

I^{ER} TRIATHLON DE LA SIOULE

7 JUILLET 2024



TRIATHLON

de la Sioule

**Dimanche 7 juillet à
Saint-Pourçain**

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

Inscriptions :
<https://www.yaka-inscription.com/triathlon-de-la-sioule-2024>

Renseignements :
<https://www.scs-general.fr>





GUIDE DU PARTICIPANT

SOMMAIRE

PROGRAMME	02
-----------	----

INFOS PRATIQUES	03
-----------------	----

PLANS :

Plan Général	04
--------------	----

Plan Zone Départ	05
------------------	----

Plan Zone Arrivée	06
-------------------	----

Plan Parc à Vélo	07
------------------	----

FORMAT S ET RELAI S :

Informations et Natation	08
--------------------------	----

Parcours Vélo	09
---------------	----

Parcours Pédestre	10
-------------------	----

FORMAT XS :

Informations et Natation	11
--------------------------	----

Parcours Vélo	12
---------------	----

Parcours Pédestre	13
-------------------	----

FORMAT 10/13 ans :

Informations et Natation	14
--------------------------	----

Parcours Vélo	15
---------------	----

Parcours Pédestre	16
-------------------	----

FORMAT 6/9 ans :

Informations et Natation	17
--------------------------	----

Parcours Vélo	18
---------------	----

Parcours Pédestre	19
-------------------	----

RÈGLEMENT	20
-----------	----

PROGRAMME « Sioule en Fête »	23
------------------------------	----

LE PROGRAMME

RETRAIT DES DOSSARDS

Les dossards seront à retirer à l'Île de la Ronde, au niveau de la zone arrivée :

Samedi 6 juillet	De 15h00 à 19h00
Dimanche 7 juillet - Format S	De 07h00 à 08h00
Dimanche 7 juillet - Format XS	De 07h00 à 10h00
Dimanche 7 juillet - 10/13 ans	De 07h00 à 12h00
Dimanche 7 juillet - 6/9 ans	De 07h00 à 13h00

Retrait sur présentation d'une pièce d'identité ou de la licence FFTRI 2024

ACCÈS PARC À VÉLO

Dimanche 7 juillet - Format S	De 07h45 à 08h15
Dimanche 7 juillet - Format XS	De 09h45 à 10h15
Dimanche 7 juillet - 10/13 ans	De 11h45 à 12h15
Dimanche 7 juillet - 6/9 ans	De 12h45 à 13h15

DÉPART DES COURSES

Dimanche 7 juillet

Format S : départ à 8h30

Format XS : départ à 10h30

Format 10-13 ans : départ à 12h30

Format 6-9 ans : départ à 13h30

PODIUM

Podiums protocolaires pour l'ensemble des courses à 14h30

INFOS PRATIQUES

LIEU DE L'ÉPREUVE

Zone Départ : la piscine du stade de la Moutte
Rue de la Moutte, 03500 Saint-Pourçain-sur-Sioule



Zone Arrivée : l'Île de la Ronde
18 Quai de la Ronde, 03500 Saint-Pourçain-sur-Sioule



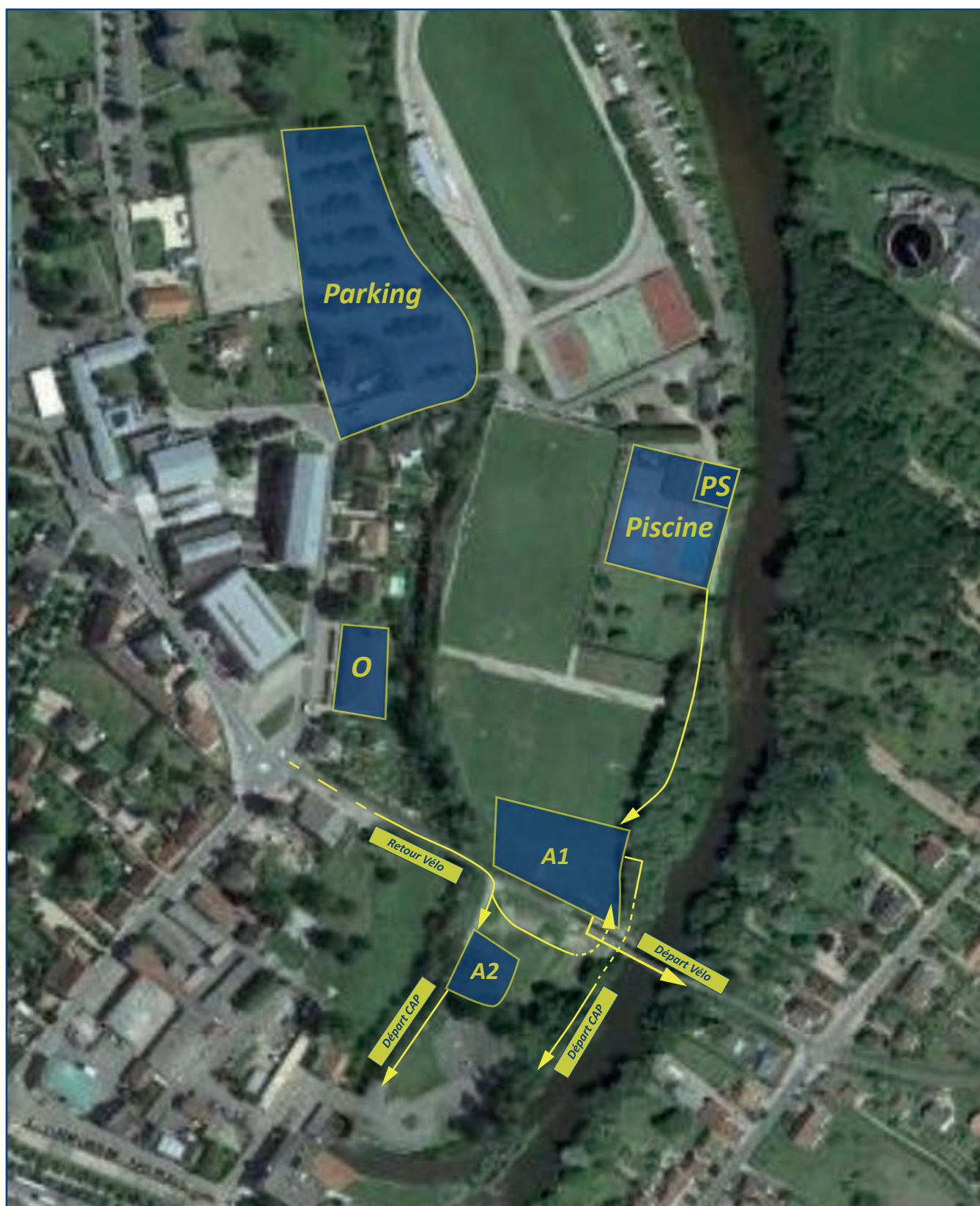
RESTAURATION

Une zone de restauration sera disponible à l'arrivée et accessible à tous (participants, accompagnateurs, spectateurs, ...).

