SWISS TRIATHLON

Règlement de Compétition

Version14

Member

World Triathlon

swiss olympic

Sponsor

DESCENTE

PREAMBULE

1 World Triathlon est la seule organisation responsable d'édicter des règlements de compétition pour le triathlon, le duathlon et les autres multisports connexes. Triathlon Europe et toutes les autres fédérations de triathlon doivent s'adapter à World Triathlon. Selon les statuts (art. 2.1), Swiss Triathlon a également l'obligation de se conformer à cette règle. La participation des athlètes étrangers en Suisse ainsi que celles des athlètes suisses à l'étranger est de ce faite facilitée. Le règlement de compétition de Swiss Triathlon sera adapté en certains points au règlement de World Triathlon.

2 En cas de différence entre les différentes versions linguistiques du règlement compétition, la version française fait foi.

3 En cas de doute, le règlement original de World Triathlon fait foi, lequel est disponible en anglais sur www.triathlon.org.

4 La formulation au masculin n'a pas été utilisée dans son sens premier, mais dans un sens générique, ceci dans un but de simplification. Elle vaut pour tous les genres.

Modifications 2022 surlignées en vert.

Swiss Triathlon
Ittigen, mars 2022

TABLE DES MATIERES

1 INTRODUCTION 5
1.1 Objet 5
1.2 Buts 5
1.3 Modifications 5
1.4 Mises à jour du règlement 5

2 DEFINITIONS, DISTANCES, CATEGORIES 6
2.1 Définitions 6
2.2 Distances et catégories 6
2.3 Catégories d'âge 8
2.4 StartPASS (Licences) 9
2.5 Médailles, prize money, points for Swiss Triathlon Circuits 9

3 COMPORTEMENT DES ATHLÈTES 10
3.1 Comportement général 10
3.2 Assistance extérieure 10
3.3 Equipement – général 11
3.4 Dopage 11
3.5 Santé 11
3.6 Eligibilité 12
3.7 Assurance 12

4 SANCTIONS 13
4.1 Règles générales 13
4.2 Avertissement verbal 13
4.3 Pénalité de temps 14
4.4 Disqualification 16
4.5 Suspension 16
4.6 Exclusion 17

5 APPEL 18
5.1 Général: 18
5.2 Jury de compétition: 18
5.3 Procédure d'appel niveau 1 19
5.4 Contenu de l'appel de niveau 1 : 19
5.5 Audience en cas de jury de compétition (appel de niveau 1): 19
5.6 Appel de niveau 2: 19

6 NATATION 20
6.1 Règles générales 20
6.2 Utilisation de combinaison triathlon (néoprène) 20
6.3 Adaptations des distances de natation 21
6.4 Sélection de la position de départ (Elite / Juniors) 22
6.5 Sélection de la position de départ (Groupe d'âge) 22
6.6 Faux départs 22
6.7 Equipement 22

7 CYCLISME 24
7.1 Règles générales 24
7.2 Equipement 24
7.3 Contrôle du vélo: 27
7.4 Athlètes rattrapés 28
7.5 Aspiration Abri (Drafting) 28
7.6 Pénalités en cas de Drafting : 30
7.7 Blocking/Obstruction 30
7.8 Position de conduite 31

8 COURSE A PIED 32
8.1 Règles générales 32
8.2 Arrivée 32
8.3 Respect du parcours et sécurité 32
8.4 Equipement non autorisé 32

9 AIRE DE TRANSITION 33
9.1 Règles générales 33
9.2 Accès 33
ANNEXE – LISTES NON-EXHAUSTIVE DES INFRACTIONS ET PENALITES 34

1 INTRODUCTION

1.1 Objet

a) Le Règlement de Compétition de Swiss Triathlon règle le comportement à adopter par les athlètes durant les compétitions de Swiss Triathlon. Lorsqu'une question n'est pas réglée par le Règlement de Compétition de Swiss Triathlon, le Règlement de Compétition de World Triathlon s'applique, puis les règlements de la FINA, l'UCI, la FIS et l'IAAF dans leurs secteurs respectifs.

1.2 Buts

a) Le Règlement de Compétition a pour buts de :

(i) Créer une atmosphère d'esprit sportif, d'égalité et de fair-play.

(ii) Assurer sécurité et protection.

(iii) Mettre en valeur l'ingéniosité et les compétences sans limiter excessivement la liberté d'action des athlètes.

(iv) Pénaliser les athlètes qui obtiennent des avantages obtenus de façon irrégulière.

1.3 Modifications

a) Le Règlement de Compétition de Swiss Triathlon sera adapté à d'autres compétitions multisports qui tombent sous la juridiction de Swiss Triathlon.

b) Les athlètes ne peuvent pas recevoir d'avantages qui ne sont pas autorisés par une règle et il leur est interdit de se comporter de façon dangereuse. Afin d'exécuter cela, une sanction est attachée à chaque infraction prévue dans le présent Règlement de Compétition de Swiss Triathlon. Les Technical Official (TO) basent leur jugement sur le fait de savoir si un avantage non prévu par le Règlement a été perçu.

c) Le Règlement de Compétition de World Triathlon est applicable aux compétitions internationales organisées par Swiss Triathlon.

1.4 Mises à jour du règlement

Le Règlement de Compétition de Swiss Triathlon peut être modifié par la Commission Technique de Swiss Triathlon à son absolue discrétion, avec l'approbation du conseil d'administration de Swiss Triathlon. Toute modification du Règlement doit être communiquée aux clubs et équipes affiliés au moins 14 jours avant son entrée en vigueur sauf si le conseil d'administration de Swiss Triathlon en décide autrement. Le Règlement de Compétition de Swiss Triathlon mis à jour sera publié sur le site Internet de Swiss Triathlon (www.swisstriathlon.ch).

2 DEFINITIONS, DISTANCES, CATEGORIES

2.1 Définitions

a) Le **triathlon** est une compétition d'endurance comportant la natation, le cyclisme et la course à pied. Cet ordre est obligatoire. Le chronomètre n'est pas arrêté pendant les changements de discipline.

Il est possible de modifier cet ordre ou de remplacer une ou plusieurs disciplines par une autre discipline d'endurance. La nouvelle manifestation doit cependant être décrite de manière précise. Les règles mentionnées dans le présent règlement ne peuvent pas être appliquées pour de telles combinaisons. Des championnats officiels ne peuvent pas être organisés.

b) Le **duathlon** est une compétition d'endurance comportant le cyclisme et la course à pied. Pour des raisons d'organisation, l'ordre suivant est conseillé : course à pied - cyclisme - course à pied. Le chronomètre n'est pas arrêté pendant les changements de discipline.

c) L'**aquathlon** est une compétition d'endurance comportant la natation et la course à pied. L'ordre conseillé est le suivant : natation – course à pied. Le chronomètre n'est pas arrêté pendant les changements de discipline.

d) L'**aquabike** est une compétition d'endurance comportant la natation et le cyclisme. L'ordre conseillé est le suivant : natation – cyclisme. Le chronomètre n'est pas arrêté pendant les changements de discipline.

e) Le **triathlon d'hiver** est une compétition d'endurance comportant la course à pied, le vélo tout terrain et le ski de fond. Cet ordre est obligatoire. Le chronomètre n'est pas arrêté pendant les changements de discipline.

f) **Cross-triathlon** est une compétition d'endurance comportant la natation, le vélo tout-terrain et la course à pied. **Cross-duathlon** consiste en une compétition d'endurance comportant la course à pied, le vélo tout-terrain et la course à pied. Le chronomètre n'est pas arrêté pendant les changements de discipline.

2.2 Distances et catégories

Les disciplines de triathlon, duathlon, cross triathlon, aquathlon, aquabike, et triathlon d'hiver sont réparties en groupes sur la base des distances de compétition suivantes :

Triathlon	**Catégories**	**Distances (km)** Natation / Vélo / Course à pied
Ecoliers	Ecoliers M10-11/F10-11 Ecoliers M12-13/F12-13	0.1-0.2 / 2-5 / 0.75-1.25
Team Relay Ecoliers	Ecoliers M10-11/F10-11 Ecoliers M12-13/F12-13	0.1-0.2 / 2-4 / 0.5-1
Team Relay Jeunesse	Jeunesse M14-15/F14-15 Jeunesse M16-17/F16-17	0.1-0.2 / 2.5-4 / 0.8-1 (par relais)
Team Relay	Juniors M18-19 Elite/U23/Classes d'âge	0.25-0.3 / 5-8 / 1.5-2 (par relais)
Super Sprint (*)	Ecoliers M12-13/F12-13 Jeunesse M14-15/F14-15 Jeunesse M16-17/F16-17 Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	0.25-0.5 / 6.5-13 / 1.7-3.5
Sprint	Jeunesse M16-17/F16-17 Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	0.75 / 20 / 5
Standard	Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	1.5 / 40 / 10
Middle	Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	1.9-2.999 / 80-90 / 20-21
Longue	Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	3-4 / 91-200 / 21.1-42.2

(*) la distance super sprint appelée communément half sprint est la suivante : 0.4 / 10 / 2.5

Remarque : Pour les catégories juniors, Swiss Triathlon recommande une distance maximale de 1.5 / 40 / 10

Duathlon	**Catégories**	**Distances (km)** Course à pied / Vélo / Course à pied
Ecoliers	Ecoliers M10-11/F10-11 Ecoliers M12-13/F12-13	0.5-1.25 / 2-5 / 0,5-1.25
Super Sprint	Ecoliers M12-13/F12-13 Jeunesse M14-15/F14-15 Jeunesse M16-17/F16-17 Juniors M 18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	2.5 / 10 / 2.5
Team Relay	Juniors M18-19 Elite/U23/Classes d'âge	1.5-2 / 5-8 / 0.75-1 (par relais)
Sprint	Jeunesse M16-17/F16-17 Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	5 / 20 / 5
Standard	Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	10 / 40 / 5
Moyenne	Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	10-20 / 60-90 / 10
Longue ITU	Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	10-20 / 120-150 / 20-30

Cross Triathlon	**Catégories**	**Distances (km)** Natation / VTT / Course à pied
Team Relay	Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	0.2-0.25 / 4-5 / 1.2-1.6
Sprint	Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	0.5 / 10-12 / 3-4
Standard	Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	1-1.5 / 20-30 / 6-10

Cross Duathlon	**Catégories**	**Distances (km)** Course à pied / VTT / Course à pied
Team Relay	Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	1.2-1.6 / 4-5 / 0.6-0.8
Sprint	Juniors M18-19/F18-19 Populaires	3-4 / 10-12 / 1.5-2
Standard	Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	6-8 / 20-25 / 3-4

Aquathlon	**Catégories**	**Distances (km)** Natation / Course à pied
Sprint 2x2 Team relay	Jeunesse M14-15/F14-15 Jeunesse M16-17/F16-17	0.5 / 2.5 ou 1.25 / 0.5/ 1.25
Standard	Jeunesse M16-17/F16-17 Juniors M18-19 Elite/U23/Classes d'âge	1 / 5 ou 2.5 / 1 / 2.5
Longue ITU	Juniors M18-19 Elite/U23/Classes d'âge	2 / 10 ou 5 / 2 / 5

Aquabike	**Catégories**	**Distances (km)** Natation / Vélo
Long distance	Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	3-4 / 90-200

Triathlon d'hiver	**Catégories**	**Distances (km)** Course à pied / VTT / Ski de fond
Team Relay	Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	2-3 / 4-5 / 3-4
Sprint	Juniors M18-19/F18-19 Populaires	3-4 / 5-6 / 5-6
Standard	Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	7-9 / 12-14 / 10-12

2.3 Catégories d'âge

a) Manifestations internationales et championnats suisses

Les athlètes seront classés dans les catégories suivantes :

(i)	16 – 19 ans	Juniors
	18 – 23 ans	U 23 (seul Champ. Europe + Monde)
	20 – 23 ans	U 23 (Championnats suisses)
(ii)	20 – 24 ans	M20/F20
(iii)	25 – 29 ans	M25/F25
(iv)	30 – 34 ans	M30/F30
(v)	35 – 39 ans	M35/F35
(vi)	40 – 44 ans	M40/F40
(vii)	45 – 49 ans	M45/F45
(viii)	50 – 54 ans	M50/F50
(ix)	55 – 59 ans	M55/F55
(x)	60 – 64 ans	M60/F60
(xi)	65 – 69 ans	M65/F65
(xii)	70 – 74 ans	M70/F70
(xiii)	75 – 79 ans	M75/F75
(xiv)	80 – 84 ans	M80/F80
(xv)	85 – 89 ans	M85/F85
(xvi)	90 – 94 ans	M90/F90

b) Manifestations nationales

Les athlètes seront classés dans les catégories suivantes :

(i)	10 à 11 ans	Ecoliers M10-11/F10-11
(ii)	12 à 13 ans	Ecoliers M12-13/F12-13
(iii)	14 à 15 ans	Jeunesse M14-15/F14-15
(iv)	16 à 17 ans	Jeunesse M16-17/F16-17
(v)	18 à 19 ans	Juniors M18-19/F18-19
(vi)	20 à 34 ans	Catégorie d'âge M20-34/F20-34
(vii)	35 à 44 ans	Catégorie d'âge M35-44/F35-44
(viii)	45 à 54 ans	Catégorie d'âge M45-54/F45-54
(ix)	55 à 64 ans	Catégorie d'âge M55-64/F55-64
(x)	65 ans et plus	Catégorie d'âge M65+/F65

c) L'appartenance aux catégories d'âge est déterminée par l'âge de l'athlète au 31 décembre de l'année de la compétition. Par exemple, l'athlète né en 2001 appartient à la catégorie d'âge 20-34 car il aura 20 ans en 2021.

d) La catégorie « Elite » comprend seulement les athlètes appartenant aux cadres triathlon de Swiss Triathlon et/ou aux cadres « Jeunesse » définis par la commission de sélection de la relève. Les courses « Elite » se résument à la National League

2.4 StartPASS (Licences)

a) Swiss Triathlon connaît les StartPASS annuels suivants :

(i) StartPASS annuel adultes
StartPASS annuel relève

(ii) StartPASS journalier adultes

b) Le StartPASS annuel donne le droit de participer aux Championnats Suisses ainsi qu'à tous les triathlons et duathlons reconnus en Suisse et, en général, à l'étranger.

c) Le StartPASS annuel doit être présenté aux officiels lors des courses mentionnées sous chiffres b.). En cas d'oubli, l'athlète devra acheter un StartPASS journalier afin de pouvoir prendre le départ. Pour les courses Pro League, Juniors League, Youth League, Regio Cup et Team-Relay, le contrôle du StartPASS est fait via Swiss Triathlon au moment de l'inscription.

d) Swiss Triathlon reconnait les licences des fédérations nationales affiliées à World Triathlon.

e) Les athlètes licenciés à d'autres fédérations nationales doivent être en bon terme avec leur fédération.

f) Le StartPASS est nécessaire pour tous les évènements sauf si Swiss Triathlon en décide autrement.

g) Le StartPASS relève pour les écoliers et les jeunes doit être commandé par les clubs. Un athlète de la relève ne peut changer de club que durant la période de transfert allant du 1er novembre au 28 février. Un changement de club hors de la période de transfert, soit entre le 1er mars et le 31 octobre, ne peut être effectué qu'avec l'accord écrit du club actuel. Si le club actuel ne donne pas son accord, l'athlète soit demeure dans ce club, soit demeure sans club jusqu'à la prochaine période de transfert.

