

Label TRIATHLON MIXITE

Cahier de préconisations
à l'attention des organisatrices et des organisateurs
saison 2018



« La mixité, un levier de développement
au service du projet fédéral »



LIGUE AUVERGNE RHÔNE ALPES

Les critères 1,2 et 3 sont obligatoires. Ils constituent le socle commun national.

Vous devrez ensuite choisir **AU MOINS 5 critères** parmi les 6 suivants.

Si vous pensez être en mesure de mettre en oeuvre les 9; **n'hésitez pas!**

1- Les 3 critères nationaux requis

2- Les critères retenus par votre ligue et à mettre en oeuvre



Le label vaut pour l'organisation dans son intégralité*.

Retrouvez les coordonnées de votre référent.e mixité ici : <https://tinyurl.com/yacbeptq> puis cliquez sur « référent.e.s mixité ».

Merci de nommer un.e **responsable** « mixité » pour votre manifestation et de fournir ses coordonnées au - à la référent.e mixité de votre ligue.

*Concerne les épreuves ayant fait l'objet d'une licence

Les 3 critères nationaux requis

Critère N° 1 : 1 vestiaire pour les femmes, 1 vestiaire pour les hommes.

Définition du «vestiaire»

Est considéré comme « vestiaire », tout espace fermé ou semi fermé, protégé de la pluie, dans lequel les participant.e.s pourront poser leurs affaires (bancs, chaises) et se changer à l'abri des regards.

Emplacement et signalisation des vestiaires

Afin que ces endroits soient utilisés, il faudra les **placer judicieusement** (proches de l'aire de transition par exemple) et les **signaler au public**.

La signalisation peut être effectuée par **des affiches et/ou des panneaux**.

L'animateur-trice est informé.e de l'existence des vestiaires et communique sur leur emplacement.

Une information sur le **site internet** de l'organisation et sur **la fiche d'inscription** peut également être anticipée.

Un visuel vestiaire « **Rejoins la tribu triathlon** » sera fourni pour l'espace masculin et pour l'espace féminin



Pour toute utilisation des visuels « Rejoins la Tribu triathlon » et/ou de l'emprunt des tentes vestiaires ou tout autre matériel spécifique que votre ligue aurait à sa disposition, rapprochez vous de votre référent.e mixité ligue.

Les 3 critères nationaux requis

Critère N° 2 : Des départs natation différenciés femmes/hommes

Objectifs de la différenciation des départs :

- **Egalité de visibilité** : un suivi facilité de la course masculine et de la course féminine.
- **Équité sportive** : Tous les êtres humains sont égaux, mais cela n'implique pas qu'ils soient identiques. S'il existe bien une différence entre les hommes et les femmes, c'est celle de la force physique.
- **Responsabiliser** : En séparant les départs, les leaders hommes et femmes prennent leur responsabilité: connaissance du parcours, gestion de l'orientation, des allures, des courants, contrôle de la tête de course.

- Afin d'être en cohérence avec l'Ecole Française de Triathlon (EFT), les **départs différenciés** hommes/femmes ne **s'appliqueront qu'à partir de la catégorie minime**, c'est à dire quand la force physique se développe et crée une différence de niveau entre les filles et les garçons.

- Les **départs différenciés** quels qu'ils soient sont requis **pour le triathlon jusqu'à la distance M incluse et pour les disciplines enchaînées qui débutent par la natation, mise à part le swim - run.**

- **Pour les formats L** et au-dessus, nous demandons aux organisateurs de faire preuve de bon sens et de s'inscrire dans la philosophie du label triathlon mixité : c'est à dire de se diriger vers **une égalité de traitement en termes de visibilité des femmes et des hommes au départ** (2 sas, des bonnets de couleurs différentes...).

- Il vous est demandé d'«imaginer» **le départ décalé**, si c'est le choix que vous faites, de manière à ce que les dernières nageuses ne se fassent pas rattraper par les meilleurs nageurs. En effet, cela engendrerait inévitablement un rapport de force inégal qui n'irait pas dans le sens souhaité et risquerait d'entraîner des abandons ponctuels ou définitifs.

