

## Règles de compétition de Triathlon Québec

Document approuvé par le comité technique de Triathlon Québec le 30 avril 2024 et entériné par le conseil d'administration le 8 mai 2024

# SECTION : COUPE QUÉBEC JEUNESSE ET JUNIOR / JEUX DU QUÉBEC / SÉRIE GRAND PRIX

### 17.1. Généralités

- a. Cette section rassemble les règles de compétition spécifiques aux épreuves de la série Coupe Québec Jeunesse U13 et U15 (CQJ), Junior (CQJR), celles des Jeux du Québec (JQ) ainsi que celles de la série Grand Prix (GP). La portion vélo de ces épreuves est généralement avec sillonnage, sauf avis contraire. Ces règles sont complémentaires ou remplacent certaines règles de compétition de ce présent document.

### 17.2. Uniforme de compétition (trisuït)

- a. La validation de l'uniforme se fait à l'entrée de la zone de transition.
- b. **Manches longues** : le port d'un uniforme avec manches couvrant les épaules et les bras au-dessus des coudes est interdit en tout temps.
- c. **Jambières de compression** : le port de jambières de compression sous les genoux est interdit lors de la natation lorsque le port de la combinaison isothermique n'est pas autorisé.
- d. L'uniforme de compétition des athlètes doit se conformer aux règles suivantes :

#### ***Pour tous\****

- (i) l'uniforme peut être composé d'une ou deux pièces;
- (ii) la fermeture éclair peut être située à l'avant ou à l'arrière;
- (iii) l'uniforme devrait être identifié au nom de famille de l'athlète à l'avant et à l'arrière. Dans ce cas, le dossard de course n'est pas obligatoire lors de la course à pied. Dans le cas contraire, le port du dossard est obligatoire, sauf avis contraire du délégué technique de Triathlon Québec.

*\* Bien que les uniformes respectant les points énumérés ci-dessus soient acceptés, nous recommandons fortement à tous les athlètes participant aux épreuves des séries CQ Junior et Grand Prix de suivre les règles suivantes :*

- (i) l'uniforme doit être composé d'une seule pièce;
- (ii) la fermeture éclair doit être située à l'arrière et avoir 40 cm de longueur maximum;
- (iii) l'uniforme doit être identifié au nom de famille de l'athlète à l'avant et à l'arrière.

### 17.3. Pénalités

- a. Les pénalités varient selon le type d'infraction :
  - (i) **infractions pour sillonnage (carton bleu) lors des épreuves sans sillonnage** : Une (1) minute de pénalité pour les distances sprint et moins .

(ii) **autres infractions** : 10 secondes de pénalité pour les distances sprint et moins. Voici les principales infractions (référez-vous à l'Annexe K pour la liste complète) :

- Infractions commises aux lignes d'embarquement et de débarquement;
- Équipement déposé à l'extérieur de sa zone ou du bac lors des transitions;
- Faux départ (pénalité purgée à la T1);
- Casque détaché en possession du vélo.

(iii) **infractions liées au départ de natation** : l'athlète purge cette pénalité à son emplacement dans la zone de transition en T1. Démarche : l'officiel siffle (si possible), montre un carton jaune, appelle le numéro de l'athlète et chronomètre la pénalité de temps à partir du moment où l'athlète est immobile. L'athlète ne peut toucher à son équipement.

(iv) **autres infractions** : l'athlète ne sera pas avisé de l'infraction. L'athlète est responsable de regarder le tableau des pénalités sur le parcours de course à pied pour voir si son numéro de dossard y figure. Si tel est le cas, c'est qu'il a commis une infraction. Il doit donc s'arrêter à la zone de pénalité pour purger sa pénalité.

#### **17.4. Procédures à suivre pour purger une pénalité**

a. Les pénalités sont purgées dans la zone de pénalité située sur le parcours de course à pied, sauf avis contraire du délégué technique de Triathlon Québec.

(i) lorsque le numéro de dossard de l'athlète est affiché sur le tableau situé à la zone de pénalité, celui-ci doit s'arrêter pour purger sa pénalité. Si le parcours comporte plusieurs boucles, il peut s'arrêter à la boucle de son choix;

(ii) le temps de la pénalité débute lorsque l'athlète est immobile dans la zone de pénalité et se termine lorsque l'officiel en donne le signal. L'athlète est alors autorisé à poursuivre sa course. Si l'athlète bouge ou quitte la zone, le décompte sera arrêté et l'officiel demandera à l'athlète de revenir à sa position. Une fois la demande respectée par l'athlète, le décompte reprendra;

(iii) il est de la responsabilité de l'athlète de regarder le tableau des pénalités et de s'arrêter si son numéro y figure. Un manquement à cette règle entraînera automatiquement une **disqualification**.