2.5 Médailles, prize money, points for Swiss Triathlon Circuits

a) Dans le cas ou plusieurs catégories prennent le départ simultanément, les récompenses, médailles, prize money et points ne sont distribués de la façon suivante :

Courses simultanées	**Médailles**	**Prize money** (si applicable)	**Points**
Elite et U23	Médailles Elite pour tous Médailles U23 pour U23	Selon classement scratch	Selon classement scratch
Elite, U23, Juniors	Médailles Elite pour tous Médailles U23 pour U23 Médailles juniors pour juniors	Selon classement scratch	Selon classement scratch
U23 et Juniors	Médailles U23 pour U23 Médailles juniors pour juniors	Selon classement scratch	Selon classement scratch
Toutes catégories	Médailles scratch Médailles des catégories par catégories	Selon classement scratch	Selon classement scratch
Championnats suisses	Voir 3.6	Tous sont éligibles	Selon classement scratch

b) Les athlètes étrangers peuvent participer aux championnats suisses pour autant que la course ne soit pas complète avec les athlètes suisses. Les points et le prize money sont distribués selon l'ordre du classement scratch.

3 COMPORTEMENT DES ATHLÈTES

3.1 Comportement général

a) Le Triathlon et les autres multisports connexes supposent la participation de nombreux athlètes. Les tactiques de courses font partie des interactions entre athlètes. Les athlètes ont l'obligation de :

(i) Toujours pratiquer dans un esprit sportif et de fair-play.

(ii) Etre responsable de leur propre sécurité ainsi que de celle des autres.

(iii) Connaître, comprendre et suivre le Règlement de Compétition de Swiss Triathlon, disponible sur www.swisstriathlon.ch.

(iv) Se conformer aux règles de circulation et aux instructions données par les TO et les (OV).

(v) Traiter les autres athlètes, les TO et les OV, les volontaires et les spectateurs avec respect et courtoisie.

(vi) Eviter l'utilisation d'un langage grossier ou injurieux.

(vii) Informer un TO lorsqu'ils se retirent de la course (et remettre son chip de chronométrage à l'entreprise de chronométrage ou à un TO).

(viii) Refuser toute assistance extérieure autre que celle mentionnée au point 3.2.

(ix) Ne pas faire démonstration de préférences politiques, religieuses, raciales, ou d'orientation sexuelles.

(x) Ne pas jeter de déchets ou équipement hors des points fixes prévus par l'organisation, tels que points de ravitaillement ou zone de dépôts de déchets. Tout déchet ou matériel doit rester avec l'athlète et être retourné à l'emplacement de l'athlète dans l'aire de transition.

(xi) Ne pas chercher à gagner un avantage indu d'un véhicule ou d'un objet.

(xii) Respecter les parcours prescripts.

(xiii) Ne pas utiliser des appareils détournant l'attention des athlètes de la course ou de leur environnement.

- Les athlètes ne peuvent pas utiliser des appareils de n'importe quel type tels que, mais non limité à : téléphone portable, montre connectée, systèmes de communication à distance, d'une façon distrayante lors de la compétition. Une façon distrayante inclue, mais ne se limite pas à, la réception ou l'émission d'appels téléphoniques, l'envoi ou la réception de message, l'écoute de musique, l'utilisation des média-sociaux, la prise de photographie ou l'utilisation comme communication radio sous peine de disqualification.
- Les appareils photo/vidéo sont interdits sauf si une autorisation de Swiss Triathlon et/ou le détenteur des droits télévisuels de l'évènement le permette. Si l'autorisation est délivrée, il est de la responsabilité de l'athlète de notifier le Technical Delegate (TD) / Head Referee (HD) de cette permission avant le départ de la compétition. Les athlètes utilisant ce type d'appareil sans autorisation seront disqualifiés.

3.2 Assistance extérieure

a) L'assistance extérieure fournie par du personnel de l'organisation ou un TO est autorisée mais est limitée à fournir boisson, nutrition, assistance mécanique ou médicale si approuvée par le TD ou le HR. Le HR peut autoriser le coach accrédité d'un athlète à réparer les crevaisons ou remplacer une/les roue(s) si l'incident a lieu avant que le premier athlète arrive en T1. Les athlètes participants à la même course peuvent s'entraider en se passant du ravitaillement après une zone de ravitaillement, chambres à air, boyaux, pompes, et kit de réparation de crevaison.

b) Un athlète ne peut pas fournir un équipement essentiel de compétition à d'autres athlètes participant à la même compétition, pendant que cette dernière a lieu. Particulièrement, les équipements qui ne peuvent être remis à d'autres athlètes inclus sont le vélo dans son entier, le cadre de vélo, les roues et casques (mais ne se limite pas à). La pénalité encourue est la disqualification des deux athlètes. Les athlètes peuvent fournir dépanner les autres athlètes avec tout autre équipement pour autant que cela n'empêche pas le donneur de terminer sa course.

~~Un athlète ne peut pas fournir une assistance à un autre athlète si cette dernière l'empêche de terminer sa course. Une liste non-exhaustive contient : chaussures, vélo, cadre, roues et casque. La pénalité encourue est la disqualification des deux athlètes.~~

c) Un athlète ne peut pas physiquement assister la progression d'un autre athlète à n'importe quel moment de la compétition. Dans le cas contraire, les deux athlètes sont disqualifiés.

3.3 Equipement – général

a) Chaque athlète est responsable de son équipement et doit s'assurer qu'il est conforme aux prescriptions.

b) Dossard
L'athlète est tenu de porter le dossard officiel remis par l'organisateur. Il ne peut ni le plier, ni le découper, ni le couvrir. L'athlète doit porter son dossard de manière visible, respectivement à l'arrière lors du cyclisme et sur le devant lors de la course à pied et est responsable de terminer la course avec son dossard. Le port du dossard lors de la partie natation est interdit lorsque le port de la combinaison néoprène est interdit par le TD.

c) Vêtement

(i) Pour la natation, les hommes doivent porter au moins un slip de bain non transparent, les femmes un maillot de bain une ou deux pièces non-transparent.
(ii) Il est interdit d'effectuer le vélo et la course à pied à torse nu.
(iii) Le vêtement doit être attaché aux deux épaules. La fermeture frontale d'un vêtement triathlon peut être ouverte au plus jusqu'au bas du sternum. La fermeture frontale du vêtement doit être totalement fermée dans les 200 mètres précédant l'arrivée.
(iv) Les athlètes groupe d'âge peuvent porter des trifonctions avec manches s'arrêtant avant le coude dans tous types de compétition. Les athlètes Elite, U23, Juniors et Jeunesse peuvent porter des trifonctions avec des manches s'arrêtant avant le coude dans tous les compétitions autres que les distances standards ou inférieures.
(v) Des manchons couvrant les bras peuvent être utilisés sauf pendant la natation lorsque le port de la combinaison néoprène est interdit par le TD. Les athlètes de catégorie Elite ne peuvent pas utiliser de manchons couvrant les bras sur les distances standard ou inférieure. Les manchons doivent être neutres de tout sponsors. En fonction des conditions atmosphériques, le TD peut obliger le port de vêtements couvrant les bras. La même règle s'applique aux vêtements couvrant les jambes au-dessous des genoux.
(vi) Les athlètes participants aux séries Elites de Swiss triathlon ne peuvent pas porter des trifonctions couvrant les épaules.
(vii) Les athlètes Elite, U23, Juniors, Jeunesse doivent porter le même uniforme du début à la fin sur les évènements de distance standard ou inférieure
(viii) Le TD peut, après consultation avec le corps médical, autoriser des exceptions pour des raisons médicale (cancer de la peau). Néanmoins, aucune exception n'est autorisée pour les mains et pieds durant la natation.

d) Marquage

(i) Dans certains cas, l'organisateur marquera le numéro de dossard des athlètes sur les deux bras à l'entrée de la zone de transition.
(ii) Le numéro est écrit verticalement, les chiffres apparaissant l'un au-dessus de l'autre et par côte à côte (sur les bras, au plus près de l'épaule et sur. les jambes au plus près de la hanche.) Sur le bras, aussi près que possible de l'épaule et sur la jambe, aussi près que possible de la hanche.

e) Publicité
La publicité sur les vêtements de course est autorisée. L'espace publicitaire libre qui se trouve sur les dossards et sur le bonnet de bain est réservé exclusivement aux sponsors de l'organisation.

3.4 Dopage

a) L'utilisation de substances dopantes est interdite.

b) Les prescriptions de World Triathlon relatives au dopage, ainsi que les statuts de Swiss Olympic sur le dopage sont déterminants pour tous les athlètes.

c) La chambre disciplinaire pour les cas de dopage de Swiss Olympic est compétente pour le jugement des infractions aux dispositions antidopage. Elle applique ses propres procédures et arrête les sanctions prévues par le Statut concernant le dopage de Swiss Olympic et, le cas échéant, le règlement de la fédération internationale compétente.

3.5 Santé

a) Le triathlon et les autres multisports connexes sont physiquement exigeants. Pour pouvoir participer aux compétitions, les athlètes doivent bénéficier d'une excellente condition physique. Leur santé et leur bien-être sont d'une importance capitale. En se présentant au départ d'une course, les athlètes admettent être en bonne santé et se trouver dans une condition physique apte à l'accomplissement de la course.

b) Des limites de temps pour la natation, le cyclisme et le temps général peuvent être établies pour chaque compétition par le TD et le comité d'organisation. Ces limites doivent être communiquées au plus tard avant le départ.

c) Swiss Triathlon encourage les athlètes à effectuer une évaluation médicale périodique et à se soumettre à une évaluation médicale pré-compétition avant de s'engager dans le sport de compétition.

3.6 Eligibilité

a) Aucun athlète suspendu ou exclu ne peut concourir lors des évènements de Swiss Triathlon.

b) Limite d'âge : Pour pouvoir concourir lors des évènements de Swiss Triathlon, les athlètes doivent avoir un âge minimum. Les confédérations continentales peuvent appliquer d'autres limites d'âge pour les championnats continentaux, comme les catégories juniors lors des évènements super sprint

c) Championnats Suisses (CS) individuels : les titres de champions suisses sont attribués selon les critères suivants :

Championnats Suisses Swiss Triathlon • Triathlon • Duathlon • Cross Triathlon	Elite	• Nationalité suisse • StartPASS annuel Swiss Triathlon • Membre d'un club suisse (affilié à Swiss Triathlon)
	Groupe d'âge	• Nationalité suisse • StartPASS annuel ou StartPASS journalier Swiss Triathlon
	Relève Jeunesse, Ecoliers)	• Nationalité suisse ou domicilié en Suisse • StartPASS annuel Swiss Triathlon • Membre d'un club suisse (affilié à Swiss Triathlon)

d) Les athlètes du cadre national Triathlon peuvent participer aux compétitions de Tri-Circuit, compétitons d'Age Groups ou compétitions CS d'Age Groups. Les athlètes du cadre national ne sont pas considérés pour les CS et le podium des catégories Age Groups.

3.7 Assurance

a) Chaque athlète doit être titulaire d'une assurance couvrant :
   (i) Les maladies/ accidents survenant avant, pendant et après la compétition
   (ii) La responsabilité de l'athlète durant un événement.