PLAN GENERAL



PLAN ZONE DEPART



O : bureau officiel regroupant le local Arbitre et le local Antidopage,

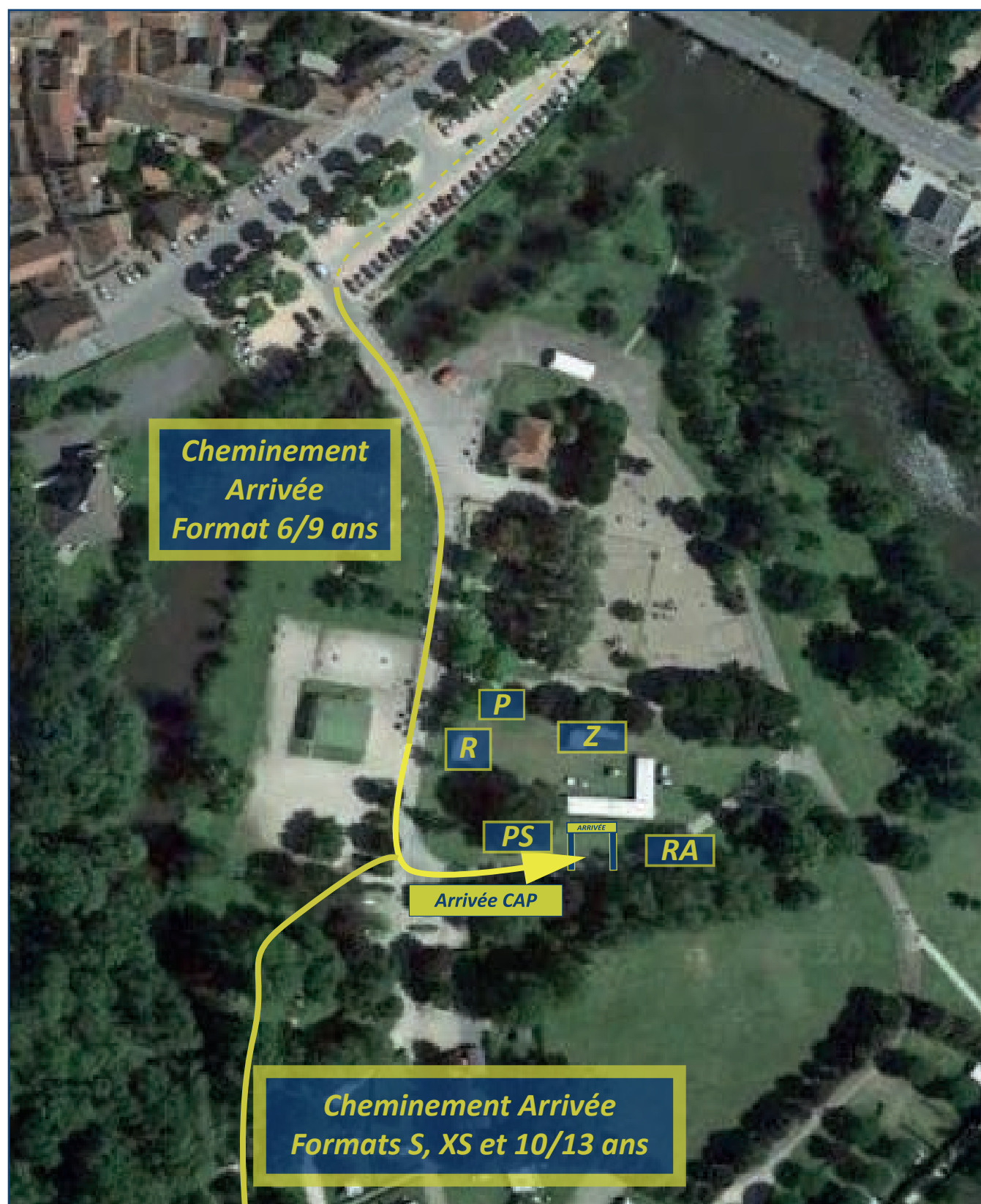
A1 : aire de transition principale pour les catégories 10/13 ans, XS, S et relais S,

