

## REGLEMENT / TRIATHLON POUR TOUS

### Article 1 : Principe d'organisation

Le Raid du Cap est une épreuve sportive de catégorie «Découverte», co-organisée par le HAC Triathlon et la ville de Sainte Adresse. Il a lieu le dimanche 2 septembre 2018 à 14h30 et comprend dans l'ordre, un enchaînement de natation en mer, de course à pied, de VTT et de nouveau de course à pied sans arrêt de chronomètre.

### Article 2 : Horaires

Briefing obligatoire 15 minutes avant le départ. Les dossards sont à retirer 1h30 avant l'épreuve au PC Course, route du Cap (rond-point de la Hève). Attention ! Après avoir retiré le dossard, déposer le VTT dans le parc à vélos situé à proximité du PC Course. Départ à 14h30 au local MNS, promenade François Lebel.

### Article 3 : Conditions d'inscription

Pour les non licenciés une carte « Pass journée » est souscrite, le prix est inclus dans le tarif de l'inscription. La présentation d'un certificat médical d'«aptitude à la pratique du sport en compétition» datant de moins d'un an est obligatoire et devra être fourni lors de l'inscription. Chaque concurrent est inscrit selon sa catégorie d'âge : cadet, junior, senior ou vétéran (les minimes sont autorisés à participer en équipe).

### Article 4 : Parcours

300m de natation en mer  
2,5km de course à pied  
2 boucles de 5km en VTT sur les hauteurs de Sainte Adresse  
2,5km de course à pied.

A l'issue de la partie nautique, les concurrents placeront leurs affaires de natation (combinaison, lunettes, ...) dans des sacs numérotés et redistribués par l'organisation à l'arrivée de la course.

### Article 5 : Classement et récompenses

Il sera établi un classement masculin, féminin et par équipe. Les catégories d'âge figurant dans l'article 3 seront prises en compte pour départager les concurrents. Les vainqueurs individuels de chaque catégorie seront récompensés. Etabli selon les règles adoptées par la Fédération Française de Triathlon

## REGLEMENT / AQUATHLON AVENIR

### Article 1 : Principe d'organisation

L'Aquathlon Avenir est une épreuve sportive réservée aux jeunes de 2004 à 2012. Il est co-organisé par le HAC Triathlon et la ville de Sainte Adresse et a lieu le dimanche 2 septembre 2018 à 10h00. Il comprend un enchaînement de natation et de course à pied sans arrêt de chronomètre.

### Article 2 : Horaires

Briefing obligation 15 minutes avant le départ. Les dossards sont à retirer à partir de 9h00 au local MNS, promenade François Lebel.

Départ :

- 10h00 Mini-poussins/poussins : 2011/2012 – 2009/2010
- 10h20 Pupilles : 2007/2008
- 10h50 Benjamins : 2005/2006
- 11h20 Minimes : 2003/2004

Rendez-vous au local MNS, Promenade François Lebel

### Article 3 : Conditions d'inscription

Etre né(e) entre 2004 et 2012. Etre en possession d'un certificat médical d'«aptitude à la pratique du sport en compétition» de moins d'1 an à la date de l'épreuve.

### Article 4 : Parcours

Mini poussins – Poussins : 50m de natation et 300m de course à pied  
Pupilles : 75m de natation et 600m de course à pied  
Benjamins : 100m de natation et 900m de course à pied  
Minimes : 200m de natation et 1200m de course à pied  
Les épreuves de natation se déroulent à la piscine des Régates de Sainte-Adresse et la course à pied sur la promenade du bord de mer.

### Article 5 : Classement et récompenses

Il sera établi un classement masculin et féminin par catégories d'âge d'après celles figurant dans l'article 2. Les vainqueurs individuels de chaque catégorie seront récompensés.

## REGLEMENT / COMMUN AUX 2 EPREUVES

### Article 6 : Responsabilité

L'organisation décline toute responsabilité en cas :

- d'accidents ou défaillance consécutif à un mauvais état de santé du participant
- d'accidents provoqués par le non respect du code de la route ou des consignes des organisateurs, de la police ou des signaleurs
- de perte ou de vol d'objets ou de matériel
- de non respect des consignes de sécurité dictées par le service visant à la santé d'un athlète

### Article 7 : Assurances

L'organisation est couverte par une assurance responsabilité civile et décline toute responsabilité pour les accidents physiologiques immédiats ou futurs. L'organisation ne répond pas des dégâts ou blessures occasionnés par les participants. Ceux-ci sont couverts par leur propre assurance « dommages accidents ».

