

# GUIDE DU PARTICIPANT

## S et S relais / XS / 10-13 ans / 6-9 ans

**TRIATHLON**  
*de la Sioule*

LA SIOULE EN FÊTE!  
5ème édition

VILLE DE SAINT-POURÇAIN-SUR-SIOULE

**DIMANCHE 6 JUILLET 2025**  
**SAINT-POURÇAIN-SUR-SIOULE**

08h30 : Course format S et S relais  
10h30 : Course format XS  
12h30 : Course 10-13 ans  
13h30 : Course 6-9 ans  
Natation en piscine

Renseignements auprès du Sporting Club Général  
Inscriptions sur [yaka-inscription.com](http://yaka-inscription.com)

**Potters**  
Increasing Responsibility Since 1924

**ALLIER BOURBONNAIS**  
Le Département

COMMUNAUTÉ DE COMMUNES  
**SAINT-POURÇAIN SIOULE LIMAGNE**  
comcom-ccapsl.fr @ @

**acto**  
interim

**McDonald's**  
ST POURÇAIN

**TEAM**  
LIFE GETRI TRI

**Triathlon de la Sioule - 6 juillet 2025**

# SOMMAIRE

<b>PROGRAMME</b>	.....	<b>02</b>
<b>INFOS PRATIQUES</b>	.....	<b>03</b>

## **PLANS :**

<b>Plan Général</b>	.....	<b>04</b>
<b>Plan Zone Départ</b>	.....	<b>05</b>
<b>Plan Zone Arrivée</b>	.....	<b>06</b>
<b>Plan Parc à Vélo</b>	.....	<b>07</b>

## **FORMAT S ET RELAI S :**

<b>Informations et Natation</b>	.....	<b>08</b>
<b>Parcours Vélo</b>	.....	<b>09</b>
<b>Parcours Pédestre</b>	.....	<b>10</b>

## **FORMAT XS :**

<b>Informations et Natation</b>	.....	<b>11</b>
<b>Parcours Vélo</b>	.....	<b>12</b>
<b>Parcours Pédestre</b>	.....	<b>13</b>

## **FORMAT 10/13 ans :**

<b>Informations et Natation</b>	.....	<b>14</b>
<b>Parcours Vélo</b>	.....	<b>15</b>
<b>Parcours Pédestre</b>	.....	<b>16</b>

## **FORMAT 6/9 ans :**

<b>Informations et Natation</b>	.....	<b>17</b>
<b>Parcours Vélo</b>	.....	<b>18</b>
<b>Parcours Pédestre</b>	.....	<b>19</b>

<b>RÈGLEMENT</b>	.....	<b>20</b>
------------------	-------	-----------

<b>PROGRAMME « Sioule en Fête »</b>	.....	<b>23</b>
-------------------------------------	-------	-----------

# PROGRAMME

## RETRAIT DES DOSSARDS

Les dossards sont à retirer à l'Île de la Ronde, au niveau de la zone arrivée, sur présentation d'une pièce d'identité ou de la licence FFTRI 2025 :

Samedi 5 juillet	De 15h00 à 19h00
Dimanche 6 juillet - Format S	De 07h00 à 08h15
Dimanche 6 juillet - Format XS	De 07h30 à 10h30
Dimanche 6 juillet - 10/13 ans	De 07h30 à 11h45
Dimanche 6 juillet - 6/9 ans	De 07h30 à 13h00

## ACCÈS PARC À VÉLO & DÉPART DES COURSES

Dimanche 6 juillet - Format S	De 07h15 à 08h15	Départ à 08h30
Dimanche 6 juillet - Format XS	De 09h15 à 10h15	Départ à 10h30
Dimanche 6 juillet - 10/13 ans	De 11h45 à 12h15	Départ à 12h30
Dimanche 6 juillet - 6/9 ans	De 12h45 à 13h15	Départ à 13h30

## PODIUMS

### Podiums protocolaires pour l'ensemble des courses à 14h30

Les catégories récompensées et appelées à venir sur le podium seront les suivantes :

#### Course 6/9 ans (médaille à chaque enfant à l'arrivée) :

- . Mini poussins (2018-2019) homme et femme : places 1 à 3,
- . Poussins (2016-2017) homme et femme : places 1 à 3,

#### Courses XS et S

- . Classement homme « scratch » : places 1 à 3,
- . Classement femme « scratch » : places 1 à 3,
- . Classement Homme Benjamin (2021/2013) & Minime (2010/2011) pour le format XS, Cadet (2008/2009), Junior (2006/2007), Senior (1985 à 2005) et Master (1985 et avant) pour les formats XS et S : place 1,
- . Classement Femme Benjamine (2021/2013) & Minime (2010/2011) pour le format XS, Cadet (2008/2009), Junior (2006/2007), Senior (1985 à 2005) et Master (1985 et avant) pour les formats XS et S : place 1,

#### Course 10/13 ans (médaille à chaque enfant à l'arrivée) :

- . Pupilles (2014/2015) homme et femme: places 1 à 3,
- . Benjamin (2012-2013) homme et femme: places 1 à 3,

#### Course S RELAIS

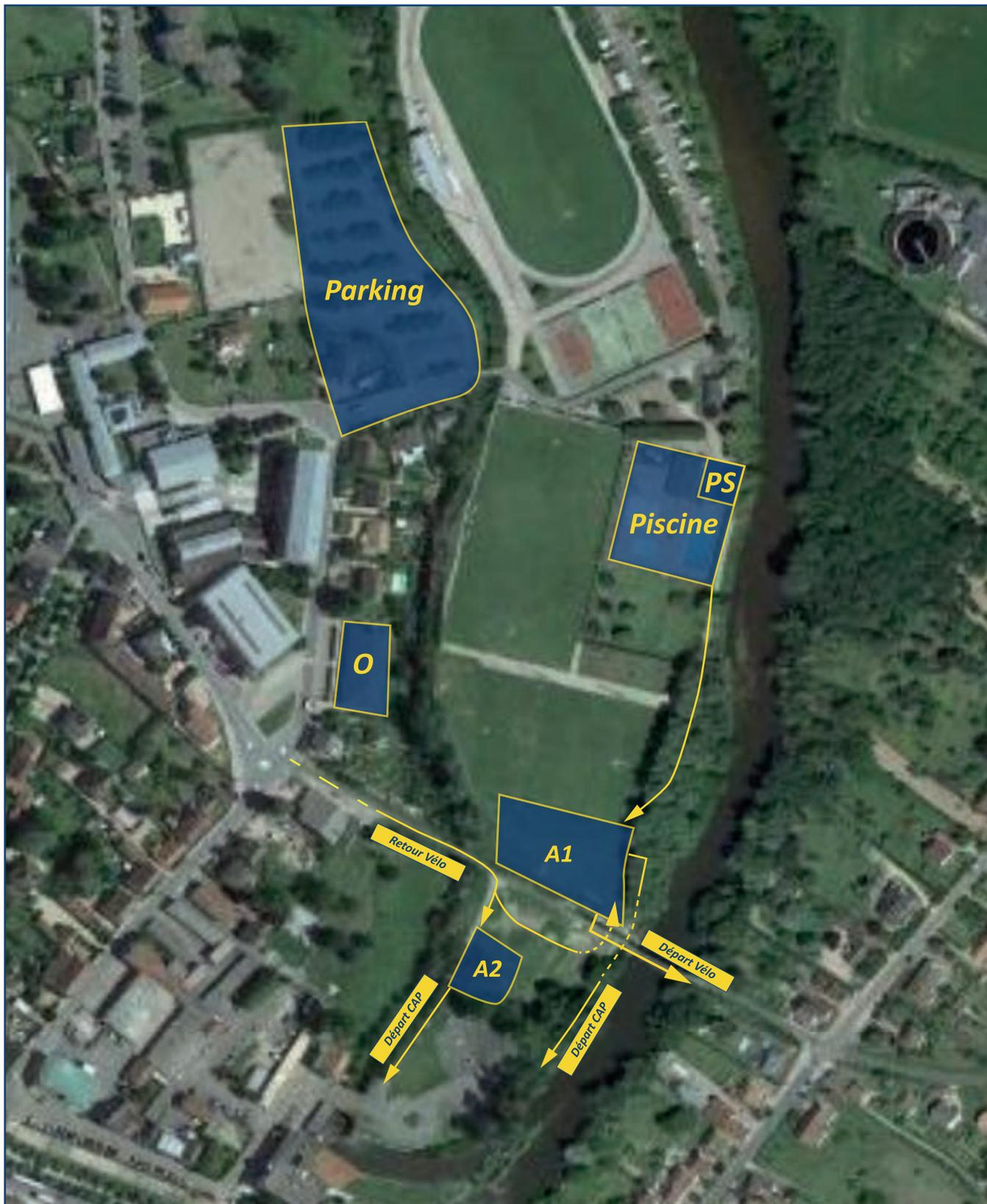
- . Classement « scratch »: places 1 à 3,



