

# 16ème DUATHLON

sur le site de Cadarache le jeudi 17 avril 2014

## Règlement du Duathlon de Cadarache

**LES PARCOURS :** (2,5 km - 15,4 km – 2,5 km)

Départ : parking de la cantine 2

1ère course à pied : parcours vallonné type « trail » (cantine 2 – pistes aux mouflons – chemin de ronde – bâtiment 762 – retour cantine 2) alternant entre chemin et route goudronnée. Il est fortement recommandé de courir avec des chaussures adaptées aux chemins caillouteux ou glissants (chaussures type « trail »).

Vélo : 15,4 km : 2 boucles de 7 km + aller/retour cantine 2 – carrefour conduisant à la rocade sud (circuit facile, 1 côte de 300 m sous le bâtiment de la FLS).

2ème course à pied : identique à la première boucle.

Arrivée : parking de la cantine 2

**INSCRIPTION :** Remplir le bulletin d'inscription (un bulletin par personne)

- Adhérents section tri – athlé - trail : Inscription gratuite.
- Membres de l'ASCEA : en individuel ou en duo: 1 euro

## Joindre copie de certificat médical (moins d'un an) ou de licence sportive

**HORAIRES :** Départ unique à 17 heures 15 précises.  
Arrivée des derniers vers 18 heures 30 (suivie de la remise des prix).

**FLECHAGE ET CONTROLES :** Le parcours course à pied sera signalé par des flèches au sol et de la rubalise, par des flèches au sol pour le parcours vélo.  
Des points de contrôle seront mis en place à différents points des circuits (voir plan).

**L'ENCADREMENT :** L'épreuve est encadrée par les organisateurs et les bénévoles (l'assistance secours sur le centre est assurée par la FLS).

### **Commissaire de course :**

- => 1 VTT ouvreur de la course à pied.
- => 1 VTT balai sur le 2<sup>ème</sup> parcours pédestre.

### **Signaleurs**

- => Chaque carrefour important.
- => Ravitaillement sur le lieu de transition.
- => Départ et arrivée.

**RAVITAILLEMENT :** Solide et liquide à la transition sur le parc à vélo  
(Eau, Soda, jus d'orange, fruits secs, bananes, gâteaux ...)

**LOTS :** Récompenses à tous plus tirage au sort de lots à l'arrivée.

**RECOMPENSES :** (classement unique **SCRATCH** sur le temps réel)

### **A/ Individuel :**

- 5 premiers hommes au classement SCRATCH
- 5 premières femmes au classement SCRATCH

### **B/ Duo :**

- 3 premières équipes masculines au classement SCRATCH
- 3 premières équipes féminines au classement SCRATCH
- 3 premières équipes mixtes au classement SCRATCH

### **C/ Au bâtiment le plus représenté en nombre (compétiteurs individuel et équipe)**

### **D/ Challenge sur les 3 épreuves du centre de Cadarache (Duathlon, Gentleman, Ekicad)**

Lors de chaque épreuve, le premier (ou les 2 premiers s'il s'agit d'une équipe) marque 100 points, le second (ou les 2 équipiers) marquent 95 points, etc... Classement et récompenses du challenge à l'issue de la dernière épreuve (Ekicad)

## **REGLEMENT DE L'EPREUVE :**

- 1) Le port du casque est OBLIGATOIRE (y compris pour l'échauffement).
- 2) La circulation n'étant pas fermée, les duathlètes devront respecter SCRUPULEUSEMENT le code de la route.
- 3) Rouler en groupe est interdit sur le parcours vélo (pas de drafting).
- 4) Les dossards devront être portés devant pendant la course.
- 5) Nous traversons des espaces naturels de toute beauté, merci de les respecter et de ne rien jeter (des poubelles sont mises à disposition au niveau de la zone de ravitaillement)
- 6) Tout abandon devra être signalé par le concurrent à l'organisation avec remise des dossards.
- 7) Les résultats définitifs seront publiés après délibération de la section triathlon.
- 8) L'organisation se réserve le droit de modifier ou d'annuler tout ou en partie l'épreuve, en cas de force majeure, ou d'éléments liés à la sécurité ou à la météorologie.