4 SANCTIONS

4.1 Règles générales

a) La violation du Règlement de Compétition peut mener à une des sanctions suivantes à l'encontre de l'athlète : avertissement verbal, pénalité de temps, disqualification, suspension ou exclusion.

b) La nature de la règle violée détermine la sanction prononcée.

c) La suspension ou l'exclusion seront prononcées en cas de violations sérieuses du Règlement de Compétition ou des règles antidopage.

d) Causes des sanctions : un avertissement verbal, une pénalité de temps ou une disqualification peuvent être prononcés à l'encontre d'un athlète qui ne se conforme pas au Règlement de Compétition. Une liste non-exhaustive des infractions et sanctions sont répertoriées en annexe.

e) Les TO sont autorisés à prononcer des sanctions même si la violation n'est pas répertoriée, pour autant qu'ils considèrent qu'un avantage non autorisé ait été perçu ou qu'une situation dangereuse ait été provoquée intentionnellement.

f) Sauf disposition contraire prévue par un autre règlement, un athlète pourra être sanctionné si l'infraction commise l'a été dans le cadre d'une compétition ou dans les heures suivant la fin de cette compétition jusqu'à minuit le jour même. L'entourage des athlètes est soumis aux mêmes règles de comportement que les athlètes et risque de voir ces derniers sanctionnés pour leurs actes.

g) Toute infraction susceptible de conduire à une suspension ou à une exclusion à vie de l'athlète qui l'a commise doit faire l'objet d'un rapport à l'attention de l'instance disciplinaire compétente (cf 4.5).

4.2 Avertissement verbal

a) Le but de l'avertissement est de rendre l'athlète attentif à la possible de violation d'une règle et de promouvoir une attitude "proactive" de la part des TO. Un TO peut infliger un avertissement verbal pour corriger une infraction mineure.

b) Un avertissement peut être prononcé lorsque :

(i) Un athlète viole une règle non intentionnellement.
(ii) Un TO pense qu'une violation est sur le point de se produire.
(iii) Aucun avantage n'a été perçu.

c) Le prononcé d'un avertissement verbal :

(i) Un avertissement verbal est prononcé à la discrétion du TO par :
- Un coup de sifflet.
- L'appel du numéro de l'athlète et le prononcé d'instructions devant être suivies par l'athlète. L'athlète peut être arrêté si besoin est.

4.3 Pénalité de temps

a) Un TO n'a pas besoin de prononcer un avertissement verbal avant la condamnation à une sanction plus sévère.

b) Une pénalité de temps est appropriée lors d'infractions de peu d'importance, qui ne nécessite pas une disqualification.

c) Les pénalités de temps seront effectuées dans une zone de pénalité spécialement désignée, dans l'aire de transition, ou sur le lieu de l'infraction. Il est de la responsabilité de l'athlète de se présenter à la zone de pénalité.

d) Il y a deux types d'infractions sanctionnées par une pénalité de temps :

(i) Drafting
(ii) Autres (voir annexe)

e) Les pénalités temps varient en fonction des infractions :

(i) Drafting : (voir annexe)
- Moyenne/longue distances: 5 minutes.
- Distance standard: 2 minutes.
- Distance sprint: 1 minute.

(ii) Autres (voir annexe)
- Longue distance: 1 minute.
- Moyenne distance : 30 secondesk
- Distance standard: 15 secondes.
- Distance sprint: 10 secondes.

f) Le prononcé d'une pénalité de temps

Le TO détermine la pénalité temps et en informe l'athlète. Pour des raisons de sécurité, un TO peut devoir différer le prononcé d'un avertissement.

(i) Drafting :
- Un coup de sifflet ou d'avertisseur sonore.
- Présentation d'une carte bleue.
- Appel du numéro de l'athlète et l'expression « Pénalité pour Drafting, arrêtez-vous à la prochaine zone de pénalité ». Le TO s'assure que l'athlète a compris la notification.
- La pénalité temps doit être purgée dans la Bike Penalty Box

(ii) Autres
- Infractions au départ ou durant la natation. Les athlètes serviront leur pénalité temps pendant leur première transition avant de toucher leur équipement. Un TO sera présent à l'emplacement de l'athlète :
  - Attirera l'attention par un coup de sifflet
  - Présentation d'une carte jaune
  - Stoppera l'athlète pendant le temps de sa pénalité.
- Infraction sur le parcours vélo :
  - Coup de sifflet
  - Présentation d'une carte jaune
  - Appel du numéro de l'athlète et l'expression « Pénalité temps, arrêtez-vous à la prochaine zone de pénalité » ou « Pénalité temps : arrêtez-vous à la prochaine zone de pénalité sur le parcours course à pied ». Le TO s'assure que l'athlète a compris la notification (cf. table ci-dessous)
- Infraction en transition ou sur le parcours course-à-pied :
  - Coup de sifflet
  - Présentation d'une carte jaune
  - Appel du numéro de l'athlète et l'expression « Pénalité temps, Stop » ou l'affichage de leur numéro sur un panneau installé à l'entrée de la zone de pénalité. Il est de la responsabilité de chaque athlète de contrôler ce panneau.
- Les athlètes ayant reçu une pénalité ont le choix de s'arrêter et servir leur sanction en zone pénalité ou de continuer sa course jusqu'à la ligne d'arrivée. Ne pas s'arrêter résultera à une disqualification immédiate. L'athlète peut ensuite déposer protêt auprès de l'arbitre principal.

g) Où servir sa pénalité temps ? Les pénalités de temps sont effectuées aux endroits indiqués dans la table ci-dessous. Si l'athlète s'arrête à un autre endroit, la pénalité ne sera pas considérée.

Lieu d'avertissement	Elite, Juniors, Jeunesse No-Drafting	Elite, Juniors, Jeunesse Drafting	Groupe d'âge No-Drafting
Départ	T1	T1	T1
Natation	Zone pénalité – course à pied	Zone pénalité – course à pied	T1
Transition 1 (T1)	Zone pénalité – course à pied	Zone pénalité – course à pied	Avertissement en T1
Vélo	Zone pénalité – vélo	Zone pénalité – course à pied	Prochaine Zone pénalité – vélo
Transition 2 (T2)	Zone pénalité – course à pied	Zone pénalité – course à pied	Avertissement en T2
Course à pieds	Zone pénalité – course à pied	Zone pénalité – course à pied	Avertissement / Pénalité temps sur place

Notes : Lors d'un Triathlon d'hiver, la zone pénalité de course à pied est remplacée par une zone pénalité ski. En duathlon/aquathlon, la zone pénalité course à pied est placée sur le second segment

h) Procédure lors de l'exécution d'une pénalité de temps.

(i) Le TO en zone pénalité n'est pas tenu de donner une raison pour la pénalité.
(ii) Lorsqu'un carton bleu ou jaune est donné, l'athlète doit suivre les instructions du TO.
(iii) Pénalité de temps dans l'aire de transition 1

- Le TO tient un carton jaune à l'arrivée de l'athlète pénalisé à sa place. Le TO ordonne à l'athlète de s'arrêter dans son espace de transition sans toucher le moindre équipement puis commence à décompter le temps. Le décompte du temps s'arrête si l'athlète touche ou retire une partie de son équipement et recommencera une fois les instructions respectées.
- Une fois le temps de pénalité écoulé, le TO prononce le terme "Go" et l'athlète peut continuer la course.

(iv) Pénalité de temps dans la zone de pénalité 'cyclisme'(No-Drafting) :

- Il est de la responsabilité de l'athlète de s'annoncer à la prochaine zone de pénalité après sa notification. Les numéros de dossards des athlètes ne sont pas affichés dans la zone de pénalité 'cyclisme'.

- Les athlètes pénalisés se rendent à la zone de pénalité, descendent de leur vélo et informent l'arbitre de leur numéro de dossard, du type et nombre de pénalité à purger. La pénalité de temps commence et se termine lorsque le TO prononce le terme "Go", à la suite duquel l'athlète peut continuer la course. Si l'athlète quitte la zone avant y être autorisé, il sera disqualifié.
- Pendant son arrêt dans la zone de pénalité 'cyclisme',
- L'athlète peut uniquement consommer la nourriture et/ou les liquides qu'il transporte.
- L'athlète ne peut pas utiliser de toilettes. Dans le cas contraire, sa pénalité sera neutralisée pendant cette période.L'athlète ne peut pas ajuster son équipement ou réparer son vélo.

(v) Pénalité de temps dans la zone de pénalité 'course à pied' [uniquement pour les compétitions Jeunesse, Juniors, Elite et Team Triathlon]

- Les numéros des athlètes pénalisés sont clairement affichés sur un panneau devant la zone de pénalité, suivi par une lettre informant l'athlète du type d'infractions. En cas d''infractions multiples, le signe « x » suivi par le nombre de pénalité à purger sera affiché.

D	Dismount Line		E	Equipment (équipement hors de sa boite)
S	Swim (natation)		L	Littering (déchet)
M	Mount Line		V	Other violations (autres violations)

- Il est de la responsabilité des athlètes de se rendre dans la zone de pénalité.
- Les athlètes pénalisés pénètrent dans la zone de pénalité, informent l'arbitre de leur numéro de dossard et du nombre de pénalité à purger. Une fois fait, le décompte du temps de pénalité commence et se termine lorsque l'arbitre prononce le terme "Go", à la suite duquel l'athlète peut continuer la course. L'athlète pourra poursuivre sa course seulement une fois la totalité de pénalité effectuée. Si l'athlète quitte la zone avant y être autorisé, il sera disqualifié.
- Le numéro de l'athlète ayant purgé sa pénalité est effacé du panneau ou le numéro barré.
- Un athlète pénalisé peut purger sa pénalité lors de n'importe quel tour.
- Pour les courses Team Triathlon (Mixed Relay), la pénalité peut être effectuée par n'importe quel membre de l'équipe qui n'a pas encore terminé son parcours.
- Les pénalités doivent être affichées sur le panneau avant que l'athlète atteigne la zone de pénalité selon le schéma ci-dessous :
  - Si le parcours de course à pied a 1 tour, avant que l'athlète atteigne la zone de pénalité au 1er tour;
  - Si le parcours de course à pied a 2 tours, avant que l'athlète atteigne la zone de pénalité au 1er tour;
  - Si le parcours de course à pied a 3 tours, avant que l'athlète atteigne la zone de pénalité au 2e tour;
  - Si le parcours de course à pied a 4 tours, avant que l'athlète atteigne la zone de pénalité au 2e tour;
  - Si le parcours de course à pied a 5 tours, avant que l'athlète atteigne la zone de pénalité au 3e tour;
- Tout affichage au-delà de cette limite est invalide.

4.4 Disqualification

a) Généralité

(i) La disqualification est une sanction appropriée en cas de violations graves des règles, tel que, entre autres, un comportement dangereux ou antisportif.

(ii) Pour la catégorie Jeunesse 14-15, l'accumulation de pénalités n'entraine pas la disqualification

b) Prononcé

(i) Lorsque le temps et les conditions le permettent, un TO prononce la disqualification par :
- Un coup de sifflet ou d'avertisseur sonore.
- La présentation d'un carton rouge.
- L'appel du numéro de l'athlète et l'expression "disqualifié".
- Pour des raisons de sécurité, un arbitre peut devoir différer le prononcé d'une disqualification.

(ii) Alternativement, les athlètes peuvent être informés des sanctions par l'affichage de leur numéro sur le tableau blanc installé en zone d'arrivée.

(iii) L'athlète et/ou son club doit être informé de la disqualification si la sanction n'a pas été affichée sur le panneau d'affichage avant l'arrivée de ce dernier. L'athlète ou son club ont 5 jours pour faire appel à la décision auprès du TD / HR.

c) Procédure après la disqualification

(iii) Un athlète peut finir la course si un TO prononce la disqualification. Un athlète disqualifié peut recourir contre la décision selon les dispositions concernant la procédure de recours du Règlement de Compétition de Swiss Triathlon. Dans certains cas mentionnés dans l'annexe, l'athlète devra se retirer de la course.

4.5 Suspension

a) Généralité

(i) La suspension est une sanction appropriée en cas de fraude ou de très graves violations des règles, tel que, entre autres, la répétition de comportement dangereux ou antisportif.

b) Conséquences d'une suspension

Lorsqu'une suspension est prononcée à l'égard d'un athlète, celui-ci/celle-ci n'a pas le droit, durant toute la durée de la suspension, de participer à des compétitions organisées sous l'égide de World Triathlon ou sous l'égide des fédérations nationales qui lui sont affiliées.

c) Prononcé

(i) Le HR écrit un rapport détaillé les actions, les raisons qui recommandent une suspension de l'athlète. Ce rapport est soumis au juge unique de Swiss Triathlon dans la semaine suivant la compétition. Le CEO de Swiss Triathlon informera World Triathlon et les fédérations nationales.

d) Motifs

Une liste des infractions qui peuvent déboucher sur une suspension sont décrites dans l'annexe de ce règlement.

e) Compétence, durée et modalités de suspension

Le juge unique de Swiss Triathlon est compétent pour fixer la durée de la suspension, la date de son entrée en vigueur et ses modalités d'exécution. La suspension doit dans tous les cas être fixée en période de compétition. La durée de la suspension dépend de la gravité de l'infraction et s'étend d'un (1) mois à quatre (4) ans.
Si l'athlète, suspendu à raison d'une infraction, commet une seconde infraction dans un délai de douze mois à compter de la commission de la première infraction, la durée de la suspension à fixer pour la seconde infraction sera dans tous les cas d'au minimum trois (3) mois.

f) La compétence de la Chambre disciplinaire pour les cas de dopage de Swiss Olympic demeure réservée en vertu de l'article 3.4. Communication des suspensions. Lorsqu'un(e) athlète est suspendu(e), le président de Swiss Triathlon en informe World Triathlon dans les 5 jours suivant l'entrée en force de la décision de suspension.

g) Réintégration

Après une suspension prononcée par World Triathlon, l'athlète doit déposer une demande de réintégration auprès du président de World Triathlon.