#### **17.5. Conduite à la natation**

a. Procédure de départ

(i) Lorsqu'il y a présentation officielle des athlètes, ceux-ci sont convoqués pour s'aligner en ordre croissant selon leur numéro de dossard. Une fois nommé, l'athlète sélectionne sa position de départ. Une fois sa position sélectionnée, il ne peut changer.

b. Port de la combinaison isothermique

- (i) Pour les athlètes de ces catégories, le port de la combinaison isothermique est régi comme suit :

<b>Interdit (T° égale et au-dessus de)</b>	<b>Obligatoire (T° égale et en-dessous de)</b>
20 °C	15,9 °C

- (ii) En aucune circonstance, le port de la combinaison isothermique n'est accepté lorsque la température ajustée de l'eau **excède 20 °C**, sauf avis contraire du délégué technique de Triathlon Québec. Consultez le tableau au point 4.3 des présentes règles concernant la température ajustée de l'eau.

c. Ordre de départ

***CQ Jeunesse et Junior/ Jeux du Québec***

- (i) L'attribution de l'ordre de départ et des emplacements dans la zone de transition est aléatoire, sauf avis contraire du délégué technique de Triathlon Québec.

***Série Grand Prix***

- (i) L'attribution de l'ordre de départ et des emplacements dans la zone de transition se fait comme suit, sauf avis contraire du délégué technique de Triathlon Québec :
- Les athlètes ayant un classement mondial de World Triathlon, en ordre d'apparition;
  - Pour la première étape : le classement de la série Grand Prix de la dernière saison;
  - Pour les étapes suivantes : le classement de la série Grand Prix de la saison en cours;
  - Les autres athlètes se voient attribuer un emplacement de départ et de transition de façon aléatoire.

**17.6. Équipement vélo**

a. Roues

- (i) Dans tous les cas, la largeur des pneus doit être égale ou supérieure à 23 mm.

***CQ Jeunesse / Jeux du Québec***

- (i) Les athlètes peuvent utiliser soit des roues standards répondant aux critères ci-dessous soit des roues non standards\* (voir description ci-dessous) ayant une **hauteur maximale de jante de 40mm**. La mesure ne tient pas compte du pneu.

*\*Un modèle de roues non standards qui n'apparaît pas sur l'une des deux listes de modèles préalablement approuvés par l'Union cycliste internationale (UCI) sera refusé lors des épreuves avec sillonnage. L'athlète ne pourra pas prendre le départ de la course (voir le point « Roues non standards » ci-dessous).*

### **Coupe Québec Junior / série Grand Prix**

- (i) Les athlètes peuvent utiliser soit des roues standards répondant aux critères ci-dessous soit des roues non standards\* (voir description ci-dessous). Il n'y a aucune limite pour la hauteur de la jante. La mesure ne tient pas compte du pneu.

*\*Un modèle de roues non standards qui n'apparaît pas sur l'une des deux listes de modèles préalablement approuvés par l'Union cycliste internationale (UCI) sera refusé lors des épreuves avec sillonnage. L'athlète ne pourra pas prendre le départ de la course (voir le point « Roues non standards » ci-dessous).*

#### **Roues standards**

- (i) Selon l'article 5.2.e)(vi) des règles de compétition de World Triathlon, les roues standards n'ont pas besoin de faire l'objet de tests de sécurité et sont donc autorisées en tout temps. Les roues sont dites standards si elles répondent aux critères suivants :

- Les deux roues doivent avoir un diamètre compris entre 70 cm maximum et 55 cm minimum, incluant le pneu;
- Les deux roues doivent être de même diamètre;
- Les roues doivent posséder au moins 20 rayons métalliques;
- La hauteur des jantes ne doit pas excéder 25 mm;
- Les jantes doivent être en aluminium;
- Toutes ses composantes doivent être identifiables et disponibles commercialement.

#### **Roues non standards**

- (i) Pour tout autre modèle de roue, seul ceux qui ont été approuvés préalablement par l'Union cycliste internationale (UCI) sont acceptés lors des épreuves avec sillonnage. Ces roues, considérées comme non standards, doivent avoir subi, avec succès, un test de rupture pour être autorisées en compétition;
- (ii) Les roues non standards doivent figurées sur l'une des deux listes des roues homologuées par l'UCI. Une liste inclut les modèles homologués avant le 1<sup>er</sup> janvier 2016 et l'autre liste inclut les modèles homologués après cette date;
- (iii) Ces listes évolueront dans le temps et doivent être considérées comme les seules sources pour vérifier si un modèle est approuvé. Ces listes sont disponibles sur le site de l'UCI. Le site Web [wheellist.info](http://wheellist.info) peut aussi être utilisé pour effectuer la vérification;
- (iv) Un modèle qui n'apparaît pas sur l'une des deux listes sera refusé lors des épreuves avec sillonnage. L'athlète ne pourra donc pas prendre le départ de la course.