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 ARRIVEE

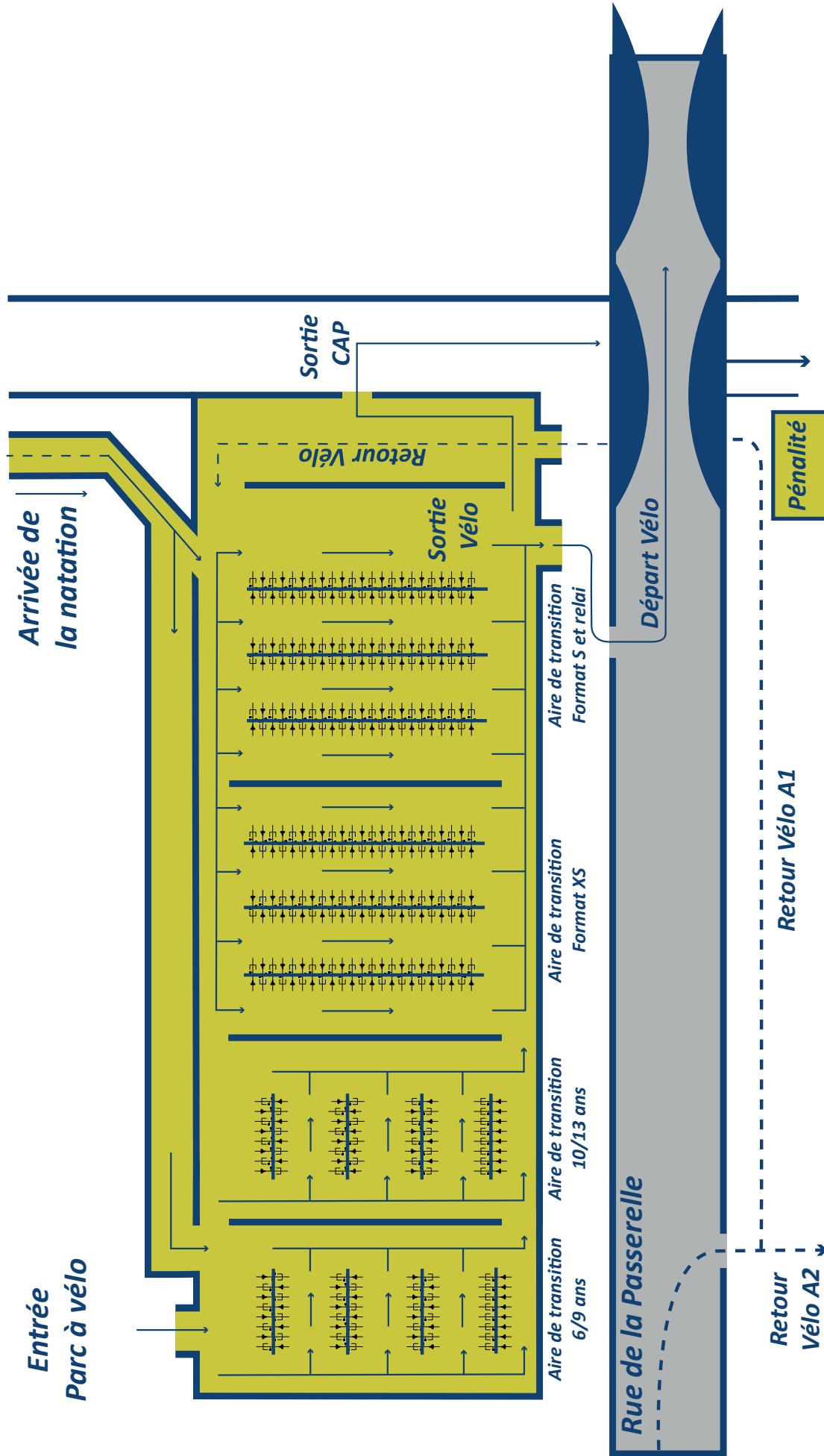


P : podium,

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

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

ACCÈS PARC À VÉLO & DÉPART

Accès au parc à vélo : de 7h45 à 8h15

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

Départ de la course : 8h30

Le départ sera donné en format contre la montre, toutes les 45 secondes