4.6 Exclusion

a) Généralité

(i) L'athlète exclu à l'interdiction à vie de participer aux compétitions organisées sous l'égide de World Triathlon ou sous l'égide des fédérations nationales qui lui sont affiliées.

b) Motifs

Un(e) athlète est définitivement exclu(e) dans les situations suivantes (liste non exhaustive) :
(i) Lors d'une seconde infraction comme définie dans les règles de contrôle antidopage et les directives de procédure.

(ii) Lors d'un comportement extraordinairement antisportif et violent.

c) Exclusion pour dopage
(i) La Chambre disciplinaire pour les cas de dopage de Swiss Olympic est compétente en cas de dopage.
(ii) Après avoir été convaincu de dopage, l'athlète n'a plus le droit de participer à d'autres disciplines sportives pratiquées par une fédération reconnue par le CIO ou la GAISF.

d) Autres cas d'exclusion

Dans tous les autres cas, le juge unique de Swiss Triathlon est compétent pour prononcer l'exclusion.

e) Communication des exclusions
Lorsqu'un(e) athlète est exclu(e), le président de Swiss Triathlon en informe World Triathlon dans les 5 jours suivant l'entrée en force de la décision d'exclusion.

5 APPEL

5.1 Général:

a) Un athlète peut protester contre le comportement d'un athlète, contre des erreurs d'organisation de la compétition et contre les décisions des TO confirmées par le HR (appel de niveau 1), contre la décision du jury de compétition (appel de niveau 2). Font exception : les sanctions pour drafting, les cas d'insultes et les rapports établis par les autorités de police, pour lesquels aucun protêt ne peut être déposé.

5.2 Jury de compétition:

a) Le TD de Swiss Triathlon désignera, avant la course, les membres du jury de compétition comme suit :
   (i) Le TD ou son adjoint, qui préside le jury de compétition ;
   (ii) Un représentant de Swiss Triathlon. Dans le cas où aucun représentant est présent sur le site un représentant de l'organisation ;
   (iii) Un représentant des athlètes (détenteur d'un StartPASS) désigné par le TD.

b) Le jury de compétition peut inviter des experts à l'audition. Ils auront la possibilité de s'exprimer mais en aucun cas le droit de vote.

c) Tâches du jury de compétition :
   (i) Le jury de compétition statue sur tous les appels ;
   (ii) Le jury de compétition a le pouvoir de modifier les résultats de la compétition en conséquence de sa décision sur l'appel. La modification des résultats est considérée comme décision de l'aire de jeu ;
   (iii) Le jury de la compétition doit être disponible à partir du briefing des athlètes jusqu'à la fin de la compétition ;
   (iv) Le président du jury de compétition est responsable d'établir un procès-verbal écrit des appels et des décisions prises.

d) Intégrité du jury de compétition :
   (i) Le jury de compétition observe les principes suivants :
      - Donner le même poids aux preuves et témoignages fournis par tous ;
      - Reconnaître que les témoignages honnêtes peuvent varier et être en conflit en raison d'une observation ou d'un souvenir personnel ;
      - Avoir un esprit ouvert jusqu'à ce que toutes les preuves aient été soumises ;
      - Reconnaître la présomption d'innocence d'un athlète jusqu'à ce que la violation alléguée ait été établie à l'entière satisfaction du jury de compétition.
   (ii) Conflit d'intérêts :
      - Le président du jury de compétition décide si un membre a un conflit d'intérêt ;
      - En cas de conflit d'intérêt, d'absence, ou pour toute autre raison, le président du jury de compétition peut nommer un remplaçant à sa discrétion. Le jury du concours conservera le même nombre de membres qu'il avait à l'origine ;
      - Le président du jury du concours est considéré comme n'ayant pas de conflit d'intérêts.

5.3 Procédure d'appel niveau 1

a) La procédure suivante sera suivie en cas d'appel de niveau 1 jusqu'à la cérémonie de remise des médailles :
   (i) Un représentant officiel d'un club ou un athlète peut faire appel de la décision de le HR auprès du jury de la compétition au moyen du formulaire d'appel approprié qui peut être obtenu auprès du HR. Il est à souligner que si l'athlète a moins de 18 ans, l'appel doit être signé par le représentant officiel du club de l'athlète.
   (ii) Les appels seront déposés par écrit auprès du HR, signés par l'appelant et seront accompagnés d'une taxe de CHF 50.- dans le temps imparti. Cette taxe sera remboursée si l'appel est reçu. Si l'appel est rejeté, l'argent sera conservé par Swiss Triathlon ;
   (iii) Le délai de dépôt est d'au plus tard 15 minutes après l'arrivée de l'athlète. Si le recours concerne le chronométrage, il doit être déposé au plus tard 30 minutes après la publication des résultats provisoires. En cas d'appel introduit dans le délai, ce dernier sera prolongé de trente (30) minutes supplémentaires à compter du moment où l'athlète a introduit l'appel
   (iv) Pour les athlètes de moins de 18 ans, tout protêt doit être déposé par le représentant officiel du club dans lequel l'athlète est licencié et qui est présent sur l'événement.
   (v) Le HR affichera sur le tableau d'affichage en zone d'arrivée qu'un appel a été déposé ;

5.4 Contenu de l'appel de niveau 1 :

a) Un appel contiendra :
   (i) Nom du concours, lieu, date ;
   (ii) Nom, adresse, téléphone, fax, e-mail du candidat ;
   (iii) Nom(s) du/des témoin(s) ;
   (iv) La décision présumée faisant l'objet de l'appel ;
   (v) Les faits de la violation ;
   (vi) Justification/résumé de l'appel.

b) Les formulaires sont disponibles auprès du HR et doivent être dument remplis par écrit et signé par l'athlète concerné (formulaire disponible sur swisstriathlon.ch et auprès du HR sur le lieu de compétition).

5.5 Audience en cas de jury de compétition (appel de niveau 1):

a) Le requérant et l'accusé et/ou le représentant de leur club doivent être présents. Si le requérant ne se présente pas, l'audience d'appel peut être reportée ou annulée. Le jury de compétition déterminera si l'absence à l'audience est valable ;

b) L'absence de l'une des parties à l'audience peut justifier que le jury de compétition prenne une décision sans elle ;

c) Un représentant de l'appelant ou de l'accusé peut être désigné pour comparaître si le président du jury de compétition l'approuve ;

d) L'audience n'est pas ouverte au public ;

e) Le président du jury de compétition expliquera la procédure et les droits de chacun ;

f) Le président du jury de compétition lira l'appel ;

g) L'appelant et l'accusé disposeront d'un délai suffisant pour rendre compte de l'incident ;

h) Les témoins (au maximum deux pour chaque partie) peuvent prendre la parole pendant trois (3) minutes maximum ;

i) Le jury de compétition entendra les preuves et rendra une décision, à la majorité simple ;

j) Les athlètes affectés peuvent être entendus par le jury de compétition et seront informés de la décision ;

k) La décision sera affichée immédiatement et transmise par écrit aux parties sur demande ;

l) Le jury de compétition produira un procès-verbal de la réunion, incluant la décision du jury de compétition, qui doit être signé par tous les membres du jury de compétition, avant la fin de la réunion. Le procès-verbal sera soumis à Swiss Triathlon.

5.6 Appel de niveau 2:

a) Vous avez la possibilité de faire appel de la décision du jury de compétition;

b) Pour ce faire contacter Swiss Triathlon (info@swisstriathlon.ch)

6 NATATION

6.1 Règles générales

a) Tous les styles de nages sont autorisés. Il est également autorisé de nager sur place, flotter, ainsi que de marcher dans les zones de départ et d'arrivée, sans que cela occasionne une gêne pour les autres concurrents.

b) Les athlètes doivent strictement respecter le parcours natation.

c) Les athlètes peuvent prendre pied sur le fond sans pour autant progresser ou se reposer en s'agrippant à un objet inanimé et stationnaire comme une bouée ou un bateau.

d) En cas d'urgence, un athlète devrait lever un bras au-dessus de la tête et demander assistance. Une fois l'assistance rendue, l'athlète doit se retirer de la compétition.

e) Les athlètes peuvent maintenir leur propre espace dans l'eau de manière sportive :
   (i) Lorsque qu'un contact a lieu de manière fortuite lors du segment natation et qu'il ne se reproduit pas, l'évènement ne sera pas sanctionné.
   (ii) Lorsque qu'un contact a lieu lors du segment natation et qu'un athlète continue d'entraver la progression d'un autre athlète sans chercher à s'en écarter, l'évènement sera sanctionné par une pénalité temps.
   (iii) Lorsque les athlètes ciblent délibérément un autre athlète pour entraver leur progression, obtenir un avantage indu et éventuellement causer un préjudice. L'évènement entraînera une disqualification et pourra être signalé au Tribunal d'arbitrage de Swiss Triathlon en vue d'une éventuelle suspension ou expulsion.
   (iv) Lors des course National League, catégorie Elite et Juniors, les athlètes pénalisés pour non-respect des règles ci-dessus deux fois par année calendrier ne seront pas admis à la prochaine course du calendrier. Cette sanction est applicable au 3e, 4e infraction et ains de suite.

f) Lors d'épreuves disputées dans un bassin, la paroi du bassin doit être touchée par le concurrent lors de chaque changement de direction.

6.2 Utilisation de combinaison triathlon (néoprène)

a) Le TD est seul habilité à imposer, à autoriser ou à interdire le port d'une combinaison néoprène aux athlètes. Si la combinaison néoprène est obligatoire, elle doit couvrir la totalité des bras et jambes.

b) Afin de garantir la sécurité, le port de la combinaison néoprène est décidé selon les valeurs suivantes :

Athlètes Elite, U23, Juniors, Jeunesse 16-17, Jeunesse 14-15 (en condition de course séparée)

Distance de natation	Interdit	Obligatoire
Jusqu'à 1500 m. inclus	20° C et au-dessus	15.9° C et au-dessous
1501 m. et plus	22° C et au-dessus	15.9° C et au-dessous

Athlètes Groupe d'âge (catégories inférieures à 65 ans)
+ Elite, U23, Juniors, Jeunesse 16-17, Jeunesse 14-15 si course commune avec les groupes d'âge)

Distance de natation	Interdit	Obligatoire
Jusqu'à 1500 m. inclus	22° C et au-dessus	15.9° C et au-dessous
1501 et plus	24.6° C et au-dessus	15.9° C et au-dessous

Athlètes Groupe d'âge (catégorie 65+)

Distance de natation	Interdit	Obligatoire
Toutes les distances	24.6° C et au-dessus	15.9° C et au-dessous

c) Temps maximum autorisé dans l'eau

Distance de natation	Elite, U23, Juniors, Jeunesse	Age Groups
Jusqu'à 300 m.	10 min	20 min
301 à 750 m. en-dessous de 31° C	20 min	30 min
301 à 750 m. en-dessus de 31° C	20 min	20 min
751 à 1500 m.	30 min	1h 10 min
1501 à 3000 m.	1h 15 min	1h 40 min
3001 à 4000 m.	1h 45 min	2h 15 min

6.3 Adaptations des distances de natation

a) Les distances de natation peuvent être raccourcies ou la natation peut être interdite en cas de nécessité, en vertu de la tabelle ci-dessous :

Distance de natation originale	Température de l'eau								
	Au-dessus 33.0° C	32.9° C – 32.0° C	31.9° C – 31.0° C	30.9° C – 15.0° C	14.9° C – 14.0° C	13.9° C – 13.0° C	12.9° C – 12.0° C	11.9° C – 11.0° C	Inférieur à 11° C
Jusqu'à 300m	Annulation	Distance d'origine							Annulation
750m	Annulation	Annulation	750m	750m	750m	750m	750m	Annulation	Annulation
1000m	Annulation	Annulation	750m	1000m	1000m	1000m	750m	Annulation	Annulation
1500m	Annulation	Annulation	750m	1500m	1500m	1500m	750m	Annulation	Annulation
1900m	Annulation	Annulation	750m	1900m	1900m	1500m	750m	Annulation	Annulation
2000m	Annulation	Annulation	750m	2000m	2000m	1500m	750m	Annulation	Annulation
2500m	Annulation	Annulation	750m	2500m	2500m	1500m	750m	Annulation	Annulation
3000m	Annulation	Annulation	750m	3000m	3000m	1500m	750m	Annulation	Annulation
2500m	Annulation	Annulation	750m	3800m	3000m	1500m	750m	Annulation	Annulation
4000m	Annulation	Annulation	750m	4000m	3000m	1500m	750m	Annulation	Annulation

(*) Les températures indiquées ci-dessus ne peuvent pas toujours être utilisés pour la décision finale. Si la température de l'eau est égale ou inférieure à 22º C et la température de l'air est égale ou inférieure à 15º C, la température de l'eau mesurée doit être corrigée selon la tabelle ci-dessous :

(*)		Température de l'air (° C)										
		15° C	14° C	13° C	12° C	11° C	10° C	9° C	8° C	7° C	6° C	5° C
Température de l' eau	22	18.5	18	17.5	17	16.5	16	15.5	15	14.5	14	Cancel
	21	18	17.5	17	16.5	16	15.5	15	14.5	14	13.5	Cancel
	20	17.5	17	16.5	16	15.5	15	14.5	14	13.5	13	Cancel
	19	17	16.5	16	15.5	15	14.5	14	13.5	13	12.5	Cancel
	18	16.5	16	15.5	15	14.5	14	13.5	13	12.5	12	Cancel
	17	16	15.5	15	14.5	14	13.5	13	12.5	12	Cancel	Cancel
	16	15.5	15	14.5	14	13.5	13	12.5	12	Cancel	Cancel	Cancel
	15	15	14.5	14	13.5	13	12.5	12	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel
	14	14	14	13.5	13	12.5	12	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel
	13	13	13	13	12.5	12	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel

b) Si d'autres conditions météorologiques le requièrent, p.ex. vent violent, forte pluie, température changeante, courant, etc. le TD peut adapter les distances de natation ou les conditions du port d'une combinaison. La décision finale doit être prise une heure avant le départ par le TD et être clairement communiquée à tous les athlètes.

c) La température de l'eau doit être mesurée le jour de la course une (1) heure avant le départ. La mesure doit être

faite au milieu du parcours ainsi qu'a deux autres endroits sur le parcours à une profondeur de 60 cm. Lorsque la moyenne des températures est égale ou inférieure à 27°C, la mesure la plus basse est considérée comme la température officielle. Lorsque la moyenne des températures est égale ou supérieure à 27°C, la mesure la plus élevée est considérée comme la température officielle.

d) Catégories M/F10-11, M/F12-13 : En dessous de 18°C, la partie natation est remplacée par une épreuve de course à pieds. Entre 18,0° et 19,9°, la distance est réduite de moitié. Rappel : le TD peut adapter les distances et parcours pour des raisons de sécurité. Le port de la combinaison Néoprène est interdite pour ces catégories.