# PLAN GÉNÉRAL

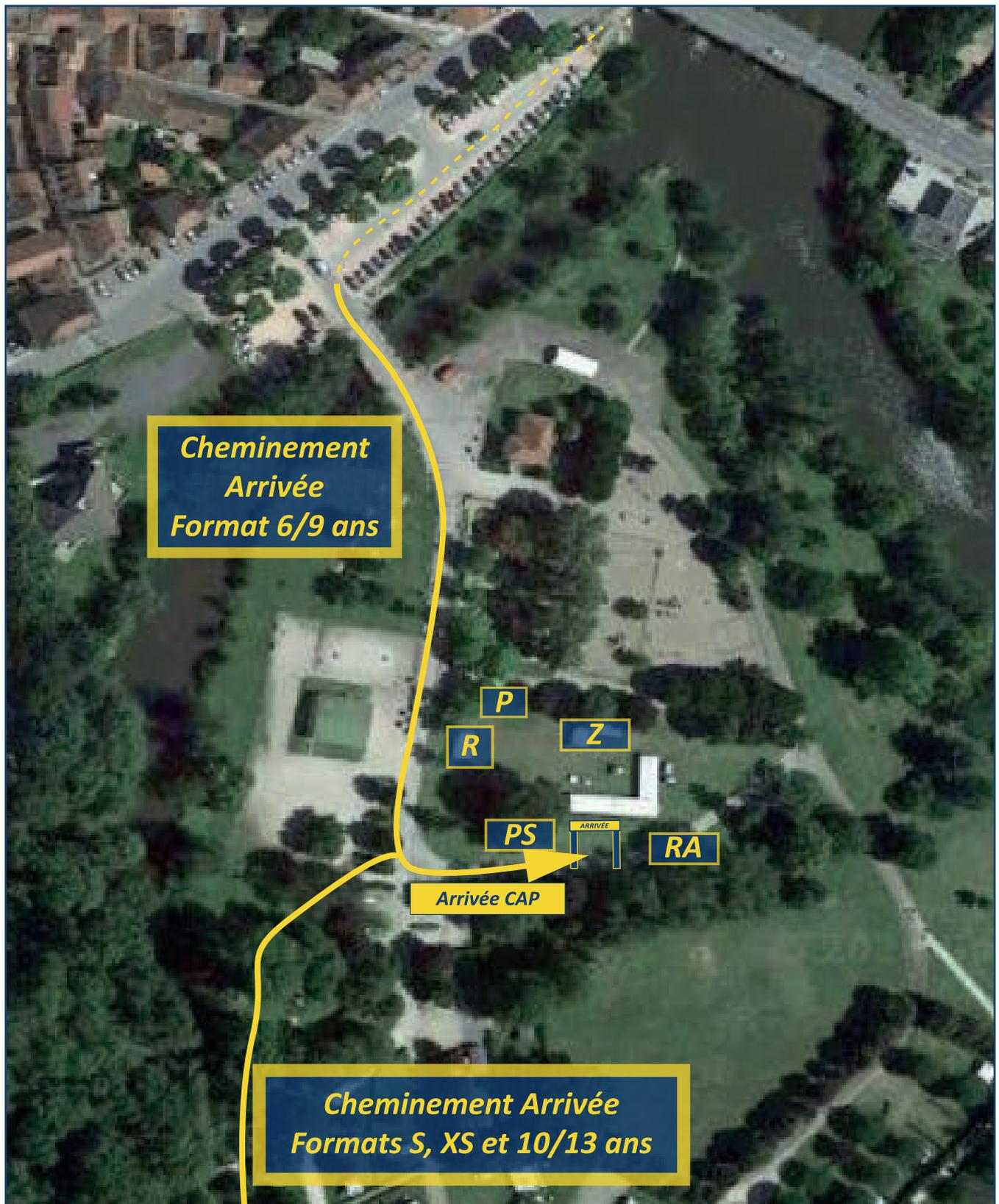


# PLAN ZONE DÉPART



**O** : bureau officiel regroupant le local Arbitre et le local Antidopage,  
**A1** : aire de transition principale pour les catégories 10/13 ans, XS, S et relais S,  
**A2** : aire de transition secondaire pour la catégorie 6/9 ans. Les participants prendront leur vélo en A1 et le déposeront en A2 avant de partir pour la course à pied,  
**PS** : poste de secours,  
Les différentes entrées/sorties de l'aire de transition principale, ainsi que le sens de circulation de cette aire sont détaillés dans le plan joint intitulé «Aires de transition».

# PLAN ZONE ARRIVÉE

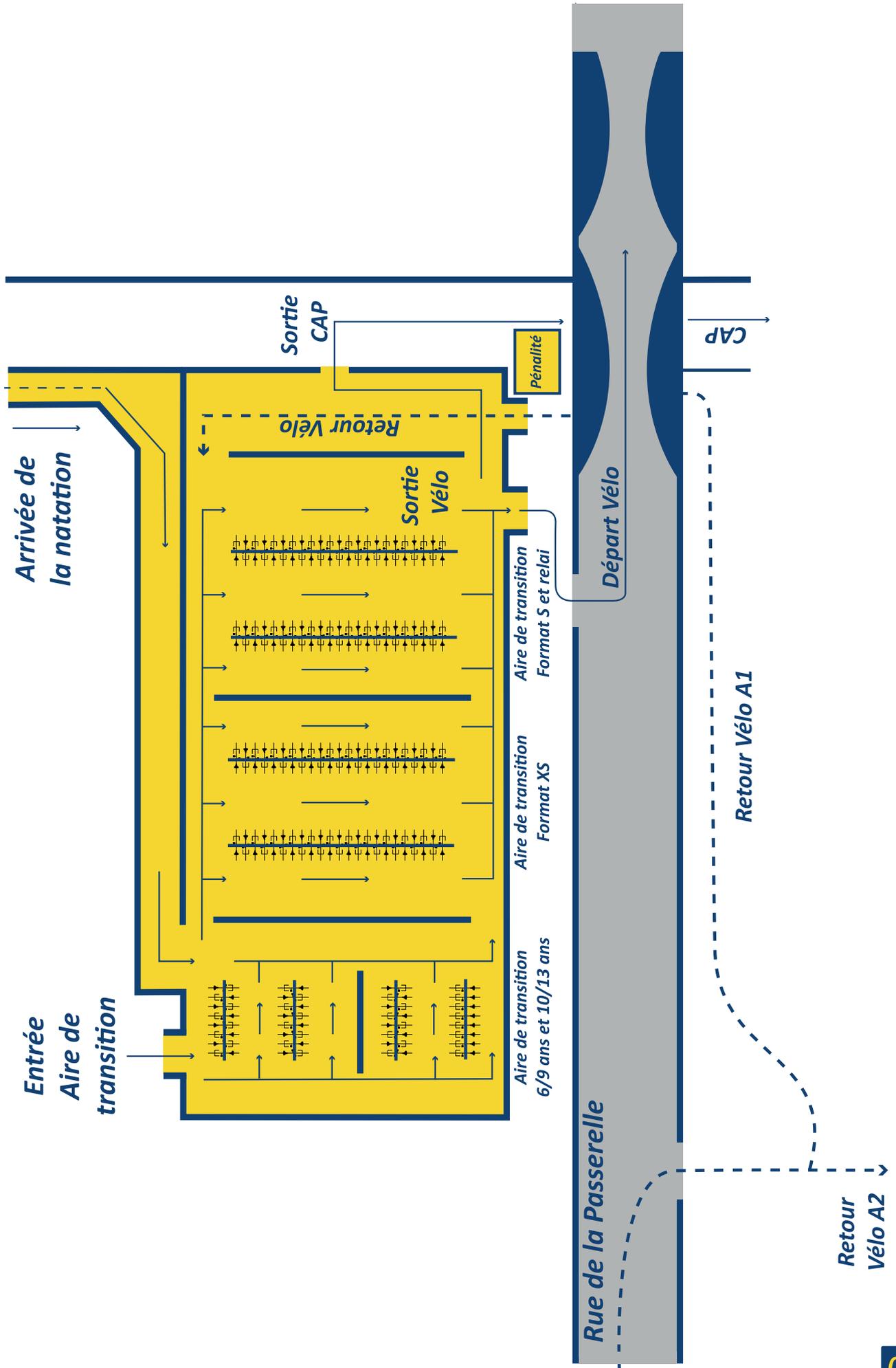


*P* : podium,

*PS* : PC Sécurité et Secours,  
*RA* : ravitaillement arrivée,

*R* : retrait des dossards et Point Accueil,  
*Z* : zone de restauration,

# PLAN PARC A VELO



# FORMAT S (CLM et en relai)

Pour rappel, les distances à parcourir seront les suivantes :