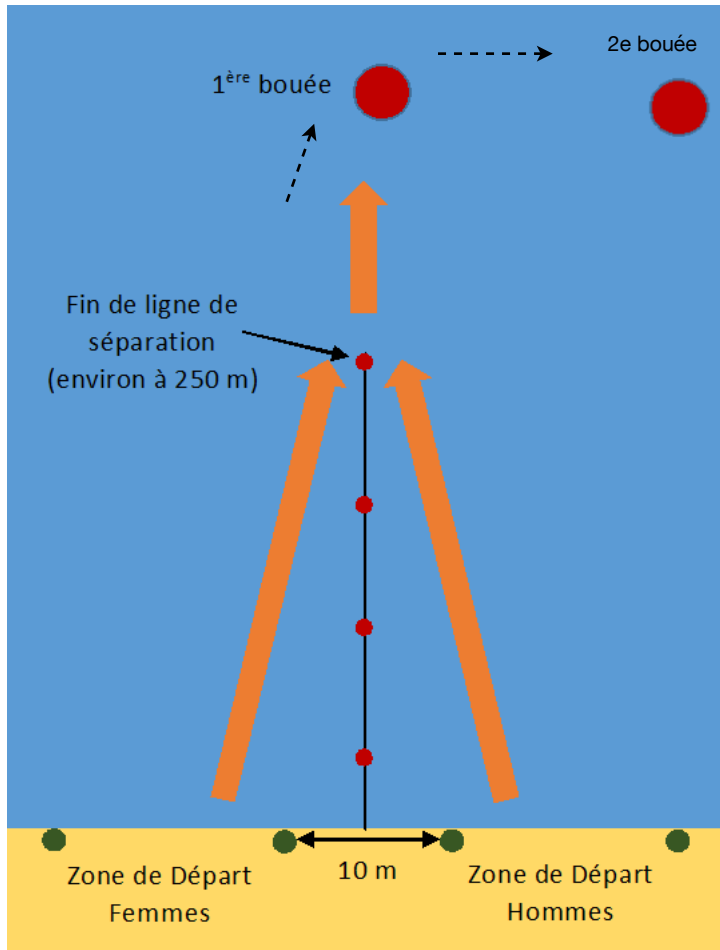
- **Pour le duathlon**, les départs **s'inspireront** de ceux proposés pour les disciplines enchaînées débutant par la natation et respecteront la philosophie du label mixité (visibilité).

Choisissez la ou les propositions qui vous conviennent parmi les 4 suivantes en fonction des spécificités et des possibilités de votre (vos) épreuves (obligations, logistique, timing, etc).



Les 3 critères nationaux requis

PROPOSITION DE DEPART n°1 : Un départ commun dans le temps mais séparé géographiquement (parcours identique)



CÔTE EXTERIEUR A LA BOUEE

consignes pour une 1ère bouée à 300m :

- Le **côté femmes** est toujours le **côté extérieur** à la 1ère bouée.
- Sur les 200 premiers mètres ou 3 premières minutes de course, femmes et hommes **sont séparés** par un alignement de bouées (ou une autre solution de votre choix...).
- A 50-100 mètres de la 1ère bouée, hommes et femmes se rejoignent.