6.4 Sélection de la position de départ (Elite / Juniors)

a) Les athlètes peuvent choisir librement leur position de départ. Ils sont appelés les uns après les autres par catégorie à prendre position pour le départ. L'ordre de départ sera établi sur la base du classement mondial de World Triathlon puis sur la base du classement du circuit et du membre de l'équipe nationale. Pour la première course de la saison, le classement de l'année précédente sera appliqué.

b) Lors de la tenue d'un briefing d'avant course, les athlètes non-présents ou arrivant en retard, reçoivent une pénalité temps à servir lors de la 1e transition.

6.5 Sélection de la position de départ (Groupe d'âge)

a) Les athlètes d'une même vague sont rassemblés en groupe dans la zone de pré-départ.

b) Un TO invitera les athlètes à se rendre sur la ligne de départ

c) Les athlètes prendront place et suivront les instructions des TO si nécessaires

6.6 Faux départs

a) Lors d'un faux départ en masse la course sera interrompue et le départ sera redonné. Un signal sonore répété sur une longue période de temps et des kayaks bloquants la progression des athlètes sont utilisé pour informer d'un faux départ. Le HR qui donne le départ décide de la procédure en cas de faux-départ.

b) Si un athlète (ou un petit nombre d'athlètes) anticipe le départ d'une course Elite, Juniors, Jeunesse, le HR peut décider de redonner le départ ou de laisser continuer la course et de sanctionner nominativement le faux départ. Dans le second cas, l'athlète sera sanctionné par une pénalité de temps en transition 1, selon la distance de la course. Lors d'une compétition « team relay », la pénalité doit être servie par le premier athlète.

c) La même procédure sera appliquée pour les départs de tout autre événement multisports qui débute avec la course à pied avec une adaptation des règles d'un départ natation à un départ course à pied.

6.7 Equipement

a) Bonnets de bain

(i) L'athlète doit porter le bonnet de bain fourni par l'organisateur en tout temps pendant la natation.

(ii) Si l'athlète décide de porter un bonnet de bain supplémentaire, il doit être neutre et porté sous le bonnet fourni par l'organisateur.

(iii) Aucun logo de sponsors autres que ceux de l'organisateur ne peut apparaitre sur le bonnet de bain.

(iv) L'athlète ne peut en aucun cas modifier le bonnet de bain fourni par l'organisateur.

(v) Ne pas porter le bonnet de bain officiel, ou le modifier, peut entrainer une pénalité allant jusqu'à la disqualification.

b) Trifonctions

(i) L'athlète doit porter une tri fonction approuvées lors d'une course déclarée sans néoprène. Si l'athlète choisit de porter plus d'une trifonctions, les deux doivent satisfaire aux spécifications.

(ii) Les trisuits doivent être 100% en matière textile, ce qui est défini comme des matériaux composé de produits naturels et / ou synthétiques, individuels et de fils non consolidés utilisés pour constituer un tissu par tissage, tricotage et / ou du tressage (cela se réfère généralement à des nylon ou lycra qui n'ont pas de matériau caoutchouté tel que polyuréthane ou néoprène)

(iii) En cas ou l'usage d'une combinaison néoprène est interdit, les vêtements couvrants quelconques parties des bras au-dessous des coudes et quelconques parties des jambes au-dessous des genoux sont interdits, sauf exception mentionnée sous chiffre 3.3.c.

c) Swimskins

(i) Swimskins peuvent être retirées après la natation, sauf pour les distances standards ou inférieures.

(ii) Swimskins doivent être constitués à 100% de textile, défini comme matériaux constitués de matériaux naturels et / ou synthétiques, les fils non consolidés utilisés pour constituer un tissu par tissage, tricotage et / ou du tressage (cela se réfère généralement à des nylon ou lycra qui n'ont pas de matériau caoutchouté tel que polyuréthane ou néoprène)

d) Combinaisons néoprènes

(i) Les combinaisons néoprènes ne peuvent pas avoir une épaisseur supérieure à 5mm. Si la combinaison est en deux pièces, l'épaisseur sur les pièces se chevauchant ne doit pas être supérieure à 5mm.

(ii) Les artifices de propulsion qui créent un avantage pour l'athlète ou un risque pour les autres sont interdits

(iii) La partie la plus externe d'une combinaison néoprène doit coller au corps de l'athlètes lorsqu'il nage

(iv) Une combinaison néoprène ne peut pas couvrir la face, les mains et les pieds

(v) Il n'y a pas de limitation au sujet de la longueur de la fermeture de la combinaison.

e) Equipement non autorisé

(i) Moyens de propulsions artificiels.

(ii) Dispositifs de flottaison, respiration.

(iii) Gants et chaussettes.

(iv) Bas de combinaison néoprène uniquement.

(v) Combinaison néoprène lorsque la température de l'eau l'interdit.

(vi) Combinaison néoprène et tri-fonctions non-certifiées

(vii) Tubas

(viii) Dossard (lors d'une course sans combinaison néoprène)

(ix) Ecouteurs, téléphone mobile ou tout autre appareil électronique d'écoute insérés dans ou recouvrant l'oreille.

(x) Dispositif gonflable de sécurité qui a été déployé. S'il est déployé, l'athlète doit se retirer de la course

(xi) Bijoux pouvant blesser l'athlète ou un autre concurrent. Il pourrait être demandé à l'athlète d'enlever son bijou.

7 CYCLISME

7.1 Règles générales

a) L'épreuve cycliste se déroule sous forme de course contre la montre individuelle sans l'aide de véhicule d'accompagnement.

b) Un athlète n'a pas le droit de :

(i) Bloquer d'autres athlètes.

(ii) Pédaler le torse nu.

(iii) Avancer sans être en possession du vélo.

(iv) Utiliser un autre vélo que celui enregistré en zone de transition.

c) Comportement dangereux

(i) Les athlètes doivent respecter les règles de la circulation routière à moins que le TD informe sur d'autres dispositions.

(ii) En cas d'accident, les athlètes suivants sont priés de passer avec la plus grande prudence.

(iii) Les athlètes quittant le parcours pour des raisons de sécurité doivent revenir sur le parcours à l'endroit où ils l'ont quitté. Si un avantage a été gagné, l'athlète recevra une pénalité de temps servie dans l'aire de transition pour les groupes d'âge et à la penalty box sur le parcours course à pied pour les autres.

(iv) Une conduite dangereuse peut entraîner une pénalité. Cela inclut, mais n'est pas limité à, dépasser un autre athlète du mauvais côté.

7.2 Equipement

a) En règle générale, les règles de l'UCI sont applicables :

(i) Le règlement de l'UCI pour les épreuves sur route pour les courses de triathlon et de duathlon avec drafting (draft légal).

(ii) Le règlement contre-la-montre de l'UCI pour les courses de triathlon et de duathlon sans drafting (draft illégal).

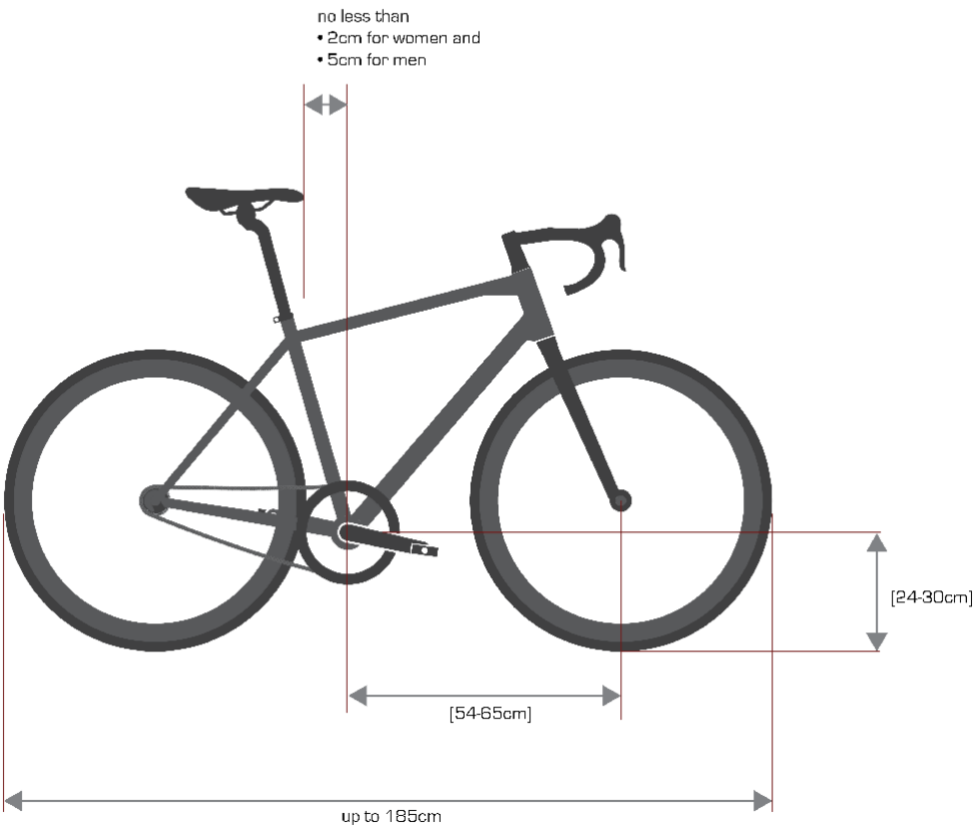
(iii) Le règlement MTB de l'UCI pour le triathlon d'hiver et les courses de cross triathlon et de cross duathlon.

b) Un vélo est un véhicule à propulsion humaine avec 2 roues de même diamètre. La roue avant doit être manœuvrable, la roue arrière doit être entrainée par un système comprenant les pédales et une chaine. Les vélos doivent présenter les caractéristiques suivantes :

(i) Pour les courses avec drafting

- Le cadre du vélo doit être de type classique, c'est-à-dire construit autour d'un triangle principal constitué de trois éléments tubulaires droits ou étirés de forme ronde, ovale, aplatie, en « goutte d'eau » ou autres.
- Le cadre ne doit pas mesurer plus de 1.85 mètres de long et 0.5 mètres de large.
- La distance entre le sol et le centre de l'axe du pédalier sera comprise entre 24 et 30 centimètres.
- La ligne verticale touchant le bec de selle n'est pas à moins de 5 centimètres de la ligne verticale passant par le centre de l'axe du pédalier pour les hommes et 2 centimètres pour les femmes derrière. L'athlète ne doit pas avoir la faculté d'ajuster la selle au-delà de ces limites durant la compétition. Cette règle est applicable uniquement aux courses Elite et U23. Des exceptions à cette règle peuvent être demandée à la commission technique de Swiss Triathlon.
- La distance entre les verticales passant par l'axe du pédalier et l'axe de la roue avant est de 54 centimètres au minimum et de 65 centimètres au maximum.
- Les carénages ou quelconque artifice ajouter à la structure et destiner à réduire la résistance a l'air ou accélérer la propulsion, sont interdits.
- Les vélos ou l'équipement qui ne sont pas de type classique sont illégaux à moins qu'une approbation préalable n'ait été accordée par la commission technique au moins 30 jours avant l'évènement sur la base d'un dossier avec photos.
- Les numéros autocollants fournis par l'organisateur doivent être place sur le vélo selon les instructions reçues et sans modification.
- Les cadres ayant un autocollant d'homologation UCI Road Race (Code RD) sont toujours autorisés dans les courses avec drafting, même si les points mentionnés ci-dessus ne sont pas respectés. Les cadres ayant un autocollant d'homologation UCI Time Trial (Code TT) sont interdits sauf si les points mentionnés ci-dessus sont respectés.