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

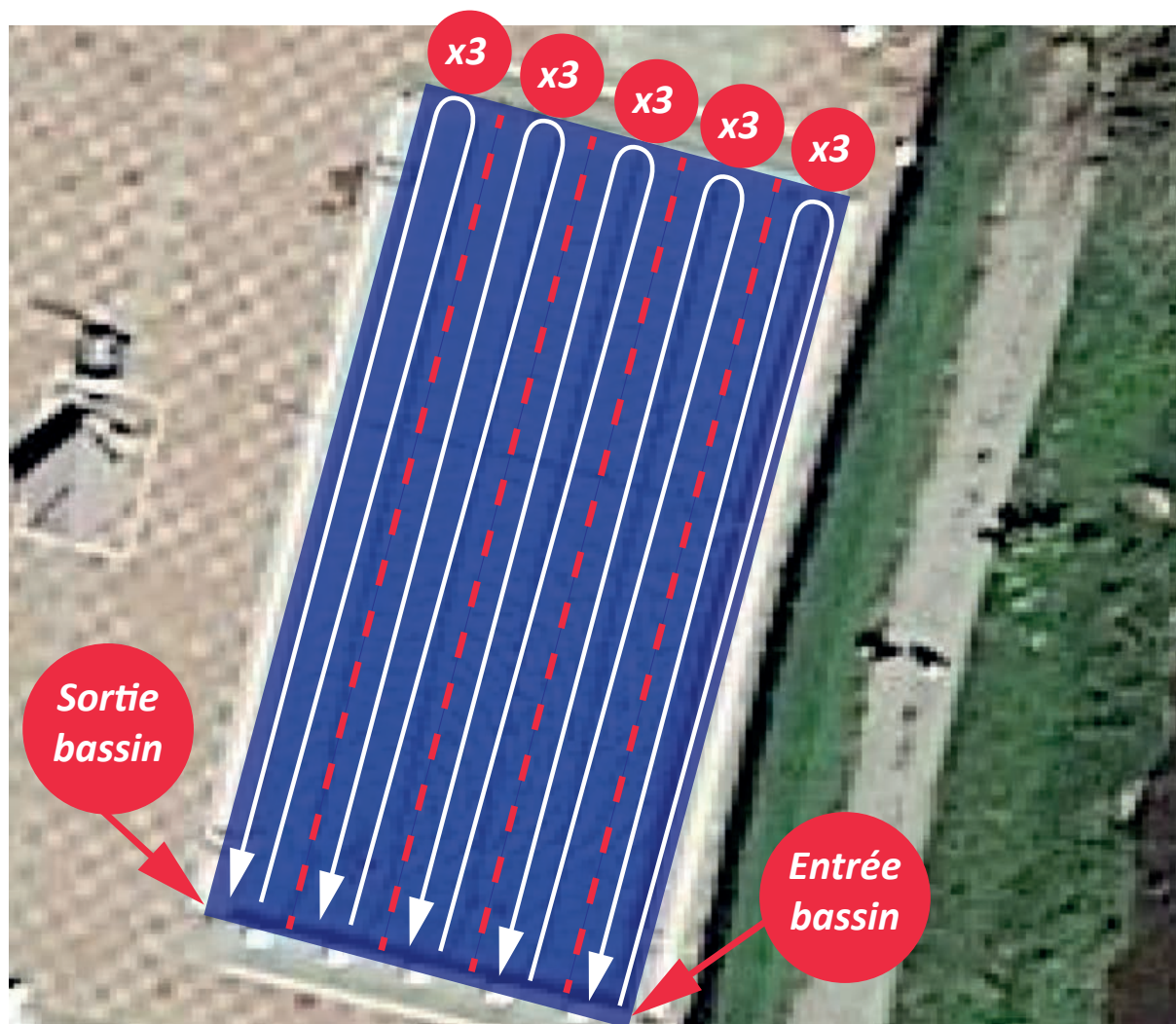
NATATION

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

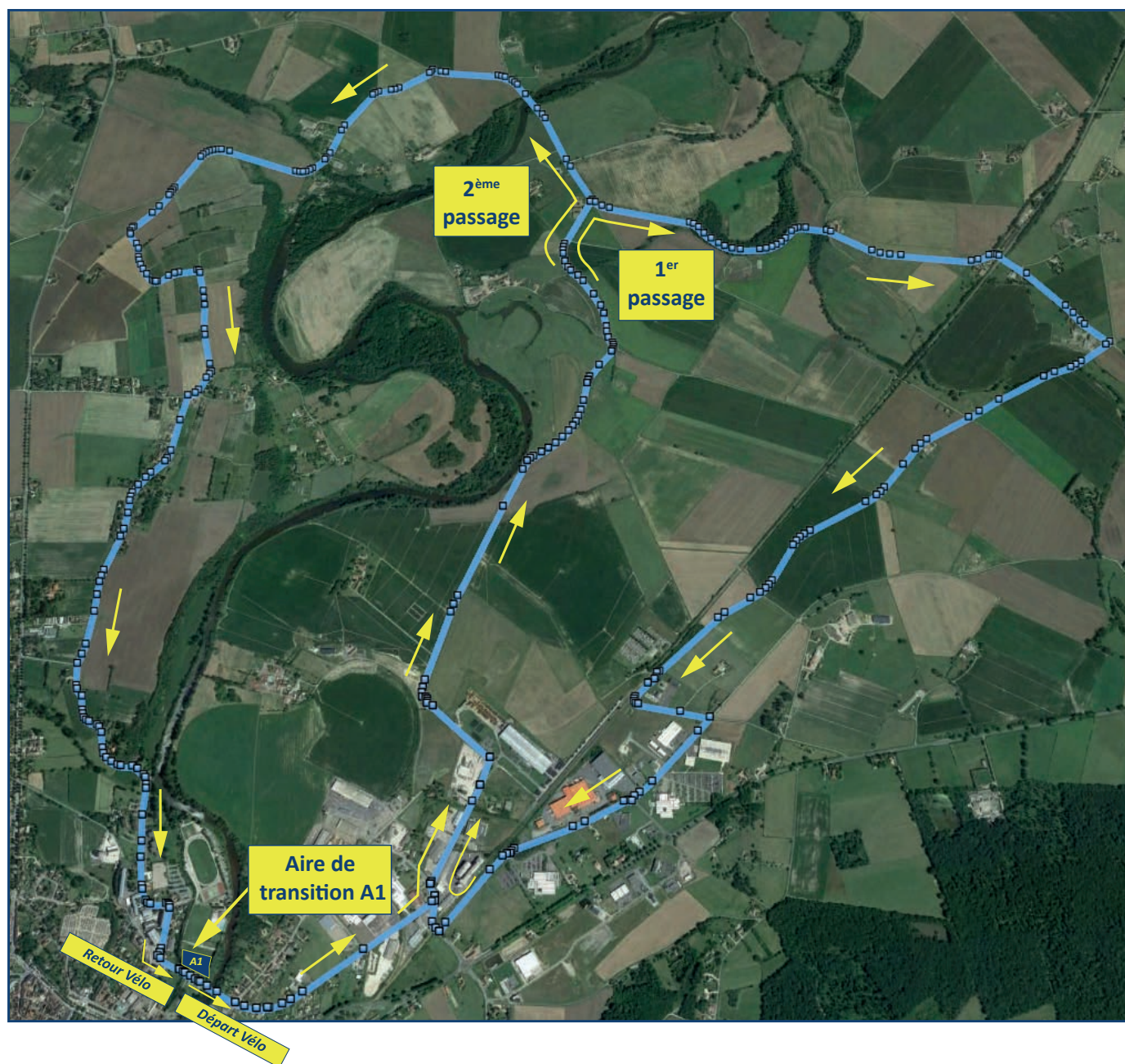
--> **Toujours nager à droite de la ligne de fond**



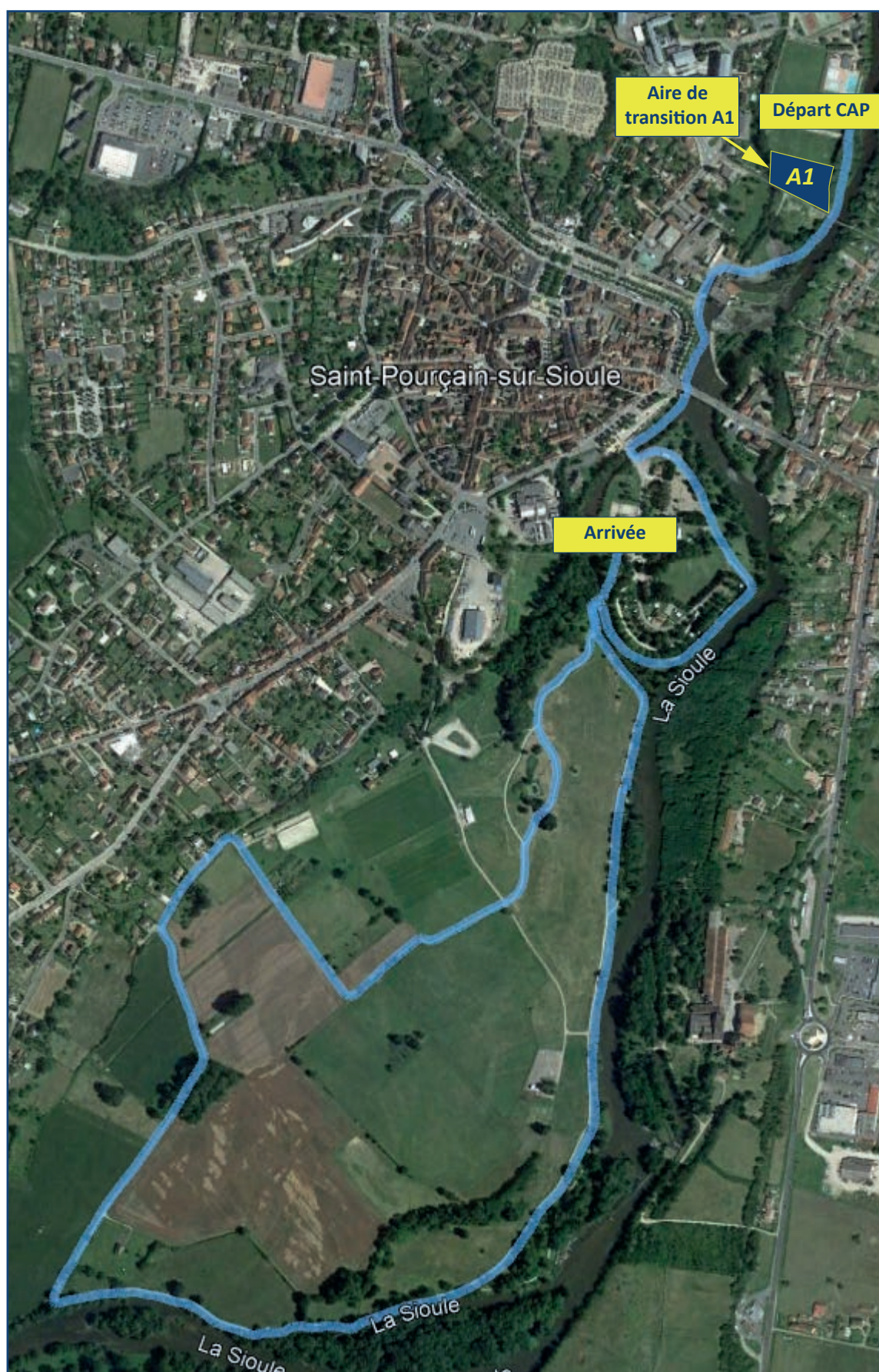
FORMAT S (CLM ET EN RELAI)

PARCOURS VÉLO - 20km avec 105m de dénivelé

Drafting interdit, vélo de chrono autorisé.