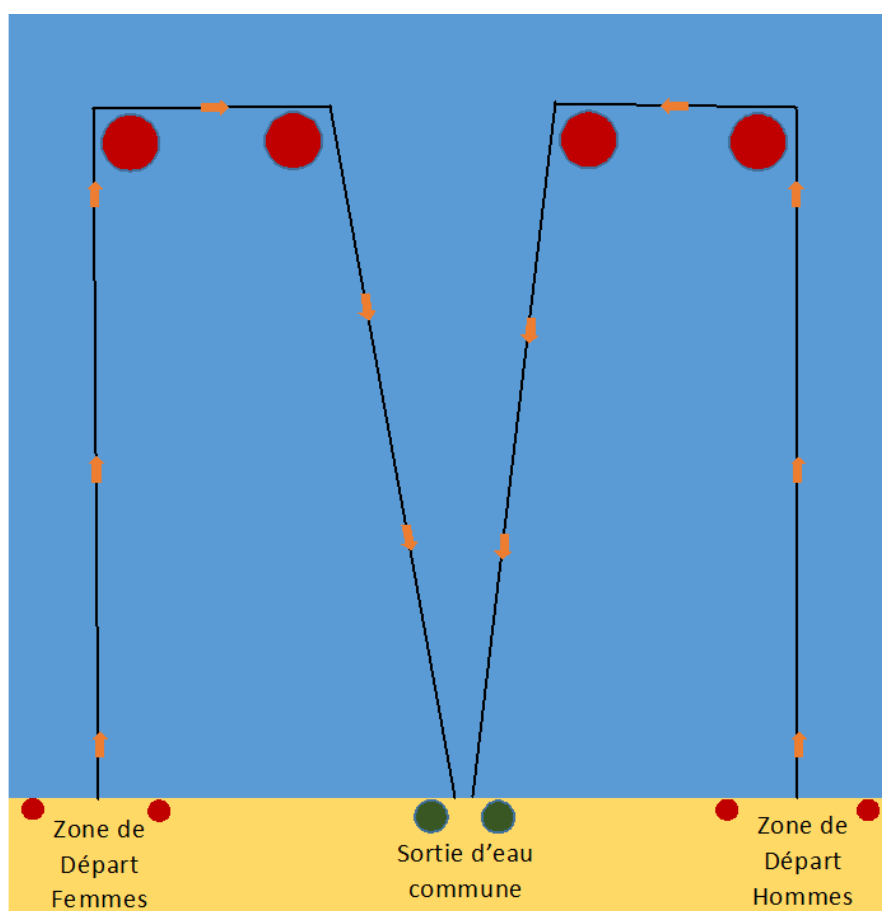
Des bonnets de couleurs différentes pour les femmes et pour les hommes afin d'offrir une meilleure lisibilité de la course pour le-la speaker, pour les spectateurs et les spectatrices.

Dans un but de découverte de l'activité, le **triathlon en binôme** est autorisé sur les formats XS et S par la RGF 2017(p55). Si vous décidez de proposer ce format en même temps q'une course individuelle vous ferez partir les binômes du côté extérieur de la bouée.

Les 3 critères nationaux requis

PROPOSITION DE DEPART n°2 : Un départ commun dans le temps, une sortie d'eau commune mais 2 parcours natation géographiquement séparés.

- Offre davantage de visibilité aux 2 courses, femmes et hommes.
- Est possible pour les courses avec une zone de départ très large (plages).
- Implique d'avoir un nombre de concurrentes assez élevé.
- Implique une organisation des secours adaptée (2 circuits) et des ressources humaines plus nombreuses



Des bonnets de couleurs différentes pour les femmes et pour les hommes afin d'offrir une meilleure visibilité de la course pour le-la speaker, pour les spectateurs et les spectatrices.

Les 3 critères nationaux requis

PROPOSITION DE DEPART n°3 : Un départ décalé dans le temps. **Le départ féminin se fera impérativement AVANT le départ masculin.**

Proposition adaptée à partir de 20 participantes. (Le problème du nombre ne se pose pas chez les hommes)

Pourquoi avant?

- Les dernières concurrentes sont souvent moins rapides que les derniers concurrents, cela permet de **pouvoir terminer dans le temps limite.**

Le décalage optimal

Décalage optimal

=

temps 1ère Femme - temps 1er Homme de l'année n-1

Exemple :

résultats : 1er homme 1h02'30" / 1ère femmes : 1h17'35"

Décalage optimal : 15' et 5 secondes

Cette option permet :

- A la dernière nageuse d'être sortie de l'eau avant que le nageur leader ne termine la partie natation (pas de bousculades)
- De donner la possibilité autant à la leader qu'au leader de passer la ligne d'arrivée en tête (et non pas 1ère femme et 83e, parfois invisible)
- D'éventuellement arriver au sprint ou main dans la main et de garder ainsi les spectateurs et spectatrices en haleine,
- De dynamiser les courses, notamment grâce aux commentaires de l'animateur/trice

A EVITER ABSOLUMENT : un décalage trop court.

