoreltracy.com) ou au [www.sportstats.on.ca](http://www.sportstats.on.ca)

**Bonne course!**

Le comité organisateur