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 09h45 à 10h15

Echauffement en piscine : de 10h00 à 10h15 dans le petit bain

Départ de la course : 10h30

Le départ sera donné en format contre la montre, toutes les 30 secondes

NATATION

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

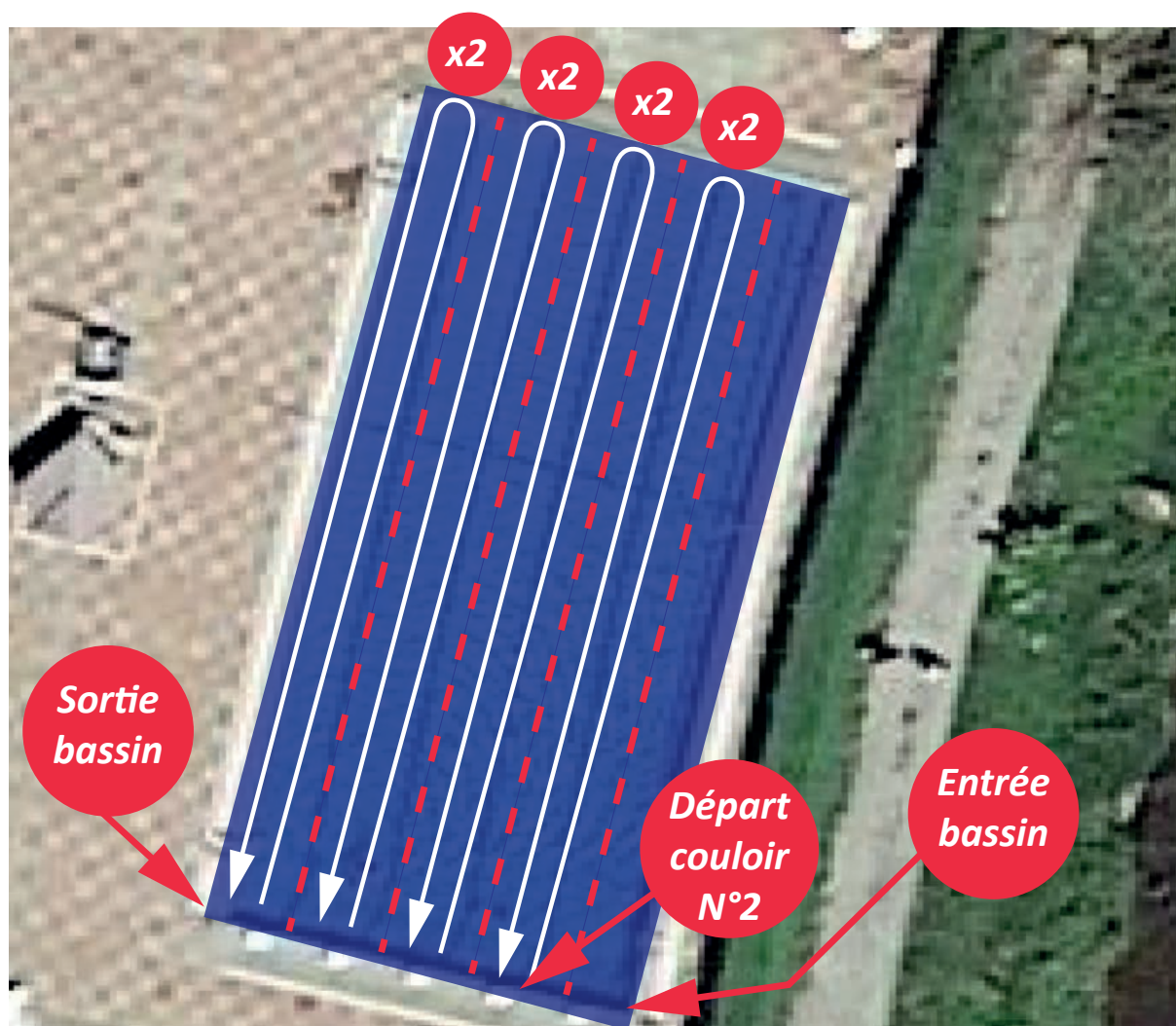
--> **2 aller-retour par ligne d'eau** (100m par ligne d'eau)

--> **Départ depuis le couloir N°2** (dans l'eau).

Le couloir N°1 sera condamné pour mise à l'eau et mise en attente des nageurs.