**Natation** : 750m

**Vélo** : 20km, avec un dénivelé de 105m



-> **Point de vigilance** : au croisement, prendre à droite pour la 1<sup>ère</sup> boucle, puis à gauche pour la 2<sup>ème</sup> boucle (voir plan page suivante)

**Course à pied** : 5km, parcours plat essentiellement sur chemin stabilisé

## ACCÈS PARC À VÉLO & DÉPART

**Accès au parc à vélo** : de 7h15 à 8h15

**Echauffement en piscine** : de 8h à 8h15 dans le petit bain

**Briefing avant course** : 8h15

**Départ de la course** : 8h30

Le départ sera donné en format contre la montre, toutes les 40 secondes

-> **Pour les relais** : échange de la puce dans le parc à vélo, à l'emplacement du vélo

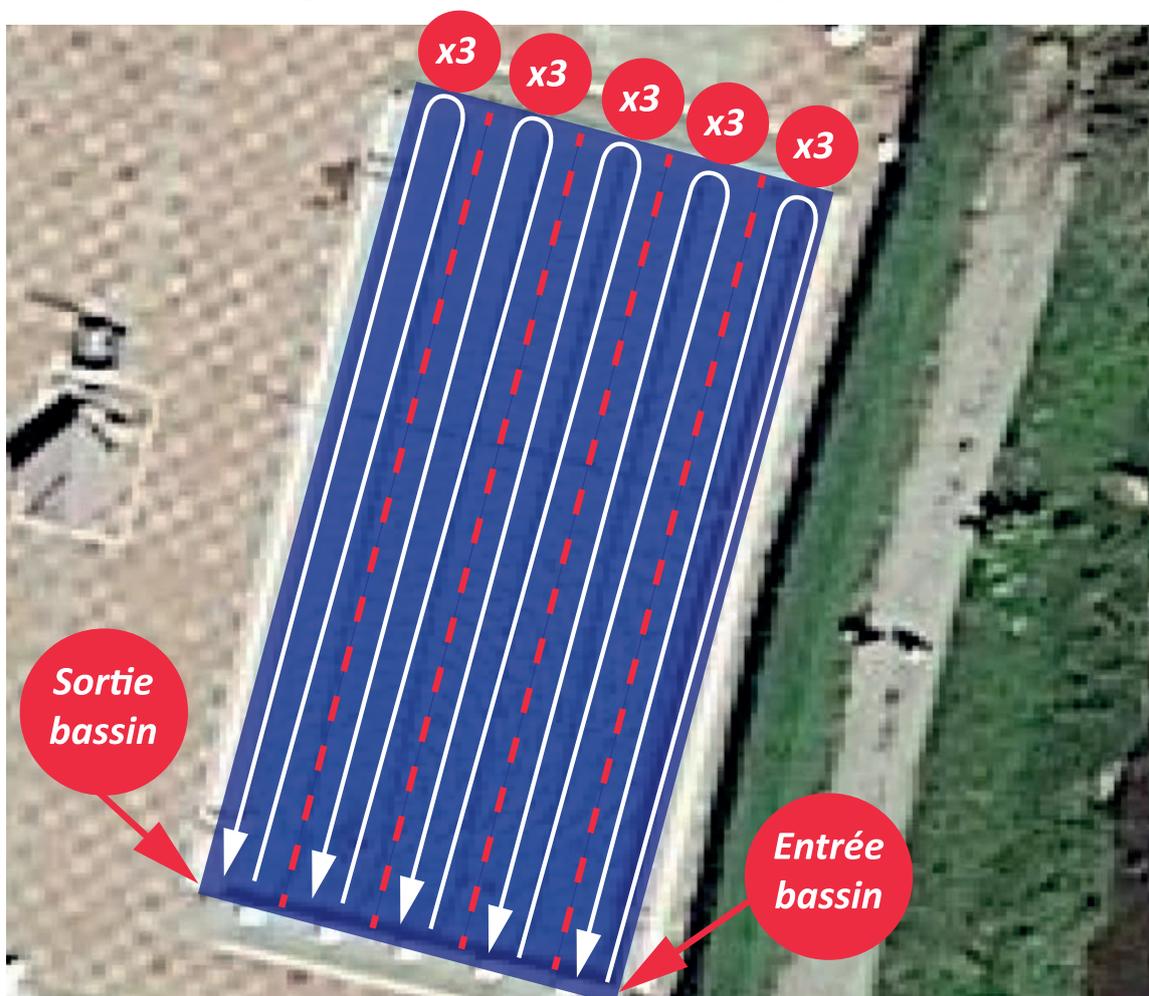
## NATATION

-> **Tenue** : Trifonction autorisée et bonnet obligatoire (non fourni)

-> **3 aller-retour par ligne d'eau** (150m par ligne d'eau)

-> **Départ depuis le couloir N°5 & sortie du bassin depuis le couloir N°1**

-> **Toujours nager à droite de la ligne de fond**



# FORMAT S (CLM et en relai)

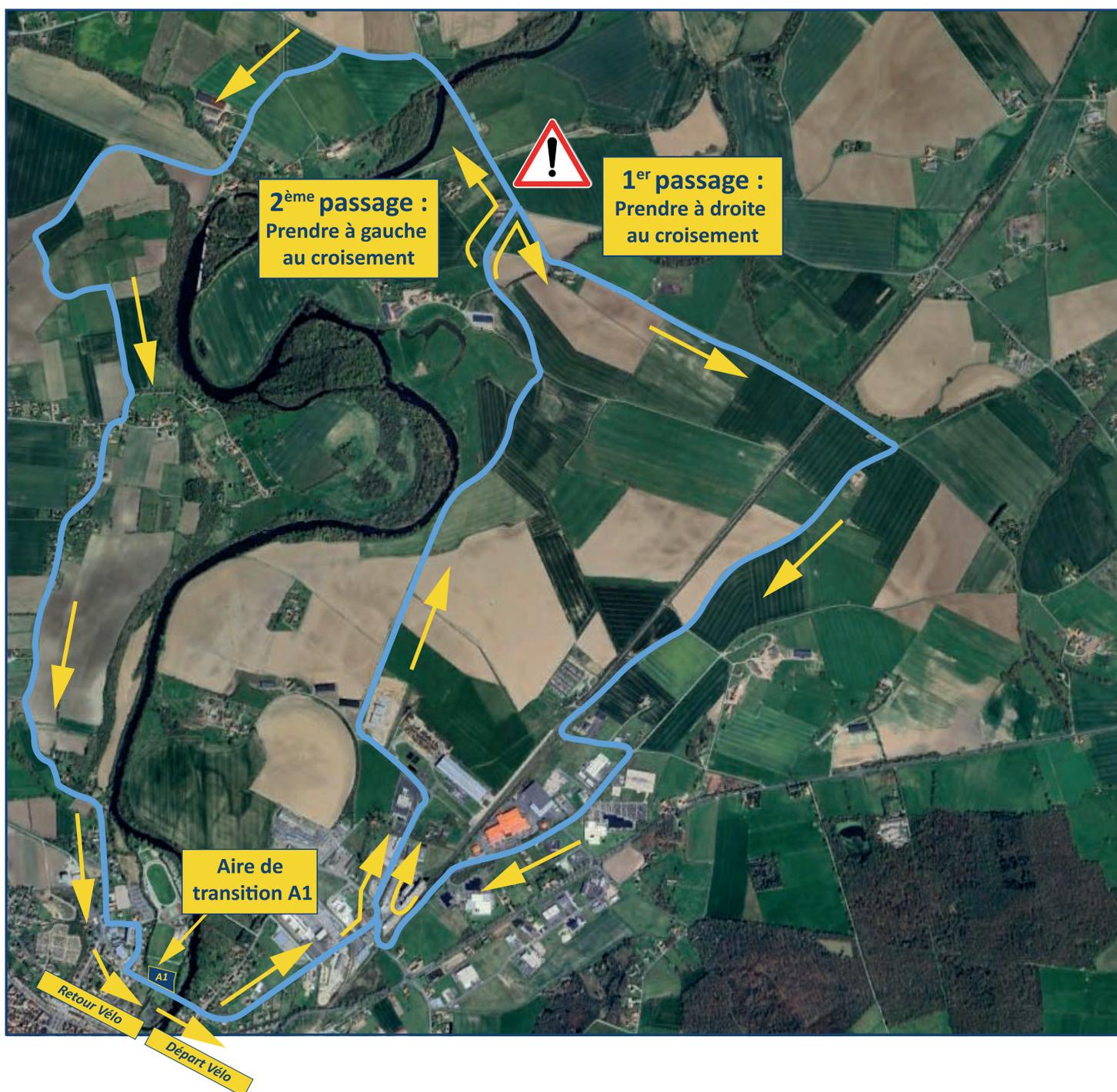
## PARCOURS VÉLO - 18,5km avec 105m de dénivelé

Drafting interdit, vélo de chrono autorisé.