#### **b. Guidons**

##### **CQ Jeunesse / Jeux du Québec / CQ Juniors / Série Grand Prix**

- (i) **pour toutes les épreuves, avec ou sans sillonnage** : seuls les guidons courbés traditionnels sont permis. Les bouts du guidon doivent être bouchés. Les barres aérodynamiques amovibles (barres aéro) sont interdites en tout temps.

c. Pédales

***Pour tous***

- (i) Les pédales à plateforme sont permises;
- (ii) Les pédales à cage **avec sangle** sont interdites. Celles **sans sangle** sont autorisées;
- (iii) Tous les systèmes de pédales à clip (route et montagne) sont permis.

d. Équipement illégal

- (i) Parmi l'équipement illégal, on compte, entre autres, les éléments suivants :

- écouteurs, casque d'écoute, bouchons d'oreilles techniques, casque intelligent activé ou écouteurs à conduction osseuse qui sont insérés dans, ou qui couvrent les oreilles;
- contenants en verre;
- miroirs, en tout temps;
- Casque aérodynamique lors des courses avec sillonnage;
- vélo ou parties du vélo non conforme aux règles en vigueur.

### **17.7. Conduite en zone de transition**

a. Règles spécifiques

- (i) les athlètes ne doivent utiliser que le support à vélo qui leur a été attribué et ils doivent y accrocher leur vélo de la façon suivante :

- a. Sur un support à vélo traditionnel :

- i. En T1 : Le vélo doit être accroché à la tige horizontale du support par le devant de la selle. La roue avant doit pointer vers le couloir de course au milieu de la zone de transition. Des exceptions peuvent s'appliquer.
- ii. En T2 : Le vélo peut être accroché soit par le devant de la selle soit par le guidon. Si c'est par le guidon, les deux leviers de freins doivent être accrochés. Le vélo ne doit pas bloquer ou interférer le progrès des autres compétiteurs.

- b. Sur un support à vélo individuel :

- i. En T1 : Le vélo doit être accroché par la roue arrière.
- ii. En T2 : Le vélo peut être accroché par n'importe quelle roue, soit la roue avant ou la roue arrière.

- (ii) seul l'équipement qui est utilisé au cours de la compétition peut être laissé dans la zone de transition. Tous les autres effets personnels et équipements doivent être enlevés avant le début de la course;

- (iii) Le délégué technique peut autoriser un entraîneur reconnu à replacer une pièce d'équipement qui serait tombée, à réparer les pneus crevés ou à remplacer la ou les roues de son athlète si l'incident se produit avant l'arrivée du premier athlète en T1.

- (iv) l'inspection de l'équipement (roues, uniforme, casque, **barres-aéres**, etc.) se fait à l'entrée de la zone de transition;
- (v) **si le bac n'est pas utilisé** : Les athlètes doivent placer tout l'équipement qui est utilisé au cours de la compétition à moins de 0,5 mètre du support où est accroché leur vélo;
- (vi) **si le bac est utilisé** : Les athlètes doivent placer leur bac et tout l'équipement qui sera utilisé pendant la compétition à moins de 0,5 mètre du support où est accroché leur vélo. Pendant la compétition, les athlètes doivent déposer l'équipement utilisé à la dernière étape à l'intérieur de leur bac (combinaison isothermique, bonnet et lunettes de natation après la T1 et casque de vélo après la T2), à l'exception des souliers vélo qui peuvent rester fixés aux pédales après la T2. S'ils ne sont pas fixés aux pédales, les souliers doivent être déposés dans le bac. Un équipement est considéré à l'intérieur du bac lorsqu'une partie de celui-ci est à l'intérieur du bac;
- (vii) pour la série Grand Prix, les emplacements dans la zone de transition sont identifiés selon la procédure déterminée au point 16.5.c.

#### **17.8. Station de roues**

- a. Une station de roues peut être aménagée sur le parcours vélo à la discrétion du délégué technique de Triathlon Québec.
- b. Les athlètes ou leurs entraîneurs sont responsables d'enregistrer et d'identifier les roues par équipe ou par athlète lors de l'entrée dans la zone de transition.
- c. Les roues doivent être conformes aux règles de compétition de TQ ou de World Triathlon, le cas échéant.

#### **17.9. Protêts et appels**

- a. Pour les événements de niveau québécois, tout athlète désirant déposer un protêt ou faire appel d'une décision peut le faire en suivant la procédure en vigueur selon les *règles de compétition de TQ* précisées aux points 8 et 9 des présentes règles. Référez-vous à ces points pour plus de détails.

#### **17.10. Arrivée**

- a. Une fois la ligne d'arrivée franchie, les athlètes doivent obligatoirement garder leur uniforme de compétition (trisuït) jusqu'à l'extérieur de l'aire d'arrivée.

#### **17.11. Décorum**

- a. Les athlètes doivent avoir le torse couvert et une attitude responsable lors des différentes cérémonies protocolaires.