--> **Sortie du bassin depuis le couloir N°5**

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



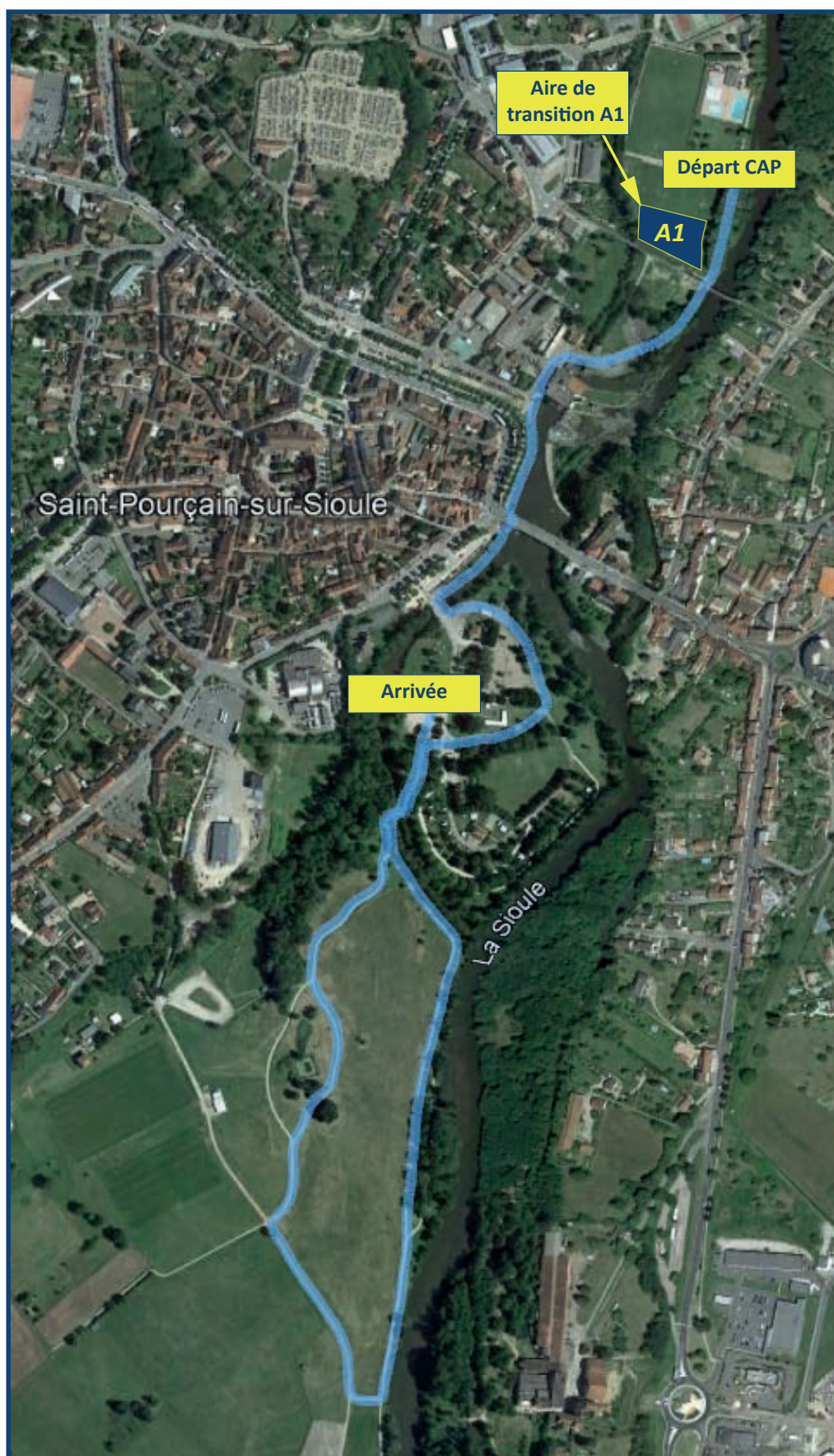
FORMAT XS

PARCOURS VÉLO - 10km avec 78m de dénivelé

Drafting interdit, vélo de chrono autorisé.



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 12h15 à 12h30 dans le petit bain

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)

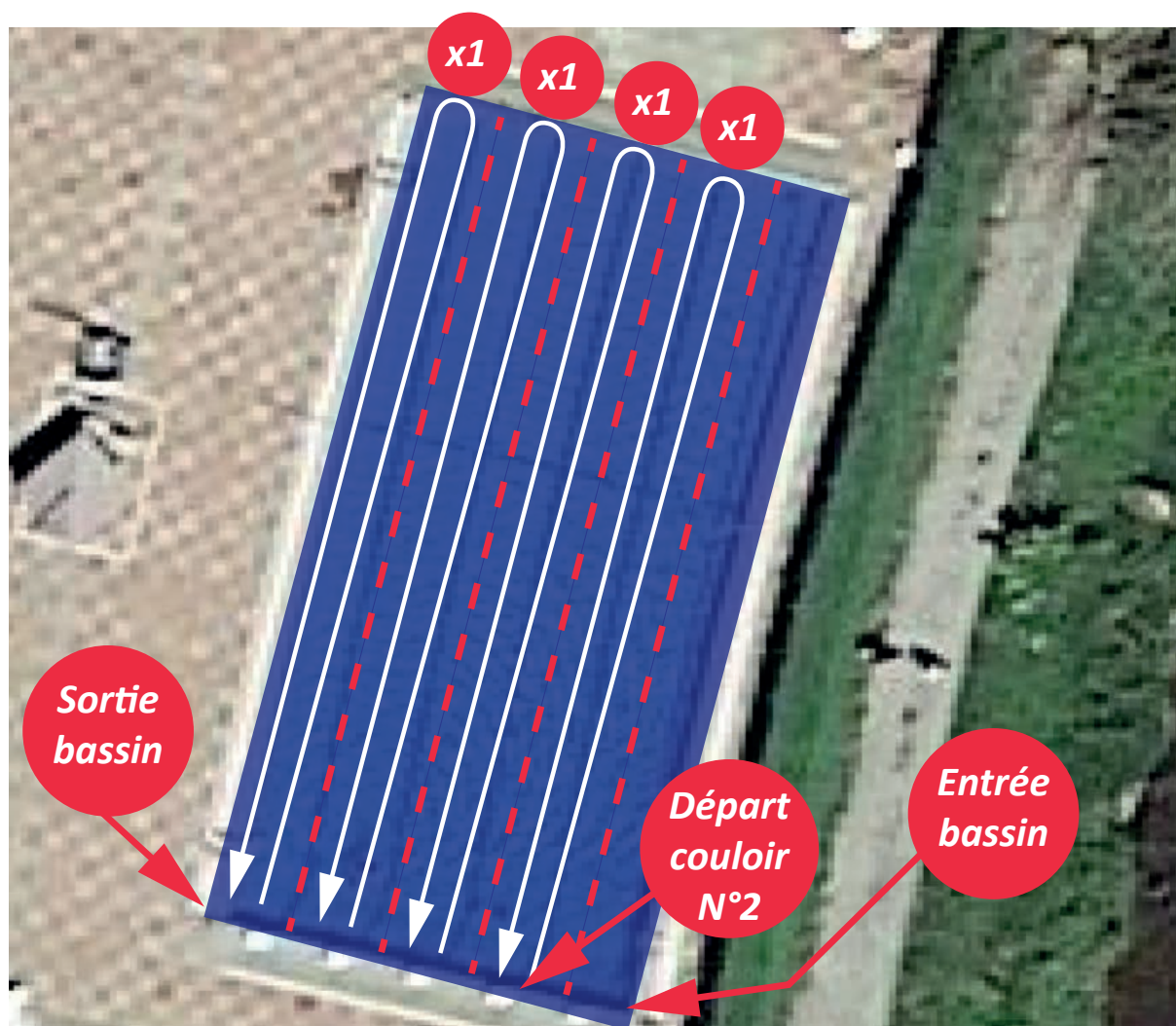
--> **1 aller-retour par ligne d'eau** (50m par ligne d'eau)

--> **Départ depuis le couloir N°2** (dans l'eau).

