TRIATH'ELLES GRAVELINES 2013 -BULLETIN D'INSCRIPTION

Cochez votre EPREUVE

O Triathlon XXS individuelle O Triathlon Distance XS individuelle O Duathlon, XXS individuelle
O Triathlon XXS en duo, O Triathlon Distance XS en duo,

VOTRE ÉTAT CIVIL

Marraine (ou individuelle)	Filleule
Nom : Prénom :	Nom : Prénom :
Date de naissance	Date de naissance
Adresse:	Adresse:
Ville :	Ville :
Code postal :	Code postal :
Téléphone :	Téléphone :
@mail:	@mail:
Nationalité :	Nationalité :
N° licence FFTRI :	N° licence FFTRI :
Nom du Club :	Nom du club :

COCHEZ VOTRE CATÉGORIE D'ÂGE

O pupilles (2002/2003) O Benjamines (2000/2001) O Minimes (1998/1999) O Cadettes (1996/1997)
O Juniores (1994/1995) O Seniores (1974 à 1993) O Vétéranes (1973 et avant)

ADHÉSION AU REGLEMENT DE L'ÉPREUVE

Je soussignée .....certifie avoir pris connaissance du règlement des épreuves du Triath'elles de Gravelines et m'y soumettre sans réserve.
Fait le ..... à ..... Signature :

AUTORISATION PARENTALE POUR LES MINEURS

Je soussignée ..... …….autorise ma fille ……..……à participer à la triath'elles de Gravelines le 7 septembre 2013.
Fait le ..... à ..... Signature :

INSCRIPTION PAR COURRIER

Le règlement par chèque bancaire à l'ordre de Gravelines Triathlon est à renvoyer avant le 2 septembre, dernier délai, à l'adresse suivante : Gravelines Triathlon, Complexe Sportif Maurice Baude, Route de Bourbourg, 59820 Gravelines
(Tout dossier incomplet ne sera pas pris en compte c'est-à-dire **règlement et bulletin correctement rempli**).

ACCUEIL ENFANTS

Je souhaite bénéficier gratuitement de l'accueil pour enfant pendant l'épreuve (de 15h30 à 18h30) pour :
.....enfants âgés de .....ans.

EQUIPEMENTS

Je souhaite bénéficier gratuitement d'un prêt de: (Dans la limite des disponibilités)
O **vélo** O **de combinaison néoprène** pour la natation, Taille.....

BARBECUE

Je souhaite participer au barbecue d'après course**: .....**personnes **X 10 € soit.....€**

CONDITIONS GÉNÉRALES

> Les épreuves sont couvertes par l'agrément FF Tri.
> Les concurrentes doivent se soumettre aux décisions des arbitres.
> Le port du casque à coque rigide homologué est obligatoire.
> Les concurrentes doivent respecter le code de la route.
> Seules les concurrentes sont autorisées à rentrer dans le parc à vélo.
> Les organisateurs ne peuvent être tenus responsables des vols, pertes et accidents consécutifs à un mauvais état de santé ou non-respect du code de la route.
> Chaque concurrente autorise l'organisateur à utiliser toutes les images sur lesquelles elle peut être identifiée.
> Les licenciées cyclisme, athlétisme ou autres sports sont considérées comme **non licenciées** et présenteront le jour de l'épreuve **un certificat médical d'aptitude au triathlon en compétition datant de moins d'un an**
> Les licenciées FF Tri présenteront leur licence le jour de l'épreuve.
> Les pupilles doivent obligatoirement faire le XXS en duo avec un adulte.
> **Le triathlon XXS et XS en duo est de faire découvrir le triathlon a une personne novice. Sur le principe de « Marrainage » (marraine filleule, mère fille …). La marraine s'engage alors de faire le triathlon avec sa filleule jusque l'arrivée.**

PRINCIPALES RÈGLES DE COURSES

AVANT L'ÉPREUVE

> Les concurrentes doivent se présenter à l'entrée du parc à vélo, casque sur la tête, jugulaire serrée avec **les dossards épinglés par 3 points d'attache** et non pliés.
> Lorsque les vélos sont entrés dans le parc il n'y a plus possibilité de les ressortir.

PENDANT L'ÉPREUVE

> Il est interdit de circuler à vélo dans le parc en transitions, le casque devra être mis sur la tête, jugulaire serrée dès que l'on a le vélo en main.
> Les vélos sont posés à l'emplacement numéroté selon dossards.
> Ravitaillement disponible en sortie du parc à vélo.
> Aucune aide extérieure n'est autorisée pendant la course.
> Tous les types de vélos sont autorisés.
> En vélo le drafting (abri, relais entre concurrents) est autorisé.
> Le triathlon est un sport, la courtoisie est de rigueur, le respect des règles et des arbitres est nécessaire.

TRIATHLONS et DUATHLON

INSCRIPTION (BULLETIN JOINT EN ANNEXE)

> Le prix d'inscription est fixé à 3€ par participante(*).

Licenciée FFTRI compétition	Licenciée FFTRI Loisir*	Non licenciée*
3 euros	5 euros	5 euros

> ***Trophée « Triath'elles»*** pour l'association ou l'entreprise qui présente le plus grand nombre de participantes (licenciées et non licenciées)

(*) Sur toutes les épreuves de la Triath'elles, les athlètes non licenciés FFTri ou licenciées loisirs doivent en supplément au tarif de l'inscription régler le pass-compétition, soit par participante 2€ qui servira d'assurance.

ACCUEIL ET TIMING DES COURSES.

> L'accueil se fera au PAARC des Rives de l'Aa.

> ***Duathlon et Triathlon:***

- De **13h00 à 15h30** - retrait des dossards
- De 14**h30 à 15h45** - ouverture du parc à vélo
- **16h00**: Echauffement collectif Zumba
- **16h15 - briefing et départ des 3 épreuves**
- **18h30** - remise des récompenses.
- **19h30**: Barbecue sur réservation (10€).

PARCOURS ET DISTANCES

TRIATHLONS

Natation dans le PAARC, parcours sur terrains plats.

	Natation (m)	Vélo (Km)	CAP (km)
Triathlon XXS	100	5	1,5
Triathlon XS	250	10	2.5

Duathlon

	CAP (km)	Vélo (Km)	CAP (km)
XXS	1	5	1.5

VESTIAIRES - DOUCHES

> Sur place.

REMISE DES PRIX ET RÉSULTATS

> ***Trophée « Triath'elles»*** pour l'association ou l'entreprise qui présente le plus grand nombre de participantes (licenciées et non licenciées).
> Souvenir à tous les participantes, lots par tirage au sort (tombola à 18h30).
> Une boite de Ferrero Rocher ou Mon chéri sera offerte à toutes les femmes terminant l'épreuve.
> Récompenses aux 3 premières du classement général de chaque épreuve

> Pas de classement par catégorie.
> Un barbecue est organisé après la course avec une participation de 10 euros par personnes.

Avec le soutien de la ligue Nord Pas de Calais de Triathlon, le comité départemental du Nord, la ville de Gravelines.

COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE TRIATHLON NORD

LA TRIATH'ELLES

http://triathelles.over-blog.com/

Plans des parcours et infos :
http://www.gravelines-triathlon.fr

Gravelines c'est Sport !

Le PAarc des Rives de l'Aa

VILLE DE GRAVELINES