## **ASSURANCE ET RESPONSABILITE :**

### **OBLIGATOIRE : Fournir une copie de certificat médical de moins d'un an ou d'une licence sportive en cours de validité (course à pied et/ou cyclisme en compétition).**

- L'organisation est couverte par l'assurance société MAIF de l'ASCEA (d'où l'obligation d'inscription à l'AS CEA de Cadarache pour tous les participants).
- L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident ou de défaillances consécutives à un mauvais état de santé, au non respect du code de la route, au non respect du règlement et des consignes des officiels (organisateurs, sécurité, service médical, etc) ainsi qu'en cas de bris ou de vol d'objets et matériel.

**Pour la section, le président de la section TRI-ATHLE-TRAIL, Benoit PETITPREZ**

Individuel  En Duo

Nom du Partenaire <sup>(Duo)</sup> .....

NOM .....

PRENOM .....

DATE DE NAISSANCE ..... Adresse email : .....

BAT ..... SEXE M  F  TEL ..... Service / Entreprise .....

INSCRIPTION :                      adhérents tri-athlé-trail                      membres de l'ASCEA

**Individuel :**                      **GRATUITE**                       1 euro

**Duo par personne :**                      **GRATUITE**                       1 euro

**Je certifie:** a) avoir pris connaissance du règlement ;  
b) que les renseignements portés sur la présente fiche sont exacts.  
**J'accepte que des photos de la manifestation où j'apparaîtrai puissent être mises en ligne sur le site web de la section Tri-Athlé-Trail de l'AS CEA**  oui  non

**Date :** \_\_ / \_\_ / 2014                      **Signature** .....

**Obligatoire:** règlement accompagné de  
a) copie d'un certificat médical de moins d'un an   
ou photocopie d'une licence sportive en cours de validité   
b) N° de carte ASCEA 2013/2014 : .....

Inscriptions aux permanences de la section Tri-Athlé-Trail les mardis midi au vestiaire de La Cité, les jeudis midi à la cantine 1

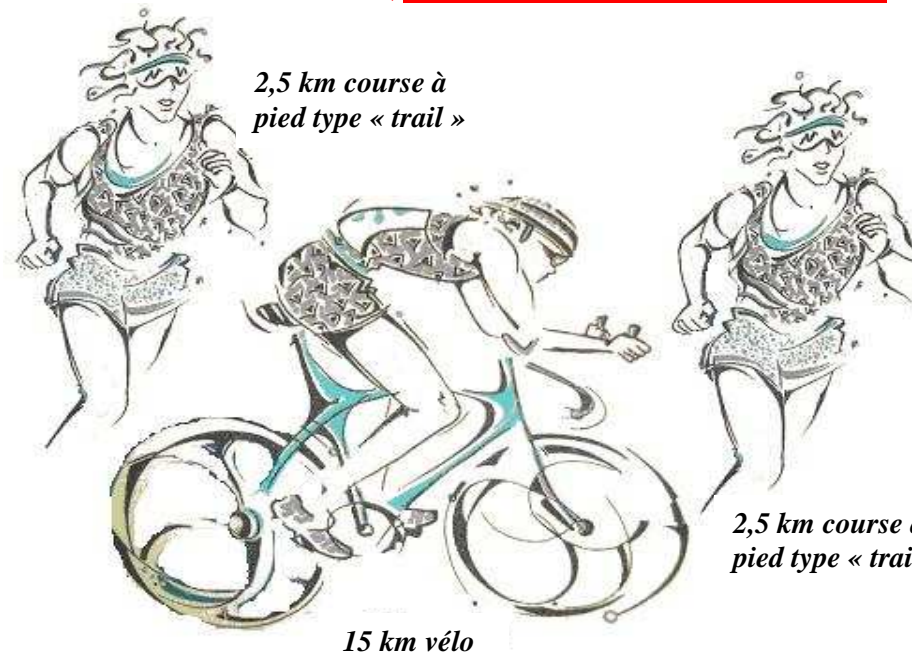
**Date limite d'inscription le 15 avril 2014**

Toutes les infos sur <http://ascea-cad-tri-athle-trail.clubeo.com>



# DUATHLON DE CADARACHE

**Course ouverte à tous (Individuel ou Duo)**



2,5 km course à pied type « trail »

15 km vélo

2,5 km course à pied type « trail »

**Jeudi 17 avril 2014**  
**Départ 17h15 Parking Cantine 2**

**Récompenses :** Individuel : 5 premiers H / F  
Duo : 3 premières équipes H/F/ Mixte  
Challenge du nombre au bâtiment le plus représenté  
+ Tirage au sort de lots