### Article 8 : Infractions et sanctions

Seront mis hors course et les décisions d'arbitres sans appel, les concurrents coupables :

- de départ anticipé
- de parcours non respecté
- d'utilisation d'accessoires interdits comme les palmes, tubas, accessoires de flottaison, de respiration ou de propulsion en natation
- d'absence de port du casque en VTT
- d'absence du bonnet de bain en natation et de dossards dans les autres disciplines
- de gêne volontaire ou de coups sur un autre concurrent
- d'aide et de ravitaillement extérieur
- du port d'une tenue indécente ou de course à pied torse nu
- d'injures ou de comportements agressifs envers un membre de l'organisation

### Article 9 : Droit à l'image

Chaque concurrent ou son représentant si celui-ci est mineur autorise l'organisation à utiliser toutes les images sur lesquelles il pourrait être identifié dans le cadre des documents promotionnels et publicitaires nécessaires pour les années suivantes.

## INSCRIPTION / AQUATHLON

NOM Prénom : .....

Né(e) le : ..... Sexe : F M

Adresse :  
.....  
.....

Email : .....

Si licencié FFTRI n° : .....

Club : .....

Catégorie (cochez la case souhaitée)

Mini poussins/poussins

Pupilles

Benjamins

Minimes

(À remplir obligatoirement par les parents)

Je soussigné(e)..... autorise mon enfant :..... à participer à l'Aquathlon Avenir de Ste Adresse.

Je joins un certificat médical « d'aptitude à la pratique du sport en compétition » de moins d'un an à la date de l'épreuve ou copie de ma licence de triathlon. Mon enfant et moi-même avons pris connaissance du règlement de l'épreuve et nous nous engageons à le respecter. Joindre le règlement de 5 euros (inscription sur place 7 euros) l'ordre du HAC TRIATHLON.

Signature :

## INSCRIPTION / TRIATHLON POUR TOUS

NOM Prénom : .....

Né(e) le : ..... Sexe : F M

Adresse :  
.....  
.....

Email : .....

Si licencié FFTRI n° : .....

Club : .....

J'atteste avoir pris connaissance du règlement de l'épreuve et m'engage à le respecter. Je joins un certificat médical d'« aptitude à la pratique du sport en compétition » de moins d'un an à la date de l'épreuve ou copie de ma licence de triathlon. Joindre le règlement de 14 euros à l'ordre du HAC TRIATHLON (inscription sur place 20 euros)

Signature :

Bulletin à envoyer ou à déposer :à l'accueil de la Mairie - 1 rue Albert Dubosc, 76310 Ste Adresse. Joindre impérativement le certificat médical et le règlement

Inscription en ligne possible sur [www.adeorun.com](http://www.adeorun.com)

## INSCRIPTION / DECOUVERTE RELAIS

NOM de l'équipe : .....

### NATATION

Nom Prénom : .....

Né(e) le : ..... Sexe : F M

Adresse : .....

Email : .....

Si licencié n° : .....

Club : .....

### VTT

Nom Prénom : .....

Né(e) le : ..... Sexe : F M

Adresse : .....

Email : .....

Si licencié n° : .....

Club : .....

### COURSE À PIED

Nom Prénom : .....

Né(e) le : ..... Sexe : F M

Adresse : .....

Email : .....

Si licencié n° : .....

Club : .....

Nous attestons avoir pris connaissance du règlement de l'épreuve et nous nous engageons à le respecter.

Nous joignons nos certificats médicaux d'«aptitude à la pratique du sport en compétition» de moins d'un an à la date de l'épreuve.

Joindre le règlement de 26 euros (inscription sur place 30 euros) à l'ordre du HAC TRIATHLON.

Signatures :

Bulletin à envoyer ou à déposer : à l'accueil de la Mairie -  
1 rue Albert Dubosc, 76310 Ste Adresse.

Joindre impérativement le certificat médical et le règlement

Inscription en ligne possible sur [www.adeorun.com](http://www.adeorun.com)



Société  
des Régates  
du Havre

VILLE DE  
SAINTE-ADRESSE



**STE-ADRESSE TRIATHLON RAID DU CAP**  
**02 SEPT. 2018**

**1 TRIATHLON POUR TOUS**  
EN ÉQUIPE OU INDIVIDUEL - DÉPART 14H30

**1 AQUATHLON Avenir (6-15 ANS)**  
DÉPART 10H - AU LOCAL MNS

• NATATION : 300M EN MER • VTT : 2 x 5KM  
• COURSE À PIED : 2,5KM 100 D- • COURSE À PIED : 2,5KM

• NATATION : 50M À 200 M (PISCINE DES RÉGATES)  
• COURSE À PIED : 300M À 1200M EN BORD DE MER

PLUS D'INFOS SUR [www.hactriathlon.com](http://www.hactriathlon.com) OU AU 07 83 00 55 45, INSCRIPTION EN LIGNE SUR [www.adeorun.com](http://www.adeorun.com)