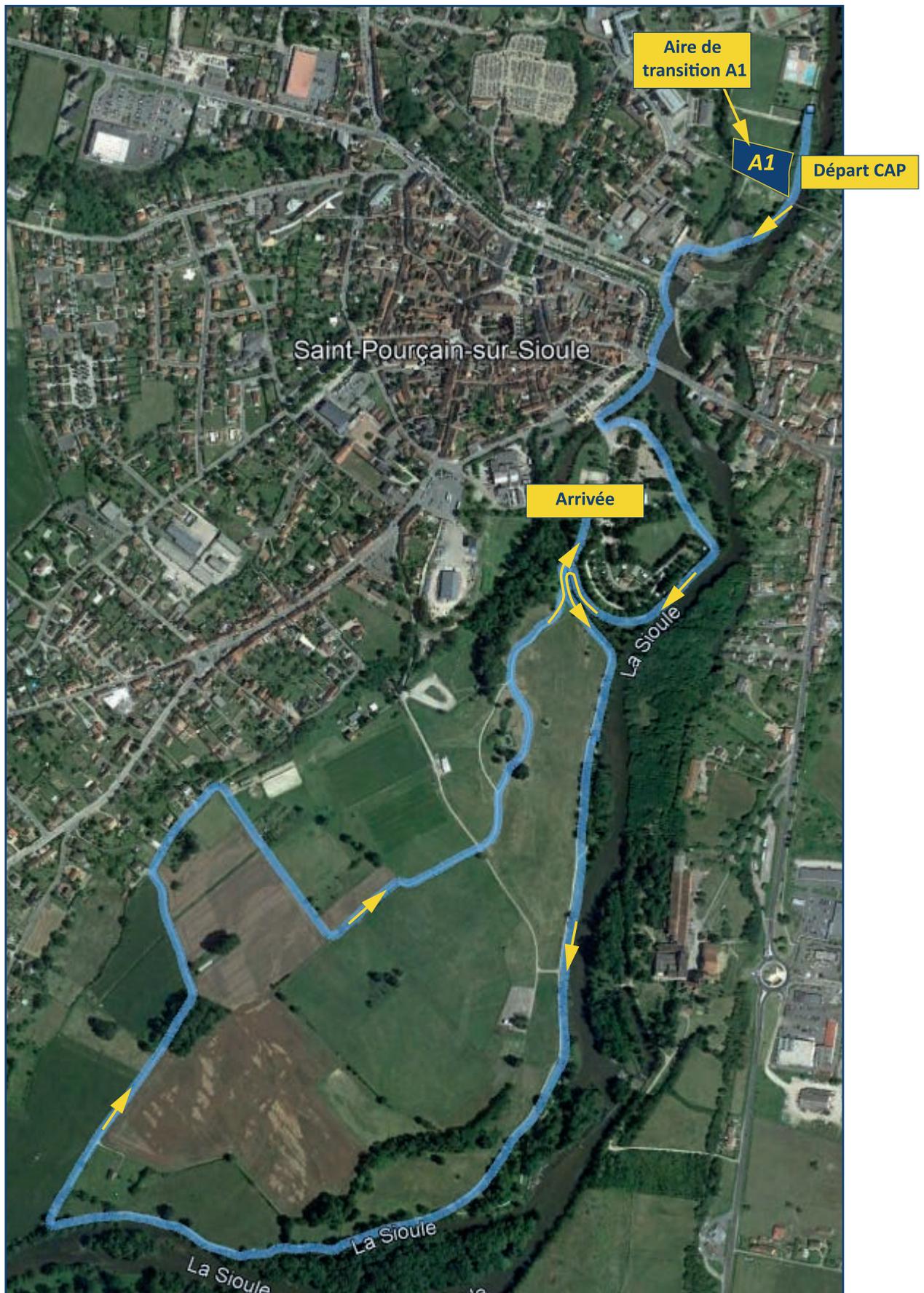
### Point de vigilance :

au croisement, prendre à droite pour la 1<sup>ère</sup> boucle,  
puis à gauche pour la 2<sup>ème</sup> boucle



# FORMAT S (CLM et en relai)

## PARCOURS PEDESTRE - 5km



# FORMAT XS

**Pour rappel, les distances à parcourir seront les suivantes :**

**Natation :** 400m

**Vélo :** 10km, avec un dénivelé de 78m

**Course à pied :** 2,5km, parcours plat essentiellement sur chemin stabilisé

## ACCÈS PARC À VÉLO & DÉPART

**Accès au parc à vélo :** de 9h30 à 10h15

**Echauffement en piscine :** de 10h à 10h15 dans le petit bain

**Briefing avant course :** 10h15    **Départ de la course :** 10h30

Le départ sera donné en format contre la montre, toutes les 40 secondes

## NATATION

→ **Tenue :** Trifonction autorisée et bonnet obligatoire (non fourni)

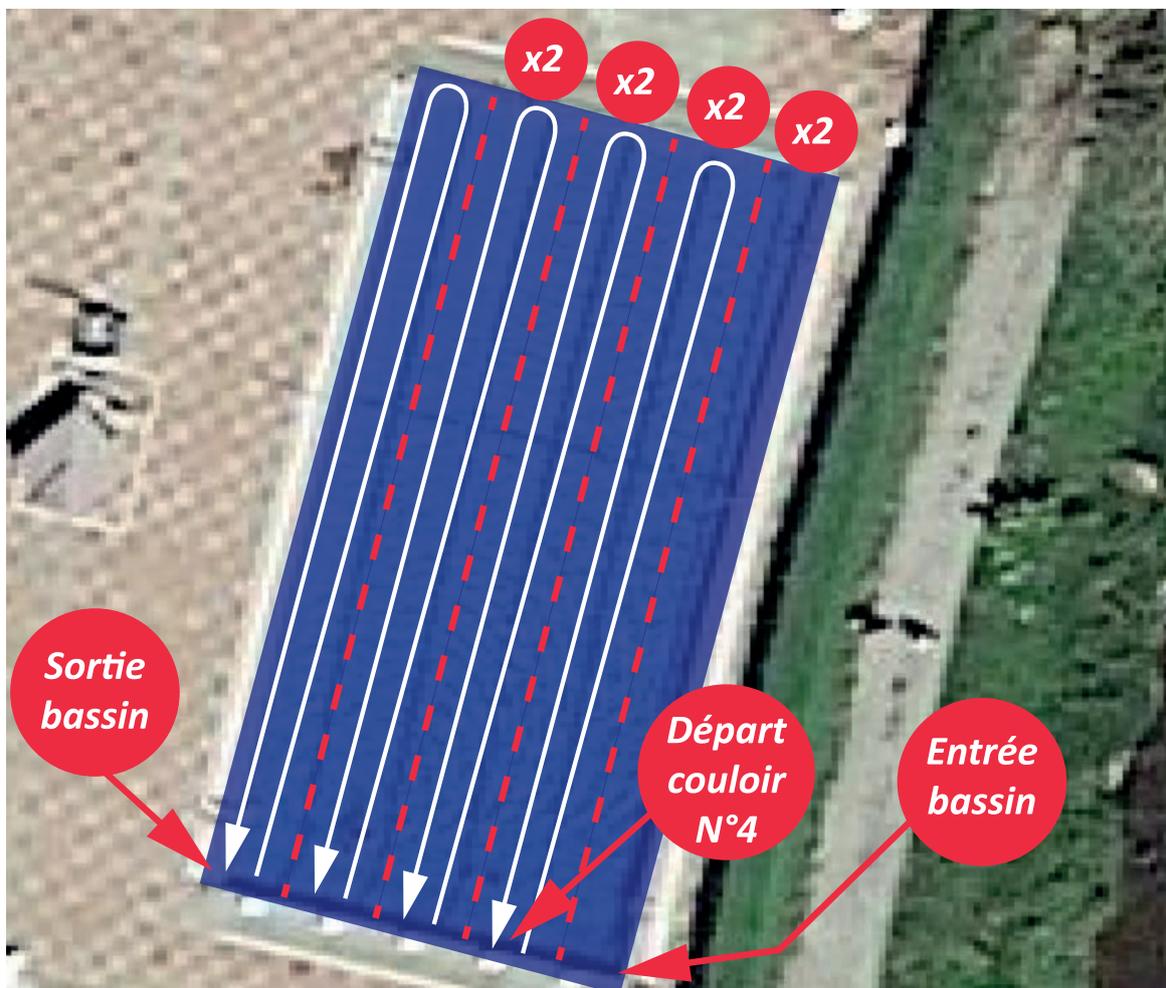
→ **2 aller-retour par ligne d'eau** (100m par ligne d'eau)

→ **Départ depuis le couloir N°4** (dans l'eau)

Le couloir N°5 sera condamné pour mise à l'eau et mise en attente des nageurs.