Le couloir N°1 sera condamné pour mise à l'eau et mise en attente des nageurs.

--> **Sortie du bassin depuis le couloir N°5**

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



FORMAT 10/13 ANS

PARCOURS VÉLO - 4km



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 13h00 à 13h15 dans le petit bain

Départ de la course : 13h30

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

NATATION

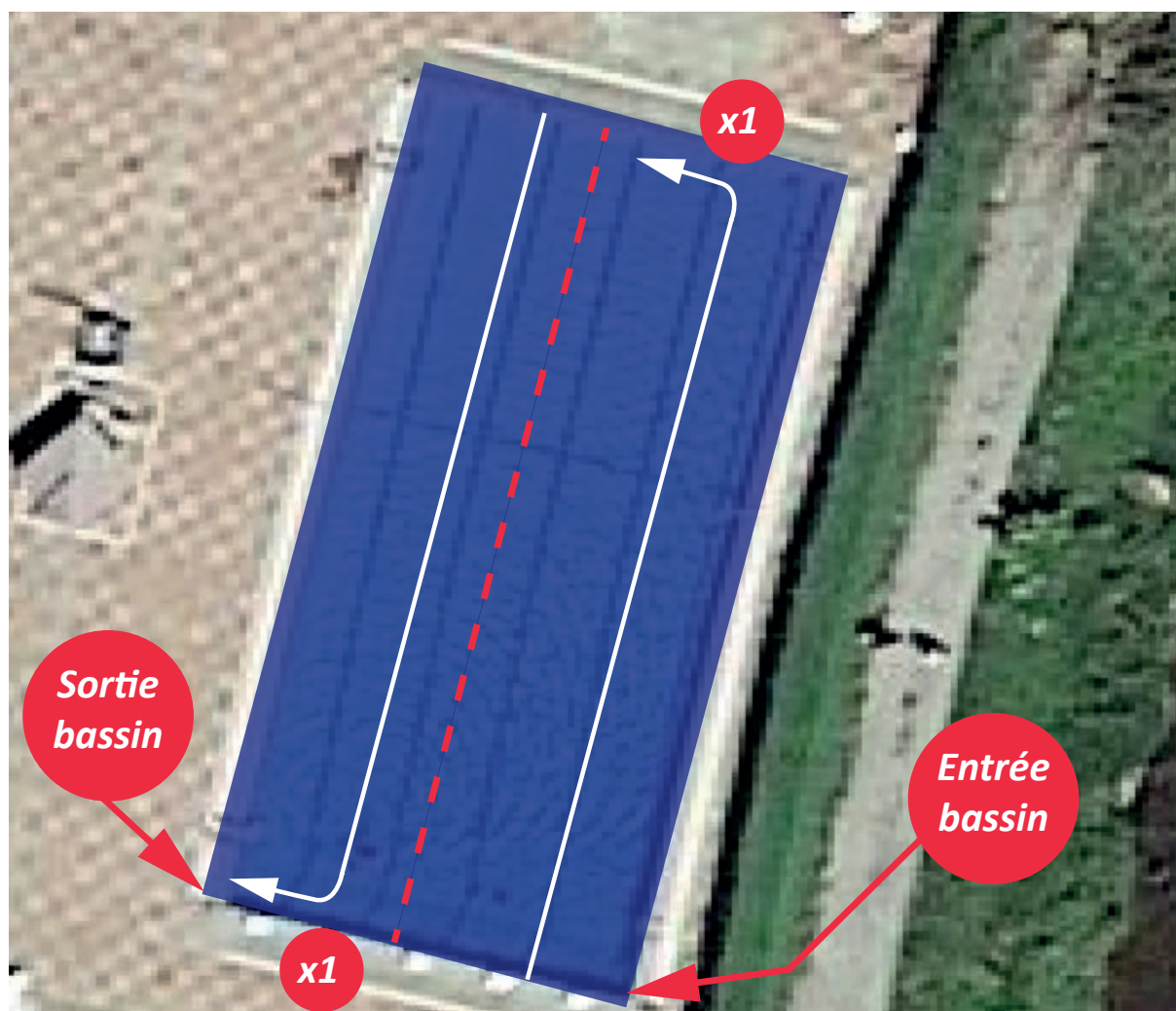
--> **Tenue** : Trifonction autorisée et bonnet obligatoire (non fourni)