DRAFT LEGAL

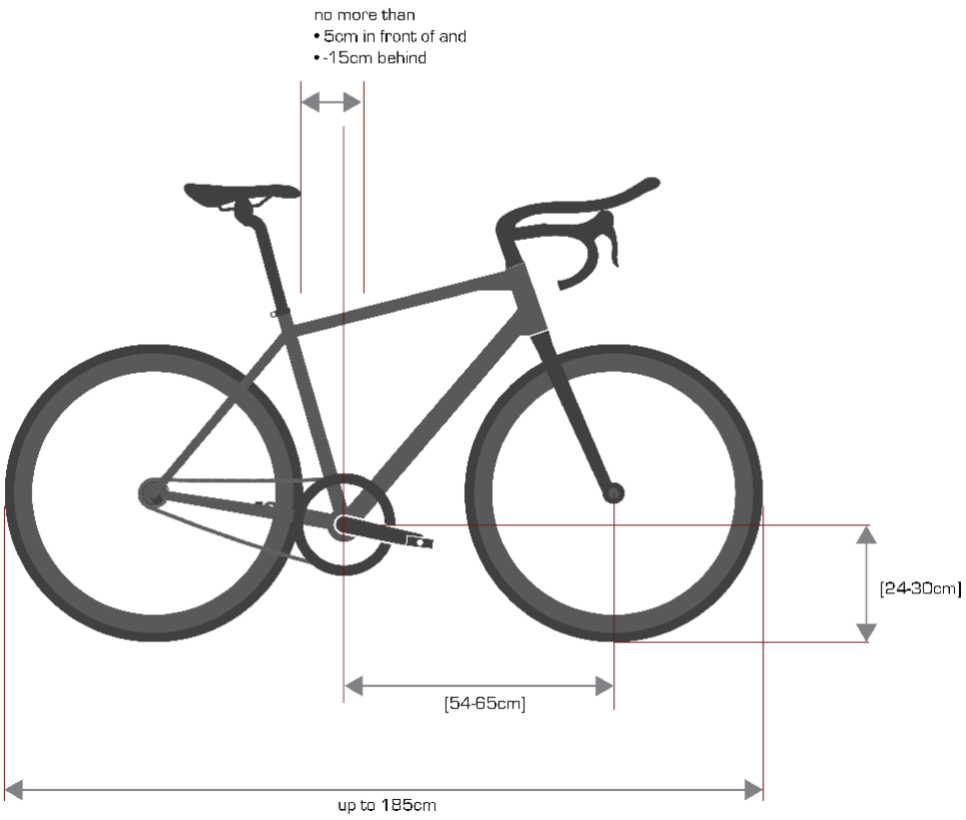


(ii) Pour les courses sans drafting (No-Drafting) et les courses de groupe d'âge avec drafting.

- Le cadre ne doit pas mesurer plus de 1.85 mètres de long et cinquante (50) centimètres de large.
- La distance entre le sol et le centre de l'axe du pédalier sera comprise entre 24 et 30 centimètres.
- La ligne verticale touchant le bec de selle n'est pas à plus de 5 centimètres devant et 15 cm derrière la ligne verticale passant par le centre de l'axe du pédalier. L'athlète ne doit pas avoir la faculté d'ajuster la selle au-delà de ces limites durant la compétition.
- La distance entre les verticales passant par l'axe du pédalier et l'axe de la roue avant est de 54 centimètres au minimum et de 65 centimètres au maximum.
- Les carénages qui réduisent la résistance de l'air, sont interdits.
- Le cadre du vélo doit être de type classique, c'est-à-dire construit autour d'un triangle principal constitué de trois éléments tubulaires droits ou étirés de forme ronde, ovale, aplatie, en « goutte d'eau » ou autres. Les cadres construits en diamant (pas de tube de selle) ou avec un triangle arrière qui n'est pas lié au triangle principal sont acceptés.
- Les vélos ou l'équipement qui ne sont pas de type classique sont illégaux à moins qu'une approbation préalable n'ait été accordée par le TD avant le début de la compétition.
- Les numéros autocollants fournis par l'organisateur doivent être placé sur le vélo selon les instructions reçues et sans modification.
- Les cadres ayant un autocollant d'homologation UCI Time Trial (Code TT) sont toujours autorisés dans les courses sans drafting, même si les points mentionnés ci-dessus ne sont pas respectés.

(iii) Pour les catégories jeunesse 16-17, 14-15, seul un vélo correspondant aux critères des courses avec drafting est autorisé même si la course se déroule sans drafting. Pour la catégorie J14-15 le développement maximal autorisé est de 6.1 mètres. Les catégories inférieures à 14 ans sont limitées à 5.66 mètres. Mesure : Un tour du pédalier en arrière le long d'une ligne droite sur le sol avec le plus gros développement.

DRAFT ILLEGAL



c) Roues :

(i) Les roues ne doivent contenir aucun mécanisme permettant de les faire accélérer.

(ii) Les boyaux doivent être collés, les serrages-rapides fermés et les roues proprement fixées au cadre.

(iii) Il doit y avoir un frein sur chaque roue.

(iv) Les roues ne peuvent être changées qu'aux endroits prévus à cet effet par l'organisateur s'ils existent. Les TO donneront la bonne roue à l'athlète qui est responsable du changement. Les roues dédiées spécifiquement à des athlètes ou teams ne peuvent pas être utilisées par quelqu'un d'autres.

(v) Pour les compétitions avec drafting (Elite, U23, Junior and Youth), les roues doivent présenter les caractéristiques suivantes :

- Un diamètre de 70 centimètres au maximum et de 55 centimètres au minimum, pneus inclus.
- Les deux roues doivent être de diamètre identique.
- Les roues doivent avoir au moins 20 rayons. *
- La dimension maximale des jantes est de 25mm. *
- La jante est en aluminium.
- Tous les composants doivent être identifiable et vendu dans le commerce
- Les roues qui ne répondent pas aux normes décrites ci-dessus sont autorisés s'ils figurent sur les deux listes actuelles de roues autorisés par l'UCI (versions jusqu'au 31.12.2015 et version depuis 1.01.2016).

(vi) Pour les courses groupe d'âge avec drafting, les roues doivent avoir les caractéristiques suivantes :

- Les roues doivent avoir au moins 12 rayons.
- Les roues pleines sont interdites.

(vii) Pour les compétitions sans drafting, les roues arrière peuvent être recouvertes. Cependant, cette disposition peut être modifiée par le TD pour des raisons de sécurité (vent violent).

d) Guidons :

(i) Pour les courses avec drafting, les règles suivantes s'appliquent concernant les guidons :

Elite, U23, Juniors, Jeunesse

- Seuls les guidons de course classiques sont autorisés. Les guidons doivent être munis d'embouts.
- Les prolongateurs certifiés sont autorisés pour autant que leur longueur ne dépasse pas la ligne créée par les points les plus en avant des manettes de frein. Les prolongateurs sont interdits pour les catégories 14-15 et inférieures. Les prolongateurs seront interdits à partir du 1 janvier 2023.
- Aucun espace n'est autorisé entre les barres droite et gauche à l'extrémité du prolongateur.
- Les prolongateurs 'droits' doivent être pontés avec un dispositif standard solide reliant les deux parties en son point le plus extrême ou se toucher aux extrémités.
- Les manettes de frein doivent être installées sur le guidon et non sur les prolongateurs et ne doivent pas pointer vers l'avant.
- Aucun levier de changement de vitesses ou de freins ne peut être fixé sur les prolongateurs.
- La différence de hauteur entre le point le plus haut du prolongateur et la partie la plus basse des reposes bras ne doit pas excéder 10cm.
- Bidons et porte-bidons ne peuvent pas être fixés sur les prolongateurs.

Groupe d'âge

- Seuls les guidons de course classiques sont autorisés. Les guidons doivent être munis d'embouts.
- Les prolongateurs ne sont pas autorisés.

(ii) Pour les courses sans drafting, les règles suivantes s'appliquent concernant les guidons :

- Seuls les guidons et les prolongateurs ne dépassant pas l'extrémité frontale de la roue avant sont autorisés. Les prolongateurs en deux parties n'ont pas besoin d'être pontées. Toutes les barres doivent être munies d'embouts à leurs extrémités.

e) Casques :

(i) Les règles suivantes s'appliquent durant les compétitions :

- Seuls les casques de vélo sont autorisés.
- Les casques doivent être homologués par une institution accréditée reconnue par Swiss Triathlon
- La transformation de n'importe quelle partie du casque, ce qui inclut la courroie, ainsi que l'omission de n'importe quelle partie du casque, ce qui inclut un couvre-casque extérieur, sont interdites.
- Le casque doit être soigneusement attaché et correctement ajusté pendant tout le temps où l'athlète est en possession du vélo, ce qui signifie depuis l'instant où il retire son vélo du porte-vélo au début de l'épreuve cycliste et jusqu'à ce qu'il ait replacé son vélo dans le porte-vélo à la fin de l'épreuve cycliste. Tout vêtement porté en dessous ne doit pas affecter l'ajustement du casque.
- Si un athlète amène le vélo hors du circuit de la course pour cause de désorientation, pour des raisons de sécurité, pour procéder à des réparations ou pour des raisons personnelles, il/elle ne doit pas détacher ou enlever le casque de sa tête avant d'être complètement sorti des limites du circuit de la course et être descendu du vélo, il/elle doit attacher soigneusement le casque sur sa tête avant de retourner sur le circuit de la course ou avant de remonter sur le vélo.

f) Freins à disque :

(i) Les freins à disques sont autorisés.

g) Equipement illégal

(i) L'équipement illégal comprend entre autres :

- Ecouteurs ou casques audio, téléphones portables, casques intelligents ou tout autre appareil électronique de communication insérés dans ou recouvrant les oreilles.
- Récipients en verre.
- Miroirs/rétroviseurs.
- Vélos ou parties de vélos non conformes au présent Règlement.
- Bidons placés à l'arrière de selle lors des compétitions avec drafting.

h) Tout équipement ou matériel transporté durant l'épreuve cycliste ou fixé au vélo doit être soumis à l'approbation du TD / HR avant la course. Les équipements non-autorisés peuvent entrainer la disqualification de l'athlète.

7.3 Contrôle du vélo:

a) Le contrôle du vélo peut inclure tous les points mentionnés sous chiffre 7.2

b) Un contrôle visuel du vélo a lieu au Check-in de l'aire de transition avant la compétition. Les TO contrôlent que les vélos soient conformes au Règlement de Compétition de Swiss Triathlon.

c) Un athlète peut seulement enregistrer un vélo. Les athlètes doivent enregistrer leur vélo avant que la zone de transition ferme. Si cela n'est pas possible, ils doivent en informer le HR. Une pénalité temps ou l'interdiction de participer peut-être infligée en cas de non-respect de l'horaire de check-in.

7.4 Athlètes rattrapés

a) Les athlètes qui sont rattrapés par la tête de la course (un tour complet de retard) durant l'épreuve cycliste des courses avec drafting (catégories Elite, U23, Junior, Jeunesse 16-17. Team Relay) sont exclus de la course par un TO. Ce dernier peut anticiper sa décision pour des raisons de sécurité et qu'il est sûr que le dépassement va avoir lieu. Cette disposition peut être modifiée par le TD / HR.

b) Au cas où les parcours vélo et course à pied se chevauchent, les athlètes se trouvant encore sur le parcours vélo en amont du point de jonction seront arrêtés si le premier coureur à déjà atteint ce point-là.

7.5 Aspiration Abri (Drafting)

a) Règles générales

(i) Il y a deux types de compétitions, en fonction de la permission ou non du drafting :

- Les courses avec drafting (draft autorisé)
- Les courses sans drafting (draft non autorisé).

b) Le drafting peut être admis ou non selon le tableau suivant :

	Jeunesse	**Juniors**	**U23**	**Elite**	**Age-Group**
TRIATHLON					
Team Relay	Autorisé	Autorisé	Autorisé	Autorisé	Autorisé
Sprint Distance	Autorisé	Autorisé	Autorisé	Autorisé	Autorisé
Standard Distance			Autorisé	Autorisé	Non autorisé
Middle / Long				Non autorisé	Non autorisé
DUATHLON					
Team Relay	Autorisé	Autorisé	Autorisé	Autorisé	Autorisé
Sprint Distance	Autorisé	Autorisé	Autorisé	Autorisé	Autorisé
Standard Distance			Autorisé	Autorisé	Non autorisé
Middle / Long				Non autorisé	Non autorisé
CROSS TRI-/DUATHLON (tous les distances)	Autorisé				
AQUATHLON					
AQUABIKE				Non autorisé	
WINTER TRIATHLON (toutes distances)	Autorisé				

Une course avec drafting est :

- Soumise à autorisation de la commission technique de Swiss Triathlon.
- Autorisée seulement sur un circuit vélo fermé à la circulation.
- Interdit entre les athlètes de genres différents.
- Interdit entre les athlètes qui sont dans des tours différents.
- Interdit derrière une moto ou un véhicule.

c) Les courses sans drafting :

(i) L'aspiration (drafting) d'un autre athlète ou d'un véhicule à moteur est interdite. Les athlètes doivent refuser les tentatives de drafting de la part des autres athlètes.

(ii) Un athlète a le droit à n'importe quelle position dans la course, pour autant qu'il l'ait obtenue en premier et sans entrer en contact avec les autres athlètes. Lorsqu'il prend une certaine place, l'athlète doit prévoir une distance

raisonnable pour permettre aux autres de se déplacer normalement sans entrer en contact. Il n'est possible de dépasser que si un espace adéquat est à disposition.

(iii) Un athlète qui s'approche d'une position permettant de tirer avantage du drafting a la responsabilité d'éviter le drafting.