→ **Sortie du bassin depuis le couloir N°1**

→ **Toujours nager à droite de la ligne de fond**



# FORMAT XS

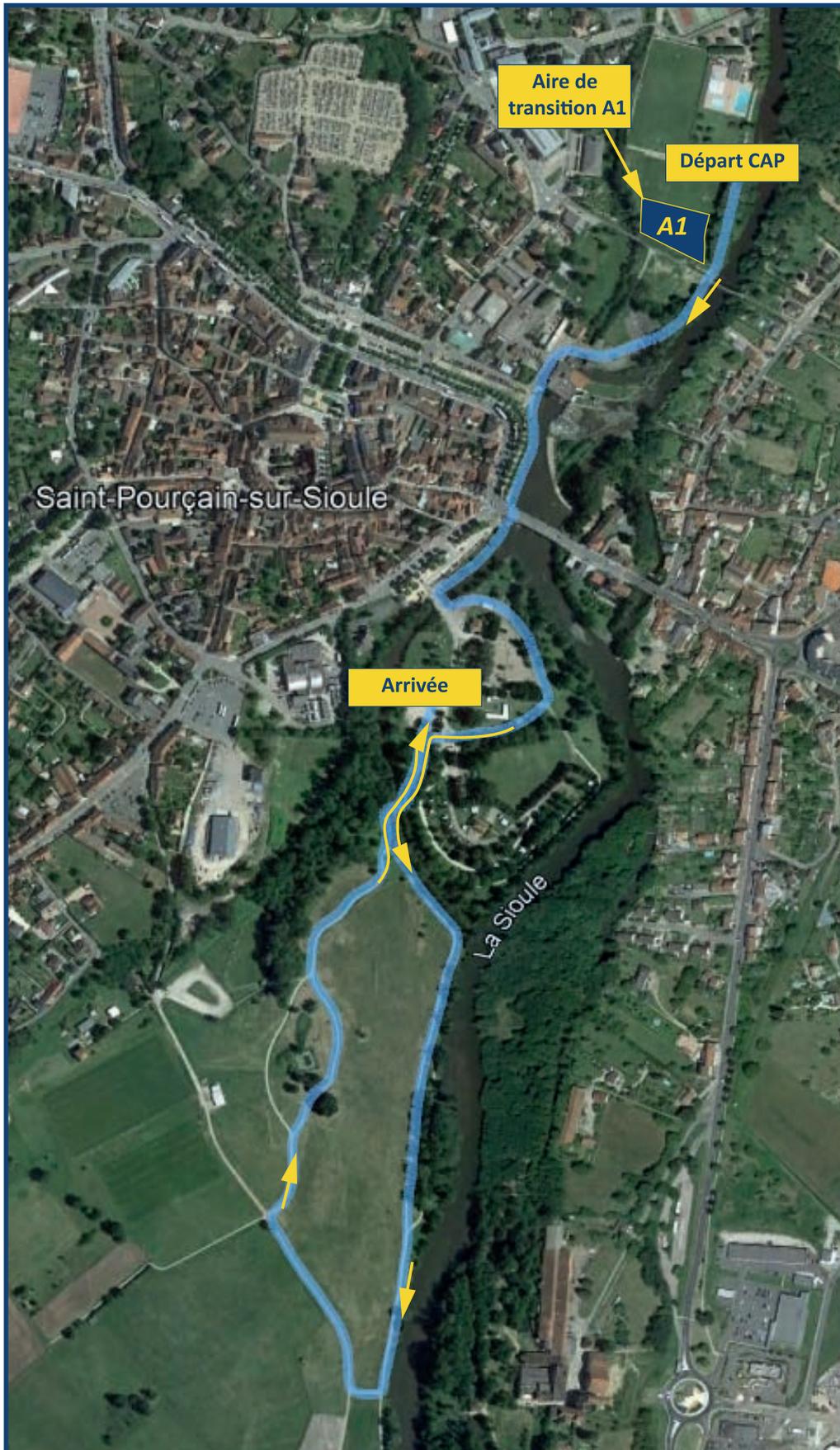
## PARCOURS VÉLO - 10km avec 78m de dénivelé

Drafting interdit, vélo de chrono autorisé.



# FORMAT XS

## PARCOURS PEDESTRE - 2,5km



# FORMAT 10/13 ans

Pour rappel, les distances à parcourir seront les suivantes :

**Natation** : 200m

**Vélo** : 4km

**Course à pied** : 1,5km

## ACCÈS PARC À VÉLO & DÉPART

**Accès au parc à vélo** : de 11h45 à 12h15

**Echauffement en piscine** : de 12h à 12h15 dans le petit bain

**Briefinf avant course** : 12h20      **Départ de la course** : 12h30

Le départ sera donné par vague, adaptée en fonction du nombre de participants

## NATATION

→ **Tenue** : Trifonction autorisée et bonnet obligatoire (non fourni)

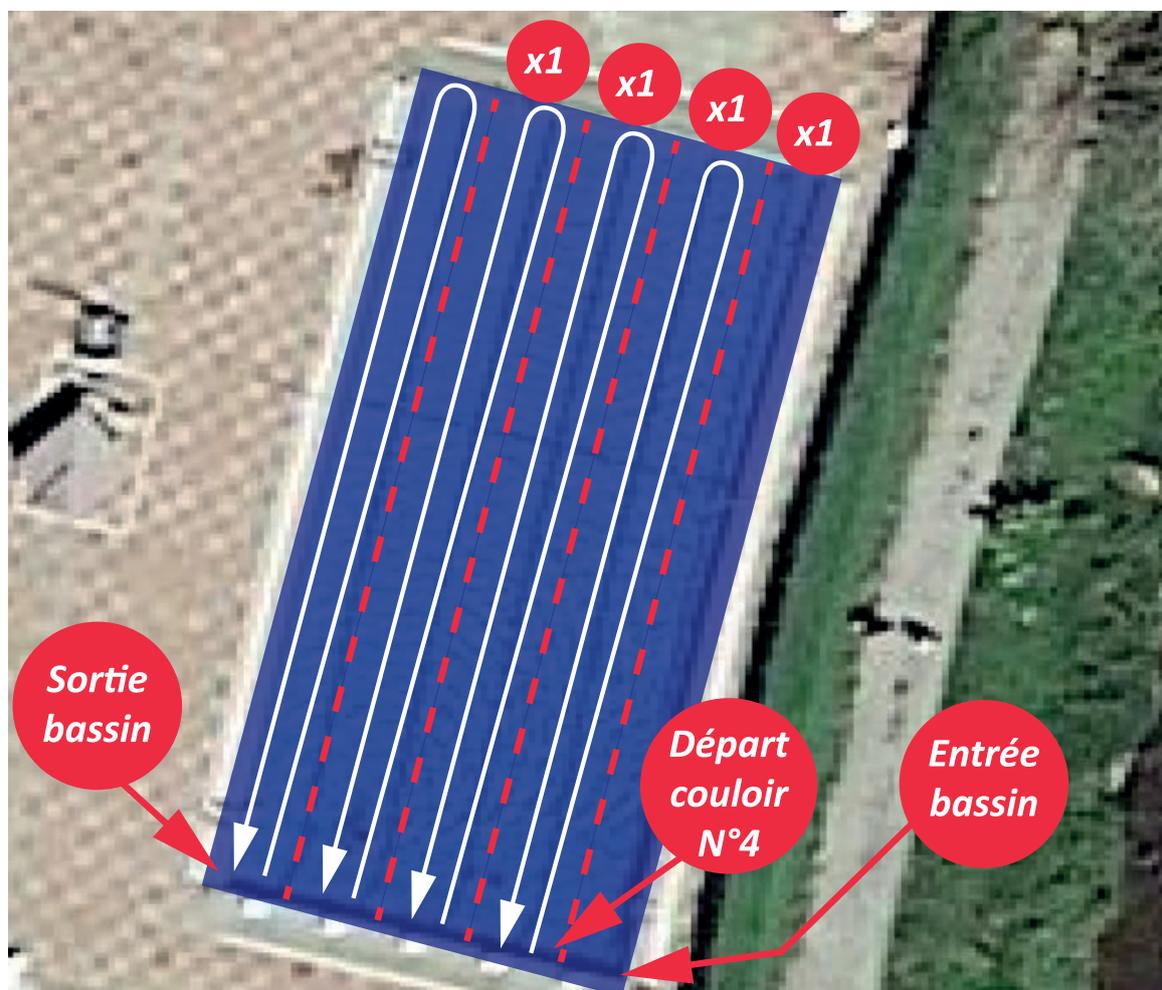
→ **1 aller-retour par ligne d'eau** (50m par ligne d'eau)

→ **Départ depuis le couloir N°4** (dans l'eau)

Le couloir N°5 sera condamné pour mise à l'eau et mise en attente des nageurs.