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

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

--> **Sortie du bassin depuis le couloir N°5**

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

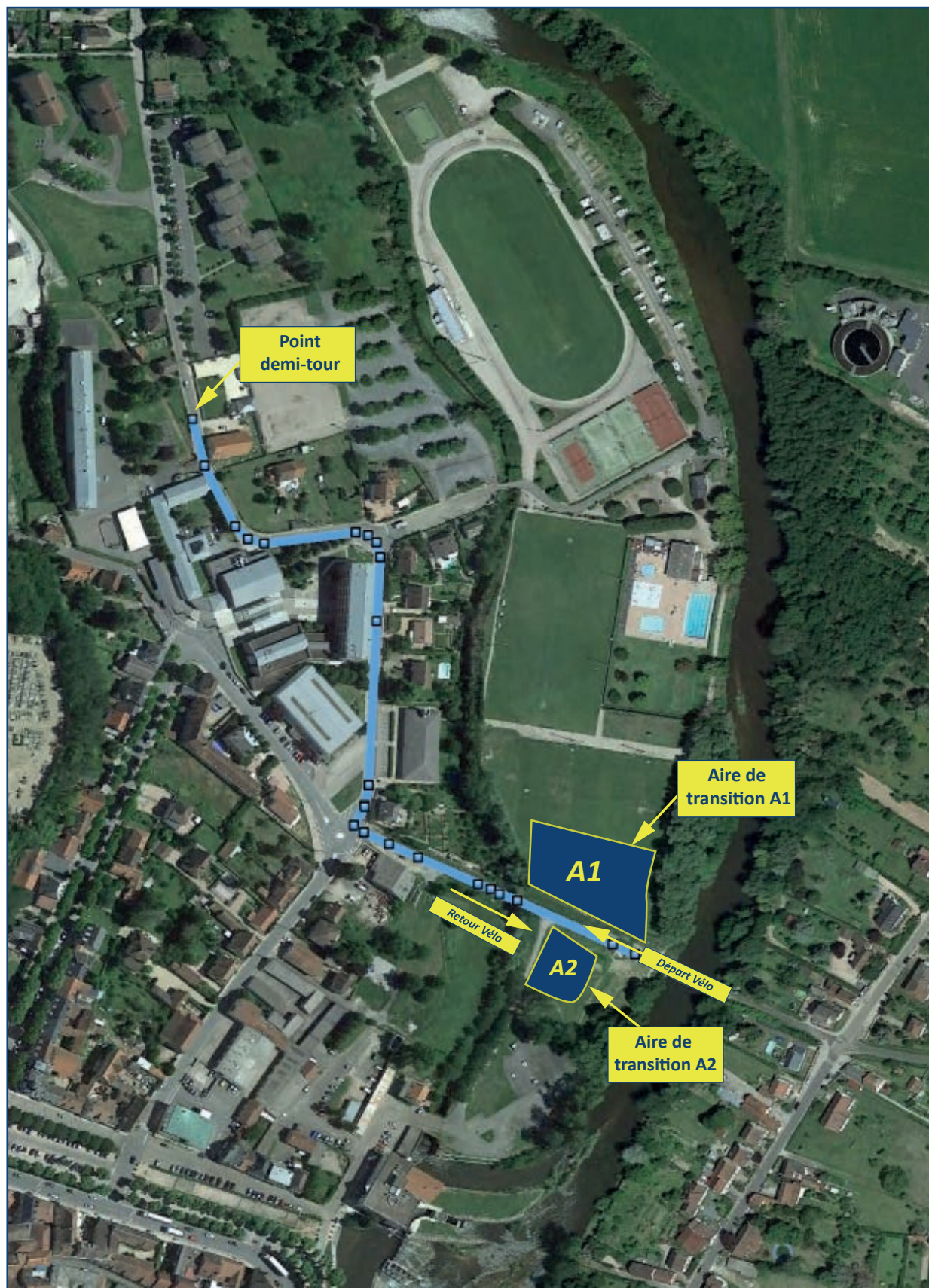


FORMAT 6/9 ANS

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 REGLEMENT

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'auraient 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 7 juillet 2024**.

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

- **JEUNES 1** : mini poussins et poussins de 6 à 9 ans (2015/2018)

Distances = 50 m / 1000 m / 500 m

- **JEUNES 2** : pupilles et benjamins de 10 à 13 ans (2011/2014)

Distances = 200 m / 4000 m / 1500 m

Une épreuve **format XS** (natation en piscine) (CLM) ouverte à partir de benjamin (2011-2012)

Distances = 400 m / 10 km / 2.5 km

Une épreuve **format S** (CLM et en relais) (natation en piscine) à partir de cadet (2008 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://www.yaka-inscription.com/triathlon-de-la-sioule-2024>.

Elles seront closes le 5 juillet 2024 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 REGLEMENT

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.scs-general.fr/le-triathlon-de-la-sioule-a63765.html>

VÉLO

Les 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 co-équipier 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 REGLEMENT

Article 7 – Récompenses

Les catégories récompensées seront :

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

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

Classement : poussins homme et femme : place 1 à 3

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

Classement : pupilles homme et femme: place 1 à 3

Classement : benjamin homme et femme: place 1 à 3

Courses XS et S

Classement homme « scratch »: place 1 à 3

Classement femme « scratch »: place 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 »: place 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.

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.

LA SIOULE EN FÊTE !



"Demandez le programme !"



SAMEDI 6 JUILLET

Programmation

Animations

- Aire de jeux gonflable, 2 € par enfant
- Accrobranche, canoë, paddle, rosalias et mini-golf au camping de la Ronde et au domaine des Perchés
- Exposition par **Synthèse Images**
- Montgolfière et paramoteur avec **Fly Challenger Paramoteur**

Buvette et Snack toute la journée

Concours de Pétanque 4 parties "ouvert à tous"

- Inscriptions à partir de 13h30, jet du but 14h30, 12 € par doublette

Animations sportives par les associations locales

- À partir de 14h, tir à l'arc, swin-golf, disc-golf, badminton
- Démonstrations activités dansées, majorettes

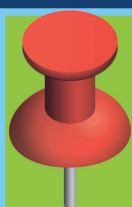
Plop Run, course colorée pour mettre des couleurs dans votre vie !

- Allure libre, environ 5 km
- Échauffement en musique à 17h et départ à 17h30
- 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 150 premiers inscrits



Soirée Festive

- Élection de Miss Saint-Pourçain à 20h, candidature par mail à l'adresse contact@ville-saint-pourcain-sur-sioule.com
- Repas du soir : moules, frites, fromage et dessert pour 16 €, vente de vin sur place, réservations auprès de l'Office de Tourisme au 04 70 45 32 73
- Concert du groupe **TAUPLESS** à 21h30



Île de la Ronde et les Cordeliers



LA SIOULE EN FÊTE !



"Demandez le programme !"



DIMANCHE 7 JUILLET

Programmation

Animations

- Aire de jeux gonflable, 2 € par enfant
- Accrobranche, canoë, paddle, rosalias et mini-golf au camping de la Ronde et au domaine des Perchés
- Exposition par Synthèse Images
- Montgolfière et paramoteur avec Fly Challenger Paramoteur
- Promenade à cheval ou à poney par Les Ecuries du Ga, à partir de 10h, 3 € par personne
- Simulateur de pêche par la Fédération de Pêche de l'Allier en partenariat avec l'association La Sirène
- À partir de 11h30, animation par le Jazz Club Saint-Pourcinois

Buvette et Snack toute la journée

Randonnée pédestre, en partenariat avec l'association Sports pour Tous

- Inscriptions à partir de 9h30 et départ à 10h pour une boucle de 6,6 km
- Ravitaillement à mi parcours, 5 € par personne

Triathlon de la Sioule

- Voir affiche au verso

Escape Game - La Caravelle : emparez-vous du trésor du Capitaine !

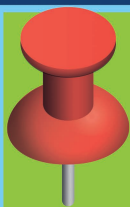
- À partir de 14h, de 2 à 5 pirates par équipage, 5 € par pirate, réservations par mail à l'adresse contact@scsp-general.fr puis sur place au chalet d'accueil

Concours de Pétanque 4 parties "ouvert à tous"

- Inscriptions à partir de 13h30, jet du but 14h30, 12 € par doublette

Concours et défilé de radeaux

- À 15h, inscriptions par mail à l'adresse contact@ville-saint-pourcain-sur-sioule.com



Île de la Ronde et les Cordeliers