(iv) Drafter signifie entrer dans la zone de draft du vélo ou du véhicule qui précède :

- La zone de draft pour longues et moyenne distance : La zone de draft est longue de 12 mètres par la largeur de la route. La mesure est prise depuis l'extrémité avant de la roue avant. Un athlète dispose 25 secondes pour traverser la zone de draft de l'athlète qui le précède. L'athlète doit être en progression constante. Plusieurs tentatives infructueuses peuvent conduire à une pénalité pour drafting.
- La zone de draft pour les distances standard ou inférieure : La zone de draft est longue de 10 mètres par la largeur de la route. La mesure est prise depuis l'extrémité avant de la roue avant. Un athlète dispose 20 secondes pour traverser la zone de draft de l'athlète qui le précède. L'athlète doit être en progression constante. Plusieurs tentatives infructueuses peuvent conduire à une pénalité pour drafting.
- La zone de draft d'une moto est de 15 mètres long. Cela s'applique également pour les courses avec drafting.
- La zone de draft d'un véhicule est de 35 mètres de long et s'applique à chaque véhicule se trouvant sur le parcours cycliste. Cela s'applique également pour les courses avec drafting.

(v) Pénétration dans la zone de draft du vélo : Un athlète peut pénétrer dans la zone de draft d'un vélo dans les circonstances suivantes :

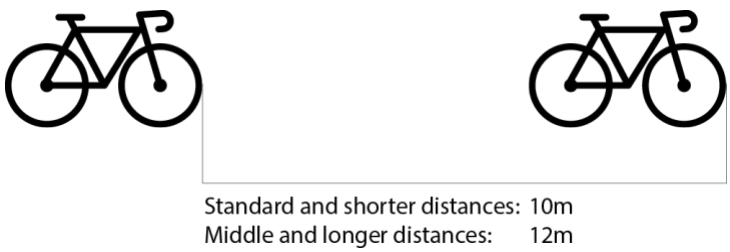
- Si l'athlète pénètre dans la zone de draft et la traverse dans le temps alloué pour une manœuvre de dépassement.
- Pour des raisons de sécurité.
- 100 mètres avant et après un poste de ravitaillement ou l'aire de transition.
- Dans un virage serré.
- Si le TD exclut un tronçon de la course en cas de rétrécissement de la route, de constructions, de déviation ou pour d'autres raisons de sécurité.

(vi) Dépassement :

- Un athlète est dépassé lorsque la roue avant d'un autre athlète dépasse la sienne.
- Une fois dépassé, un athlète dispose de 5 secondes pour sortir de la zone de draft de l'athlète l'ayant dépassé.
- Un athlète dépassé doit sortir de la zone de draft en se laissant glisser de manière continue. Une tentative de dépassement effectué avant d'être sorti de la zone de draft sera sanctionné par une pénalité identique au drafting ;
- L'athlète dépassé qui reste dans la zone de draft au-delà du temps imparti sera sanctionné par une pénalité identique au drafting.
- Les athlètes doivent rester sur le côté droite de la route et ne pas créer de situations de blocage. Il y a blocage lorsqu'un athlète qui se trouve derrière ne peut pas passer à cause de la mauvaise position de l'athlète se trouvant devant.

(vii) Se référer aux figures 3 et 4 ci-dessous concernant les situations dans lesquelles les règles d'une circulation à droite s'appliquent.

Figure 1 - Zone de draft pour TOUS les athlètes



7.6 Pénalités en cas de Drafting :

a) Le drafting est interdit dans une course sans drafting.

b) Les TO informent les athlètes qui ne respectent pas l'interdiction du drafting qu'ils sont condamnés à une pénalité de temps. Cette déclaration doit être faite de façon claire et sans ambiguïté.

c) L'athlète sanctionné doit s'arrêter dans la prochaine zone de pénalité. La pénalité temps est définie par le format de course.

d) Il est de la responsabilité de l'athlète de s'arrêter dans la zone de pénalité. S'il ne le fait pas, il sera disqualifié.

e) Une seconde violation de l'interdiction du drafting conduit à la disqualification pour les évènements de distance standard ou plus courte.

f) Pour les évènements de longue et moyenne distance de World Triathlon, la troisième violation de l'interdiction du drafting conduit à la disqualification.

g) Les pénalités pour drafting ne peuvent pas faire l'objet de protêt.

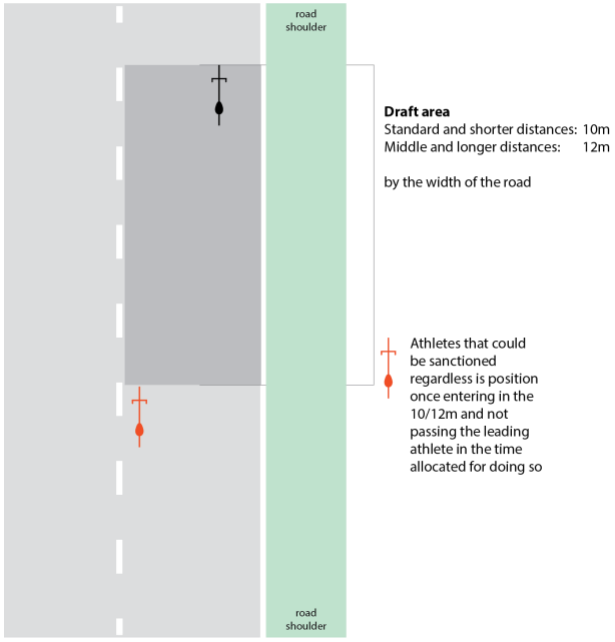
7.7 Blocking/Obstruction

a) Les athlètes doivent garder le côté externe de la chaussée afin de ne pas créer un danger en bloquant les athlètes sur le parcours. Il y a 'blocking' lorsque les athlètes arrivant de l'arrière n'ont pas la possibilité de passé à cause du mauvais placement sur le parcours d'un athlète le précédant.

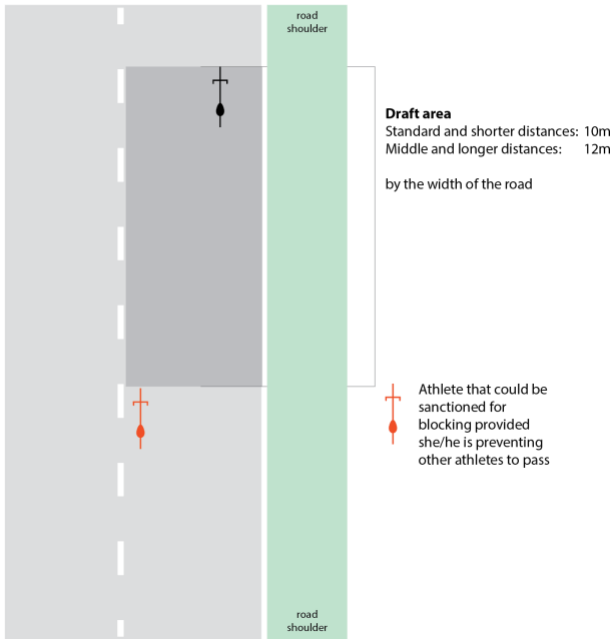
b) Les athlètes sanctionnés pour 'blocking' par un TO devront recevront une carte jaune et devront s'arrêter à la prochaine zone de pénalité

Figure 4 – Drafting and blocking

Drafting



Blocking



7.8 Position de conduite

a) Lorsque les bras/coudes sont en contact avec le guidon ou les repose-bras, les mains doivent saisir le prolongateur.

b) La règle suivante est liée à l'interdiction des prolongateurs dès le 1 janvier 2023: Les seuls points de support sur le vélo sont: les pieds sur les pédales, les mains sur le guidon et le fessier sur la selle.

c) Lors des courses sans drafting, les avant-bras peuvent reposer sur un point de support fixé sur le quidon.

Image 1 – positions autorisées sur toutes les courses

Image 2 – positions autorisées seulement sur les courses sans drafting

Image 3 – positions interdites (toutes compétitions)

8 COURSE A PIED

8.1 Règles générales

a) L'athlète :

(i) Peut courir ou marcher
(ii) Doit porter le dossard officiel
(iii) Ne peut pas ramper.
(iv) Ne peut pas courir le torse nu
(v) Ne peut pas courir pieds nus
(vi) Ne peut pas courir avec un casque vélo sur la tête.
(vii) Ne peut pas utiliser barrières, poteaux, arbres ou tout autre élément fixe pour l'aider à négocier les virages.
(viii) Ne peut pas être accompagné par des personnes externes à la course (spectateur, coach, lièvres, etc.) sur ou le long du parcours.
(ix) Ne peut pas courir avec ou prendre le rythme d'un autre(s) athlète(s) qui a un ou plusieurs tours d'avance (seulement pour Pro, Juniors, Jeunesse)

8.2 Arrivée

(i) Un athlète franchi la ligne d'arrivée lorsqu'une partie de son torse coupe la ligne verticale du bord avant de la ligne arrivée.
(ii) Il est interdit de franchir intentionnellement la ligne d'arrivée ensemble.
(iii) Les athlètes ne peuvent pas être accompagné par une personne extérieure à la course sur la ligne d'arrivée.

8.3 Respect du parcours et sécurité

(i) L'athlète est responsable de respecter le parcours.
(ii) Tout athlète qui, selon les TO ou le corps médical, représente un danger pour lui-même ou pour autrui peut être exclu de la course.

8.4 Equipement non autorisé

a) Ecouteurs, téléphone mobile ou tout autre appareil électronique d'écoute insérés dans ou recouvrant les oreilles.

b) Récipient en verre.

c) Béquilles, cannes, poteaux ou tout autre appareil qui aide à la progression en poussant ou tirant avec les bras.

9 AIRE DE TRANSITION

9.1 Règles générales

a) Tous les athlètes doivent porter un casque soigneusement attaché depuis le moment où ils retirent leur vélo du porte- vélo au début de l'épreuve cycliste et jusqu'à ce qu'ils aient replacé leur vélo dans le porte-vélo à la fin de l'épreuve cycliste.

b) Les athlètes doivent utiliser uniquement le porte-vélo qui leur a été assigné et ont l'obligation d'y ranger leurs vélos.

(i) Pour un porte-vélo traditionnel, le vélo doit être disposé comme suit :
- Première transition : le vélo est accroché par le bec de selle à la barre horizontale du support vélo et que la roue avant pointe vers le milieu de la zone de transition. Les TO peuvent permettre certaines exceptions.
- Seconde transition : dans tous les sens, mais les deux côtés du guidon, les deux leviers de freins ou la selle à moins de 50cm du numéro ou de la plaque d'identité fixé au support. Les vélos doivent être placé d'une façon qui ne bloque pas ou n'interfère pas avec la progression d'autres athlètes.

(ii) Pour un porte vélo individuel, le vélo doit être placé la roue arrière dans le support lors de la première transition. Aucune prescription ne s'applique pour la seconde transition.

c) Les athlètes doivent déposer le matériel à utiliser durant la course dans un rayon de 50cm autour de la caisse individuelle. Si aucune caisse n'est mise à disposition, la mesure des 50cm est prise depuis le support de numéro fixé au porte-vélo. Si une caisse est mise à disposition, elle doit être placée dans un rayon de 50cm du support de numéro fixé au porte-vélo. Tous les équipements déjà utilisés doivent être déposés à l'intérieur de la caisse numérotée de l'athlète. Un équipement est considéré comme déposé lorsqu'une partie de cet équipement se trouve à l'intérieur de la caisse. Seul l'équipement personnel utilisé durant la compétition peut être déposé dans l'aire de transition. Le reste doit être déplacé avant le départ.

d) Lors d'un duathlon, la paire de chaussures servant aux deux segments de course à pied n'a pas besoin d'être placée dans la boite en transition. Néanmoins, seulement une paire de chaussure de course peut être sur le sol en tout temps et doit être placée moins de 50cm de la boite).

e) Les chaussures de cyclisme, les lunettes, le casque et les autres équipements de cyclisme peuvent être placés sur le vélo. Le casque doit rester ouvert.

f) Les athlètes ne doivent pas entraver l'avancée des autres athlètes dans l'aire de transition.

g) Les athlètes ont l'interdiction de déranger l'équipement des autres athlètes dans l'aire de transition.

h) Il est interdit d'avancer à vélo dans l'aire de transition, excepté lors de la compétition vélo. Les athlètes doivent monter sur leurs vélos après la ligne de montée en ayant un pied entier en contact avec le sol après la ligne de montée. Les athlètes doivent descendre de leurs vélos avant la ligne de descente en ayant un pied entier en contact avec le sol avant la ligne de descente. Dans la zone de transition, le vélo est poussé par les mains. Les lignes de montée et descente font partie de l'aire de transition. Si en montant sur ou descendant de son vélo un athlète perd une (ses) chaussure(s) ou tout autre équipement, ils seront ramassés par les TO et aucune pénalité ne sera appliquée.

i) La nudité ou les tenues indécentes sont interdites.

j) Les athlètes ne peuvent pas s'arrêter dans les zones de flux de l'aire de transition.

k) Il est interdit de marquer sa position dans l'aire de transition. Les marques, linges ou objets utilisés à des fins de marquage seront effacés sans que les athlètes n'en soient avertis.

l) Catégorie Jeunesse 14-15 : Le changement de chaussures entre le vélo et la course à pied est obligatoire. Un athlète pédalant avec des chaussures de course à pied doit enlever ses chaussures et les remettre. Cette règle s'applique aussi aux duathlons pour toutes les transitions (avant et après le vélo).

m) Pour les évènements où un système de dépôt de sac est mis en place, tous les équipements en dehors du matériel utilisé pendant la compétition doivent être placés dans un sac et déposé auprès de l'organisation hors de la zone de transition.