→ **Sortie du bassin depuis le couloir N°1**

→ **Toujours nager à droite de la ligne de fond**



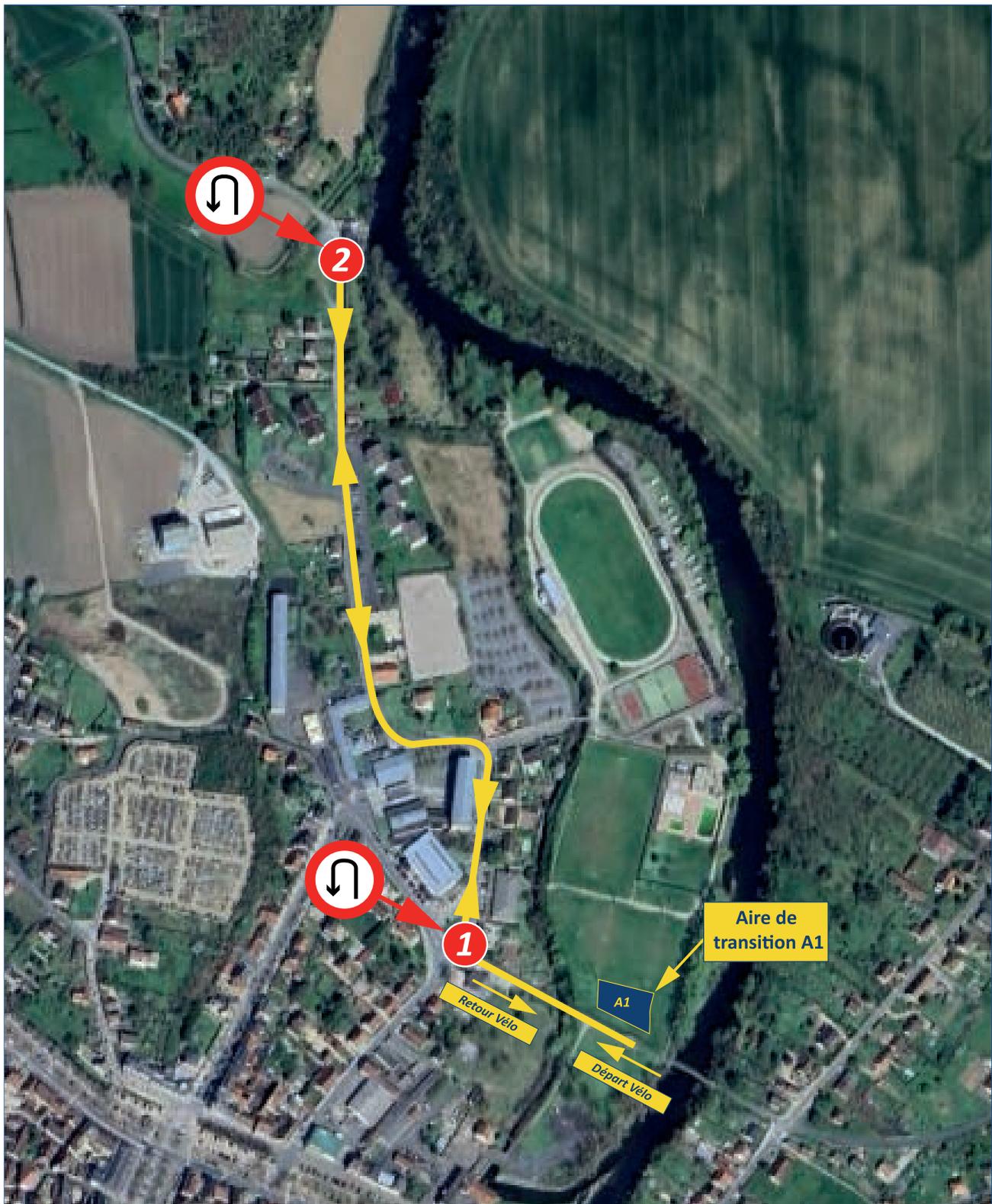
# FORMAT 10/13 ans

## PARCOURS VÉLO - 4km



### Point de vigilance :

Trajet aller-retour entre le point 1 et le point 2 à réaliser 3 fois



# FORMAT 10/13 ans

## PARCOURS PEDESTRE - 1,5km



# FORMAT 6/9 ans

Pour rappel, les distances à parcourir seront les suivantes :

**Natation** : 50m

**Vélo** : 1km

**Course à pied** : 500m

## ACCÈS PARC À VÉLO & DÉPART

**Accès au parc à vélo** : de 12h45 à 13h15

**Echauffement en piscine** : de 13h à 13h15 dans le petit bain

**Briefing avant course** : 13h20      **Départ de la course** : 13h30

Le départ sera donné par vague, adaptée en fonction du nombre de participants

## NATATION

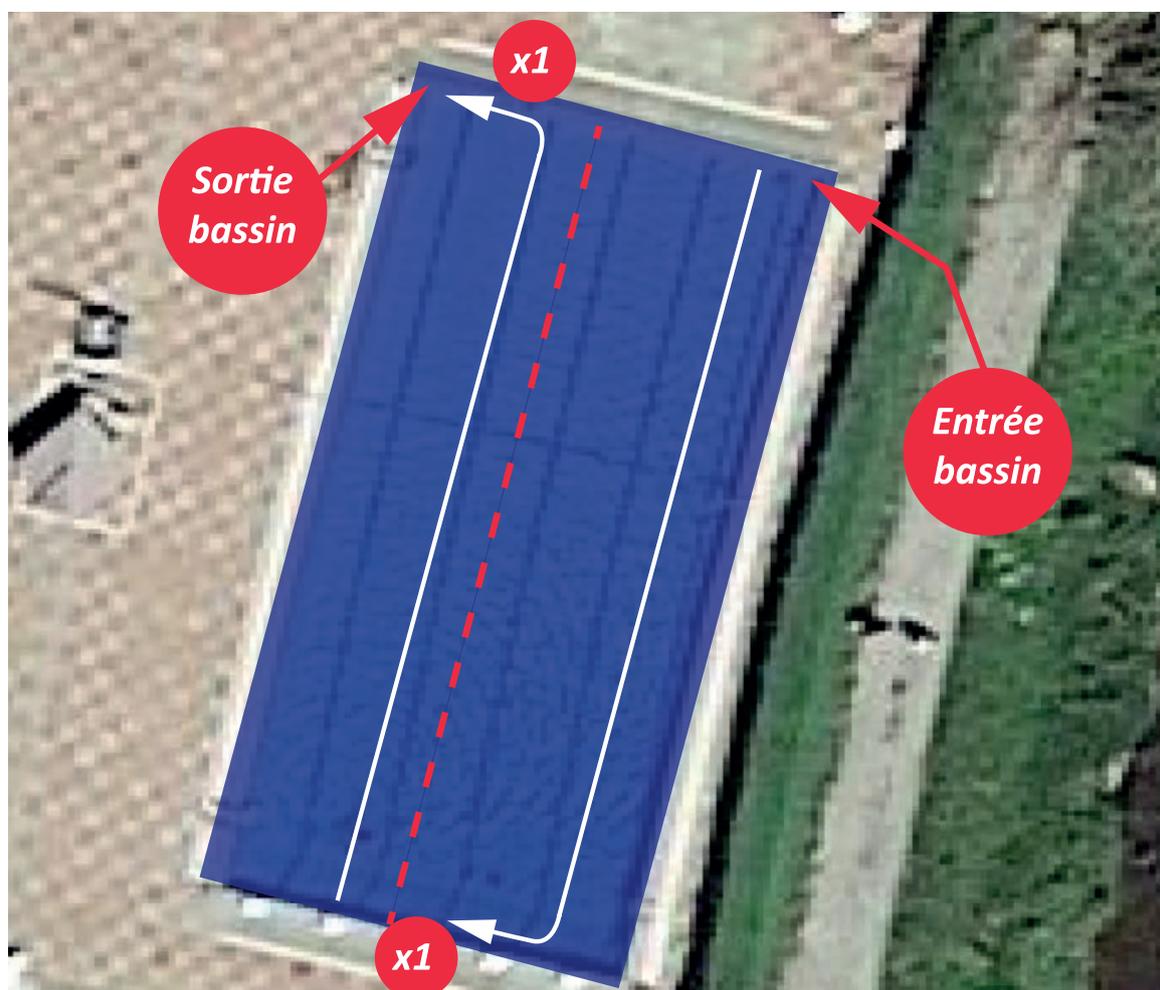
→ **Tenue** : Trifonction autorisée et bonnet obligatoire (non fourni)