Cela a pour conséquence l'effet inverse de celui recherché : les « nageurs les plus rapides rattrapent les nageuses les moins rapides ». Ce moment **critique** doit à tout prix être évité.

Les 3 critères nationaux requis

PROPOSITION DE DEPART n°4 : Une course féminine et une course masculine à 2 moments différents.

- **A l'image des grands prix**, des championnats de France Jeunes et Elite ou des courses internationales.
- Les **2 courses bénéficient d'autant de visibilité et d'importance**.
- Le dernier coureur de la première course doit être arrivé avant que la seconde course ne débute.
- Il faudra également **veiller à ne pas placer systématiquement la course des femmes au moment le moins « populaire »** (ex : 7h du matin pour les femmes et 10h30 pour les hommes).

Critère N°3 : Des lots équitables et cohérents doivent être remis aux hommes et aux femmes.

Les lots offerts aux participant.es lors de la **remise des dossards** doivent être **cohérents** : un tee-shirt XXL coupe homme pour une femme n'est pas adéquat, de la même manière qu'un tee-shirt XS coupe femme pour un homme ne l'est pas.

Privilégier des lots neutres et éviter la problématique des tailles peuvent être une solution (ex : serviettes de bain, bonnets de bain, crème solaire...)

Si les participant.e.s sont **récompensé.e.s par des lots** lors de la **remise des prix**, ceux-ci doivent être sensiblement de la même valeur pour des places identiques et cohérents comme indiqué ci dessus.

Ex : Une paire de pneus, un bon d'achat dans un magasin de sport, une séance de massage, des crèmes d'hydratation, etc., sont des lots qui plairont à toutes et à tous.



Les critères retenus par la ligue sont cochés, les autres sont optionnels

Critère N°4: Egalité des primes individuelles et par équipe

1 classement scratch* féminin et un classement scratch* masculin

*Scratch : toutes catégories d'âges confondues.

2 propositions au choix ou à mixer

Proposition 1 :

Quel que soit le nombre de participants et de participantes, **si le podium hommes est récompensé, le podium femmes l'est également et de manière identique.**

Si des primes sont octroyées **au delà de la 3e place**, elles sont également identiques en fonction de la place mais leur nombre peut varier en fonction de la proportion de femmes et d'hommes au départ.

Ex : Si 10 hommes sur 200 partants sont récompensés, soit 5%, alors au moins 5% des femmes le sont également (au - delà du podium).

Vous pouvez vous baser sur le taux de participation de l'année n-1 et l'accroissement envisagé pour effectuer une projection de votre budget primes:

Ex : 2015 : 100 h - 30 f / 2016 : 130 h- 40 f / 2017 : 155 h- 38f (h= hommes, f=femmes)

Proposition 2 :

Les femmes et les hommes sont récompensés de manière identique : même prime en fonction de la place et même nombre récompensé. Vous déciderez du nombre (2 et 2, les podiums, 8 et 8...).

Ex : 1er et 1ere : 500 euros - 2e h et 2e f :400 euros...

Le même système sera mis en place pour l'ensemble des catégories (vétérans...) et pour les primes par équipe.

Critère N°5 : Des vélos « ouvreurs » pour LA et LE leader de

Pendant la partie course à pied, le vélo « ouvrier » a pour vocation d'ouvrir la course. Il identifie de ce fait LE leader. LA leader devra être **également** identifiable. Cela nécessite un.e bénévole et un vélo supplémentaires mais permet une meilleure visibilité pour les spectateurs, les spectatrices et l'animateur/trice.

Critère N°6 : Des toilettes pour les femmes et pour les hommes

Spécificités du Triathlon Distance L

Pensez également à disposer des toilettes avec papier hygiénique sur le parcours course à pied, surtout si c'est un parcours urbain ! La ville vous en sera reconnaissante!