9.2 Accès

a.) Seuls les athlètes, officiels, et personnes accréditées ont accès à l'Aire de Transition.

b.) L'accès à la Transition est autorisé uniquement via les entrées/sorties officielles et pendant les périodes définies.

ANNEXE – LISTES NON-EXHAUSTIVE DES INFRACTIONS ET PENALITES

Infractions	Pénalités Swiss Triathlon
GENERAL	
1. S'inscrire et participer à dessein dans une catégorie ne correspondant pas à son âge ou dans une distance ne pas autorisée.	- DSQ et retrait de la compétition de tous les évènements auxquels il a participé pendant cette période et rapport auprès de Swiss Triathlon pour une possible suspension
2. Non-respect du parcours.	- Avertissement et retour sur le parcours au même endroit. - Sinon DSQ
3. Langage ou comportement grossier et injurieux envers un athlète, un TO, un OV / bénévole et un spectateur.	- DSQ et rapport auprès de Swiss Triathlon pour une possible suspension.
4. Comportement antisportif.	- DSQ et retrait de la compétition et rapport auprès de Swiss Triathlon pour une possible suspension.
5. Bloquer, attaquer, obstruer ou interférer la progression d'un autre athlète.	- Involontaire : Avertissement et correction - Volontaire : DSQ
6. Contact involontaire : Un contact involontaire entre athlètes ne constitue pas une infraction. Quand plusieurs athlètes progressent dans un espace limité, les contacts sont possibles. Ces contacts accidentels entre athlètes en situation de course similaire ne sont pas considérés comme une infraction.	- Involontaire : Avertissement et correction - Volontaire : DSQ
7. Accepter de l'aide d'une personne autre qu'un TO ou d'un OV.	- Avertissement et correction si possible de revenir à la situation originale - Sinon : DSQ
8. Refuser de suivre les instructions d'un TO ou d'un OV.	- DSQ
9. Quitter le parcours pour des raisons de sécurité mais ne pas revenir sur le parcours à l'endroit où il a été quitté.	- Involontaire : avertissement verbal, et correction si possible - Si un avantage a été gagné : ▪ Groupe d'âge : pénalité temps en T2 ▪ Elite : pénalité temps en PB
10. Ne pas porter les dossards officiels et non modifiés remis par l'organisateur, ou les porter de manière inappropriée et porter son dossard pendant la natation lorsque la combinaison néoprène est interdite.	- Involontaire : avertissement verbal et correction si possible (p. ex. avant la course) - Volontaire : DSQ
11. Abandonner son équipement ou jeter du matériel, des déchets sur le parcours en dehors des zones prévues à cet effet par les organisateurs.	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ
12. Port d'objet représentant un danger pour soi-même ou les autres athlètes.	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ et retrait de la compétition
13. Utilisation d'un équipement non-autorisé destiné à fournir un avantage ou qui peut être dangereux pour les autres.	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ
14. Utilisation d'un mécanisme de fraude technologique participant à la propulsion du vélo	- DSQ et retrait de la compétition et rapport auprès de Swiss Triathlon pour une possible suspension
15. Violer les règles de la circulation du code de la route ou les instructions spécifiques.	- Involontaire : avertissement verbal, et correction si possible - Volontaire : DSQ

16. Arrivée ex-aequo intentionnelle.	- DSQ
17. Inscription sous un autre nom ou en indiquant un âge erroné. Falsification d'une déclaration solennelle ou donner de fausses indications personnelles.	- DSQ et retrait de la compétition et rapport auprès de Swiss Triathlon pour une possible suspension.
18. Participation non-autorisée.	- DSQ et retrait de la compétition et rapport auprès de Swiss Triathlon pour une possible suspension.
19. Violations répétées du Règlement de Compétition de Swiss Triathlon	- DSQ et retrait de la compétition et rapport auprès de Swiss Triathlon pour une possible suspension
20. Dopage, abus de drogue	- Pénalités selon les règles Antidoping Suisse
21. Comportement antisportif violent et inhabituel.	- DSQ et retrait de la compétition et rapport auprès de Swiss Triathlon pour une possible exclusion
22. Concourir torse nu ou avec un vêtement qui ne passe pas sur les deux épaules.	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ
23. Couvrir ses bras au-dessous des épaules et/ou quelconque parties des jambes en dessous du genoux lorsque cela n'est pas autorisé	- Avant la course : avertissement et correction - Sinon : DSQ
24. Ne pas couvrir les bras durant une compétition si annoncé obligatoire par le TD en fonction des conditions météorologiques	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ et retrait de la compétition
25. Porter un uniforme avec une fermeture sur l'avant ouverte en dessous du sternum pendant la compétition	- Avertissement et correction - Sinon, DSQ
26. Porter un uniforme avec fermeture sur l'avant ouverte dans les 200 derniers mètres	- Avertissement et correction
27. Afficher quelconque démonstration de préférences politiques, religieuses, sexuelles ou raciales	- Avertissement et correction - Sinon, DSQ et retrait de la compétition
28. Assistance extérieure : Donner à un athlète un vélo complet, un cadre, des roues, casque, chaussure de vélo/course à pied ou tout autre équipement qui empêche l'athlète donnant son équipement de continuer sa course	- DSQ des deux athlètes
29. Nudité ou exposition indécente.	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ
30. Ne pas s'arrêter à la Penalty Box en y étant obligé.	- DSQ
31. S'échauffer sur le parcours pendant qu'une autre course a lieu.	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ
32. Participer à une course sous l'effet d'une suspension	- DSQ et rapport auprès de Swiss Triathlon pour une prolongation de suspension ou exclusion
33. Aide extérieure : Athlètes assistant physiquement la progression d'un autre athlète	- DSQ des deux athlètes
34. Concourir avec un équipement illégal ou non-autorisé	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ
35. Gagner un avantage indu autre que le drafting au travers de l'usage de quelconque véhicule	- DSQ

36. Ne pas se souscrire à l'invitation à un examen de fraude technologique	- DSQ et retrait de la compétition et rapport auprès de Swiss Triathlon pour une prolongation de suspension
37. Utiliser un moyen autre que la force humaine pour faire avancer son vélo (fraude technologique)	- DSQ et retrait de la compétition et rapport auprès de Swiss Triathlon pour une prolongation de suspension
38. Utiliser quelconque appareil détournant l'attention de l'athlète de la course	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ
START	
39. Anticiper le signal du starter (faux départ).	- Pénalité temps en T1
40. Ne pas utiliser le bonnet de bain officiel depuis l'introduction des athlètes	- Volontaire : avertissement et correction - Sinon : DSQ
41. Partir avec une vague de départ précédant celles	- DSQ
42. Ne pas avancer en ligne droite jusqu'à l'eau (uniquement Elite si ponton/beach start)	- Pénalité temps
43. Changer de position de départ une fois cette dernière sélectionnée (uniquement Elite si ponton/beach start)	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ
44. Bloquer plus qu'une position de départ (uniquement Elite si ponton/beach start)	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ
NATATION	
45. Contact et continuer d'entraver le progrès de l'autre athlète sans faire un effort pour s'écarter	- Pénalité temps
46. Cibler délibérément un autre athlète pour l'empêcher de progresser, obtenir un avantage injuste et éventuellement lui faire du mal ;	- DSQ et rapport auprès du Tribunal de Swiss Triathlon pour une prolongation de suspension ou exclusion
47. Vêtir une combinaison néoprène ne couvrant pas le torse lorsque la combinaison néoprène est obligatoire.	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ
48. Les athlètes portant un deuxième bonnet de bain avec publicité visible à tout moment depuis l'introduction des athlètes jusqu'à la transition 1 ;	- Avant la compétition: avertissement et correction - Pendant la compétition ▪ AG : avertissement et correction ▪ Elite : time penalty
49. Porter un vêtement couvrant les bras au-dessous des épaules et les jambes au-dessous des genoux lors d'une course ou la combinaison néoprène est interdite.	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ
VELO	
50. Progresser sans être en possession du vélo lors de la partie cycliste.	- Stop and Go, si corrigé - Sinon : DSQ
51. Drafting lors d'une distance sprint/standard où le drafting est non-autorisé.	- 1e infraction : Pénalité temps à la prochaine 'Penalty Box' - 2e infraction : DSQ
52. Drafting lors d'une longue ou moyenne distance où le drafting est non-autorisé.	- 1e et 2e infractions : 5 minutes dans la prochaine 'Penalty Box' - 3e infraction : DSQ
53. Drafting entre personnes de sexes différents	- 1e infraction : avertissement verbal - 2e infraction : DSQ

54. Drafting d'un véhicule motorisé dans une course avec drafting	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ
55. Blocking lors d'une course sans drafting	- Stop & Go à la prochaine zone de pénalité
56. 56. Porter le casque ouvert ou mal attaché durant la partie cycliste.	- Groupe d'age: Avertissement et correction - Elite: Pénalité temps - Sinon : DSQ et retrait de la compétition
57. Enlever son casque sur le parcours cycliste, même si à l'arrêt.	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ
58. Ne pas porter de casque durant la partie cycliste.	- DSQ et retrait de la compétition
59. Utilisation d'équipement non-autorisé en vélo et/ou en course à pied mais pas limité aux casques audio/écouteurs, récipients en verre, téléphone mobile ou autre appareil électronique d'écoute, tenue non-conforme.	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ
60. Rechercher un avantage indu d'un véhicule/objet motorisé extérieur à la course	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ
61. Athlète dépassé ne sortant pas de la zone de draft dans les 25 secondes suivant le dépassement lors d'évènement moyenne/longue distance	- 1e et 2e infraction : pénalité temps pour drafting - 3e infraction : DSQ
62. Athlète dépassé initiant une tentative de dépassement avant d'être sorti de la zone de draft lors d'évènement moyenne/longue distance	- 1e et 2e infraction : pénalité temps pour drafting - 3e infraction : DSQ
63. Drafter un athlète qui n'est pas dans le même tour	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ
64. Consommation de nutrition et liquide reçu de l'extérieur, en zone de pénalité.	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ
65. Athlète utilisant les toilettes pendant son arrêt à la zone de pénalité vélo	- Pénalité temps suspendu jusqu'au retour de la personne
66. Ajuster son équipement ou régler son vélo pendant son arrêt à la zone de pénalité vélo	- Avertissement et correction - Sinon : DSQ
67. Courir avec un vélo différent que celui présenté lors du check-in en zone de transition	- DSQ
68. Conduite dangereuse durant le segment vélo	- Pénalité temps - Si intentionnellement répété : DSQ et retrait de la compétition
TRANSITION	
69. Avoir les jugulaires du casque fermé en transition pendant le segment de natation	- Avant la compétition : avertissement et correction - Pendant la compétition : ▪ AG - TO ouvriront le casque ▪ Elite : TO ouvriront le casque + pénalité temps
70. Déposer son vélo de manière incorrecte, en dehors de l'espace attribué ou bloquant la progression d'autres athlètes.	- Avant la course, avertissement et correction - Pendant la course : ▪ Groupe d'âge : Stop and Go si corrigé ▪ Elite : pénalité temps dans la Penalty Box

71. Monter sur son vélo avant la ligne de monte.	- Groupe d'âge : Stop and Go si corrigé - Elite : pénalité temps dans la Penalty Box
72. Descendre de son vélo après la ligne de descente.	- Groupe d'âge : Stop and Go si corrigé - Elite : pénalité temps dans la Penalty Box
73. Déposer ou ranger son matériel en dehors de la place désignée.	- Groupe d'âge : Stop and Go si corrigé - Elite : pénalité temps dans la Penalty Box
74. Porter le casque ouvert ou attaché de façon inadéquate lors des transitions 1 et 2 alors que l'athlète est en possession de son vélo.	- Group d'âge: Stop and Go, si corrigé - Elite : Pénalité temps en zone de pénalité sur le parcours course à pieds
75. Marquer sa position dans l'aire de transition.	- Avertissement et correction - Sinon, les marques ou objets utilisés à des fins de marquage seront enlevées sans que l'athlète soit informé
76. Interférer avec l'équipement d'un autre athlète en transition	- Age Group : Avertissement et correction - Elite : Pénalité temps
77. Pénétrer en transition en dehors des heures prévues et par d'autres accès que les entrées/sorties officielles.	- Avertissement et correction - Sinon, Pénalité temps en T1
RUN	
78. Courir avec un/des athlète(s) ayant(s) un ou plusieurs tour(s) d'avance (Pro, Junior, Jeunesse)	- Stop and Go, si corrigé - Sinon DSQ
79. Etre accompagné par des personnes externes à la course (spectateur, coach, lièvres, etc.) sur ou le long du parcours.	- Avertissement et correction - Sinon, DSQ
80. Etre accompagné par une personne ne participant à la course sur la ligne d'arrivée	- DSQ
81. Courir (ou skier) avec un casque.	- Avertissement et correction - Sinon: DSQ
82. Utiliser poteaux, arbres ou tout autre élément fixe pour faciliter la prise de virages.	- Groupe d'âge : Stop and Go si corrigé - Elite : Pénalité temps
TEAM RELAY	
83. Passage de relais en dehors de la zone de passage de relais définie.	- Pénalité temps (10 secondes)
84. Passage de relai incorrect ou effectué de manière intentionnelle en dehors de la zone de passage de relais	- DSQ

- Les sanctions pour la catégorie Elite concernent aussi les athlètes des catégories Juniors et Jeunesse
- DSQ – Disqualification

Légende: *TD: Technical Delegate / Délégué Technique*

HR: Head Referee / Arbitre principal de la compétition

TO: Technical Official / Arbitre de compétition

OV : Official Volunteers / Bénévoles (Police, Pompiers, Protection civile, Aides, etc.)