→ **1 aller-retour par ligne d'eau** (25m par ligne d'eau)

→ **Départ depuis les couloirs N°3/4/5 regroupés en un seul grand couloir et retour dans les couloirs 1/2 regroupés en un second grand couloir**

→ **Sortie du bassin depuis les couloirs N°1/2**

→ **Toujours nager à droite de la ligne de fond**

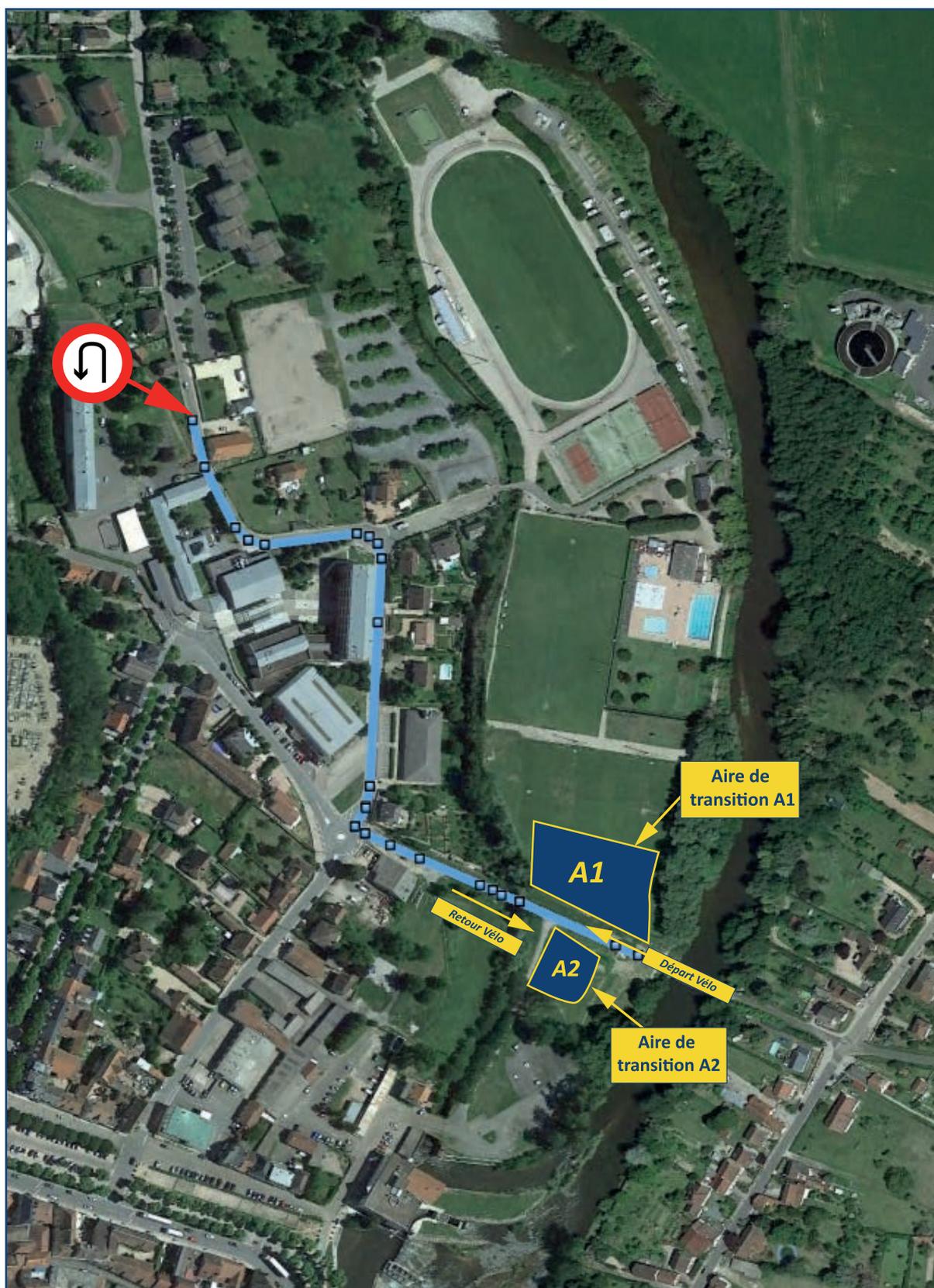


# FORMAT 6/9 ans

## PARCOURS VÉLO - 1000m

### IMPORTANT :

Les participants au format 6/9 ans partiront en vélo depuis l'Aire de Transition A1 et reviendront poser leur vélo dans l'Aire de Transition A2 avant de partir pour la course à pied



# FORMAT 6/9 ans

## PARCOURS PEDESTRE - 500m

### IMPORTANT :

Pour rappel, les participants au format 6/9 ans reviendront poser leur vélo dans l'Aire de Transition A2 avant de partir pour la course à pied



# LE RÈGLEMENT

## Article 1 – Conditions générales

Tous les concurrents s'engagent à se soumettre à ce règlement par le seul fait de leur inscription. Les concurrents participent à leurs propres risques et ne peuvent pas tenir l'organisation responsable de tout accident, vol ou perte de matériel et/ou objets personnels pouvant survenir pendant la course. Aucun remboursement ou réclamation ne pourra être effectué sauf en cas d'annulation de l'épreuve (50% des frais engagés seront remboursés).

En cas de non-participation, pour quelque raison que ce soit, les concurrents n'auront aucun remboursement des droits d'engagement.

## Article 2 – Présentation de l'épreuve

Le triathlon de la Sioule est composé de 4 épreuves organisées **le dimanche 6 juillet 2025**.

Deux épreuves jeunes (natation en piscine) contre la montre individuel (CLM) :

- **JEUNES 1** : mini poussins et poussins de 6 à 9 ans (2016/2019)

Distances = 50 m / 1000 m / 500 m

- **JEUNES 2** : pupilles et benjamins de 10 à 13 ans (2012/2015)

Distances = 200 m / 4000 m / 1500 m

Une épreuve **format XS** (natation en piscine) (CLM) ouverte à partir de benjamin (2012-2013)

Distances = 400 m / 10 km / 2.5 km

Une épreuve **format S** (CLM et en relais) (natation en piscine) à partir de cadet (2009 et avant)

Distances = 750m / 20 km / 5km

**L'attribution des dossards sur l'ensemble des courses se fera selon les temps d'engagement natation communiqués lors de l'inscription.** Ces épreuves sont régies par le règlement FFTRI en vigueur au moment de la compétition. Le lieu de départ est à la piscine de la Moutte et l'arrivée à l'île de la Ronde à Saint-Pourçain-sur-Sioule. L'épreuve est ouverte à toute personne, homme ou femme, à partir de 6 ans licenciés ou non.

## Article 3 – Modalités d'inscriptions

Les inscriptions s'effectuent dans la limite des places disponibles et **se font exclusivement par internet. Seuls les dossiers complets seront validés.** Les inscriptions se font en ligne sur <https://in.yaka-inscription.com/triathlon-de-la-sioule-2025>.

Elles seront closes le 4 juillet 2025 à 23H59.

Un temps natation sur 400m est demandé pour chaque participant ou chaque équipe. L'attribution se fera dans l'ordre de ces temps. (plus fort en premier). Les licenciés FFTRI Loisir devront fournir lors de l'inscription un certificat médical de non-contre-indication de la pratique du sport en compétition de moins d'un an. Les non licenciés devront répondre aux questions pour déterminer la non-contre-indication à la pratique du sport en compétition. Aucune licence d'autres sports ne sera acceptée. Les non licenciés devront s'acquitter d'un Pass Compétition sur le site de la FFTRI (assurance par épreuve). Les cadets/cadettes (jusqu'à 17 ans) ne peuvent pas doubler le XS et le S en relais sur la même journée.