Les toilettes sont indispensables sur une course quel que soit le sexe.

Anticipez afin d'avoir des toilettes fonctionnelles en nombre suffisant, dotées de papier hygiénique et d'une poubelle tout au long de la journée. Cela contribuera à les garder en état le plus longtemps possible.

Les critères retenus par la ligue sont cochés, les autres sont optionnels

Critère N°7: Communiquer « Mixité »

L'affiche, la plaquette ainsi que le site internet dédiés à la manifestation devront offrir une visibilité des femmes identique à celles des hommes et non stéréotypée dans un sens ou dans un autre. L'objectif est qu'hommes ET femmes puissent s'identifier dans le sport loisir, compétition, santé, en triathlon, en duathlon, etc.

Critère N°8 : Proposer des épreuves pour les débutant.e.s

En plus de votre épreuve phare, **votre manifestation devra proposer** à minima **1** épreuve de **format S ou XS** sur l'une des disciplines enchaînées (triathlon, aquathlon...) que les participant.e.s pourront réaliser **seul.e.s, en binôme* (pour le xs) ou en tri relais** (mixte et non mixte).

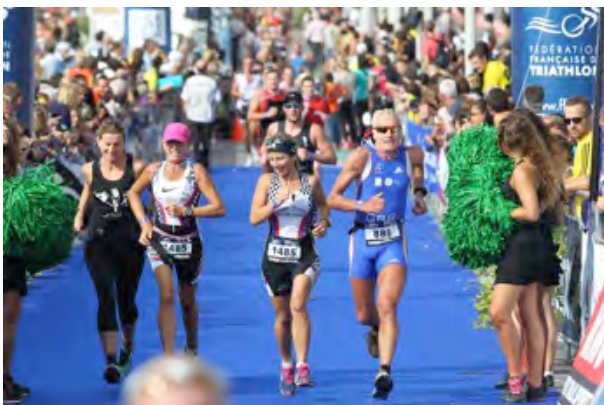
Ex : un aquathlon S en relais ou en individuel / Un triathlon xs en individuel ou en binôme*.

**RGF 2017 page 53 : s'inscrire en binôme permet d'effectuer la course à 2.*

Attirer un public nouveau en proposant des **épreuves courtes et en binôme ou par équipes** (mixte ou pas) est un des moyens de faciliter et d'ouvrir la pratique au plus grand nombre. L'équipe a un côté sociable et sécurisant : « je me lance mais pas tout-e seul-e » ; le triathlon « xs » démythifie la pratique : « j'ose! ».

Au niveau communication, ajouter le mot « **loisir** » au format, peut jouer un rôle psychologique sur la croyance qu'a une personne novice, dans sa capacité à « pouvoir le faire ».

Critère N°9 : Un classement distinct pour les médias et réseaux sociaux



Un **classement scratch* féminin** et un **classement scratch masculin** différenciés sont requis dans un souci d'égalité de visibilité. Ils seront tous deux envoyés aux médias et visibles sur les sites dédiés.

*scratch : femmes toutes catégories confondues - hommes toutes catégories confondues.



Pour connaître les **coordonnées de votre référent.e mixité**, c'est ici!
<https://tinyurl.com/yacbeptq> puis cliquez sur « référent.e.s mixité » en bas de la page.



Merci de nommer un.e **responsable « mixité »** pour votre manifestation et de fournir **ses coordonnées au - à la référent.e mixité de la ligue.**



Pour encore plus d'**astuces sur la mixité**, c'est ici !
<https://tinyurl.com/y6ubdev6>

LIGUE AUVERGNE RHÔNE ALPES

Les critères 1,2 et 3 sont obligatoires. Ils constituent le socle commun national.

Vous devrez ensuite choisir **AU MOINS 5 critères parmi les 6 suivants.**

Si vous pensez être en mesure de mettre en oeuvre les 9; **n'hésitez pas!**



#3X+2FUN