# LE RÈGLEMENT

## Article 4 – Dossards

Les dossards sont à retirer la veille et le jour de la course à l'accueil de la Sioule en Fête situé au centre de l'île de la Ronde sur présentation d'une pièce d'identité ou de la licence.

## Article 5 – Épreuves

### NATATION

La partie natation se fait à la piscine municipale du stade de la Moutte, bassin de 5 lignes de 25 mètres. Aucun échauffement dans le grand bassin.

Le petit bassin est réservé à l'échauffement.

Combinaisons interdites EN PISCINE

L'organisation de la natation se fait selon les modalités définies sur le site internet de l'épreuve : <https://www.scsp-general.fr/le-triathlon-de-la-sioule-a63765.html>

### VÉLO

Le Parcours Vélo JEUNES 1 sera fermé. Les autres parcours empruntent la voie publique, ils seront fléchés au sol, le code de la route s'appliquera sur l'ensemble des parcours. Conformément à la demande des autorités, des signaleurs seront positionnés le long du parcours afin d'assurer la sécurité des cyclistes. Toutefois, chaque compétiteur doit rester vigilant. Les parcours ne présentent pas de difficultés. Le casque à coque rigide est obligatoire. Le drafting n'est pas autorisé. Les vélos de chrono sont autorisés. Toute aide extérieure est interdite.

### PARTIE PÉDESTRE

Les parcours à pied se réalisent sur des chemins et trottoirs. Ils seront fléchés au sol et des signaleurs orienteront les coureurs. Les parcours ne présentent pas de difficultés.

Le parcours pour les enfants du 6-9 ans se fera depuis un deuxième parc à vélo pour réduire la distance de course à pied.

Un signaleur ouvrira les parcours Vélo et Pédestre en VTT.

### **Règlement spécifique S RELAIS en CLM : composition des équipes et classement**

Composition des équipes libre. Classement uniquement au scratch

Un relai est composé de 2 ou 3 personnes. Chaque personne fait une ou 2 disciplines et à la fin de sa partie donne la puce à son coéquipier dans le parc à vélos. Le coureur à pied doit passer la ligne d'arrivée avec la puce aux pieds.

## Article 6 – Assurance

Chaque concurrent doit être en possession d'une assurance individuelle. Une telle assurance peut être souscrite auprès de tout organisme au choix du concurrent. Les organisateurs déclinent toute responsabilité quant aux vols et accidents éventuels.

# LE RÈGLEMENT

## Article 7 – Récompenses

Les catégories récompensées seront :

**Course Jeunes 1** (médaille à chaque enfant à l'arrivée)

Classement : mini poussins homme et femme : places 1 à 3

Classement : poussins homme et femme : places 1 à 3

**Course Jeunes 2** (médaille à chaque enfant à l'arrivée)

Classement : pupilles homme et femme: places 1 à 3

Classement : benjamin homme et femme: places 1 à 3

**Courses XS et S**

Classement homme « scratch »: places 1 à 3

Classement femme « scratch »: places 1 à 3

Classement Homme Minimes, Cadets, Juniors, Seniors, Master : place 1

Classement Femme Minimes, Cadets, Juniors, Seniors, Master : place 1

**Course S RELAIS**

Classement « scratch »: places 1 à 3

## Article 8 – Droit à l'image

En s'inscrivant sur nos épreuves tout concurrent autorise l'organisation et ses partenaires à utiliser son image à des fins de présentation ou de promotion. Et ce dans la limite du respect de votre image et de votre vie privée. Conformément à la loi informatique et liberté du 6 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification personnelle vous concernant que vous pouvez exercer en vous adressant à [contact@ville-saint-pourcain-sur-sioule.com](mailto:contact@ville-saint-pourcain-sur-sioule.com).

## Article 9 – Respect de l'environnement

Afin de respecter l'environnement et les espaces naturels traversés, il est strictement interdit d'abandonner des déchets (papiers, emballages plastiques...) sur le parcours. L'Organisateur se réserve le droit d'attribuer des pénalités de temps ou de mettre hors-course les participants jetant volontairement leurs déchets en dehors des zones délimitées.

## Article 10 – Renseignements

Pour tout renseignement merci de nous contacter par mail : [contact@ville-saint-pourcain-sur-sioule.com](mailto:contact@ville-saint-pourcain-sur-sioule.com).



# LA SIOULE EN FÊTE !

5ème édition



## SAMEDI 5 JUILLET

### PROGRAMMATION

#### Animations

- Parc aventure Les Perchés : accès au parc acrobatique, paddle, kayaks transparents. ½ tarif tout le week-end. Billets à acheter au chalet d'accueil (nombre de places au parc limité)
- Aire de jeux gonflable, 2 € par personne
- Exposition par Synthèse Images Photoclub
- Montgolfière et paramoteur avec Fly Challenger Paramoteur
- À partir de 14h, promenade à cheval ou à poney par L'Écuries des Cordeliers, 3 € par personne
- À partir de 14h, tir à l'arc avec Les Cent'Arcs Saint-Pourcinois
- À partir de 14h, simulateur de pêche pour enfants avec l'Association Agréée pour la Pêche et la Protection du Milieu Aquatique (AAPPMA) la Sirène

#### Buvette et snack toute la journée

#### Concours de pétanque 4 parties ouvert à tous

- Inscriptions à partir de 13h30, jet du but à 14h30, 12 € par doublette. 1 bouteille de Saint-Pourçain offerte à tous les participants

#### Plop Run, la course colorée !

- Allure libre, environ 5 km
- Échauffement en musique à 16h30 et départ à 17h
- 5 € par personne sur réservation ou 10 € sur place, inscriptions à l'Office de Tourisme au 04 70 45 32 73
- Paires de lunettes offertes pour les 100 premiers inscrits

#### Soirée festive

- Élection de Miss Saint-Pourçain à 20h
- Repas du soir : melon, jambon cru, friture de poisson, fromage et dessert pour 16 €, vente de vin sur place. Réservations auprès de l'Office de Tourisme au 04 70 45 32 73
- Concerts gratuits : 1ère partie du Jazz Club Saint-Pourcinois à 18h30  
Le groupe Le Zinzin à 21h

Île de la Ronde  
et les Cordeliers





# LA SIOULE EN FÊTE !

5ème édition



## DIMANCHE 6 JUILLET

### PROGRAMMATION

#### Animations

- Parc aventure Les Perchés : accès au parc acrobatique, paddle, kayaks transparents. ½ tarif tout le week-end. Billets à acheter au chalet d'accueil (nombre de places au parc limité)
- Aire de jeux gonflable, 2 € par personne
- Exposition par Synthèse Images Photoclub
- Montgolfière et paramoteur avec Fly Challenger Paramoteur
- Promenade à cheval ou à poney par Les Écuries du Ga à partir de 10h, 3 € par personne

#### Buvette et snack toute la journée

#### Triathlon de la Sioule

- Quatre courses de 8h30 à 13h30 avec natation en piscine, plus d'informations sur l'affiche dédiée
- Renseignements auprès du Sporting Club Général et inscriptions sur le site internet [yaka-inscription.com](http://yaka-inscription.com)
- Plateaux repas : saucisse, frites, fromage, glace pour 10 €

#### Concours de pétanque 4 parties ouvert à tous

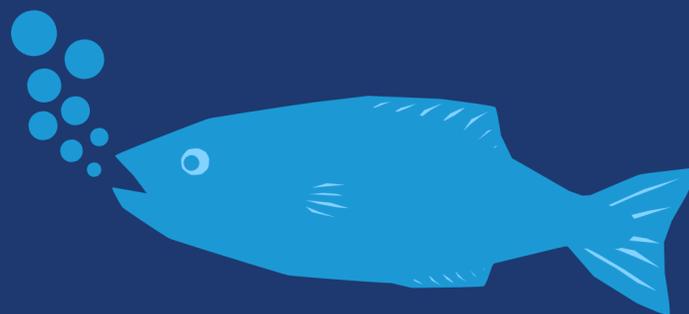
- Inscriptions à partir de 13h30, jet du but à 14h30, 12 € par doublette. 1 bouteille de Saint-Pourçain offerte à tous les participants

#### Concours et défilé de radeaux

- Début du concours à 16h. Inscriptions par mail à l'adresse [contact@ville-saint-pourcain-sur-sioule.com](mailto:contact@ville-saint-pourcain-sur-sioule.com)

#### Concert

- Jazz Club Saint-Pourcinois à 15h



Île de la Ronde  
et les Cordeliers

