

Maison Régionale des Sports / 2 Avenue de l'Université / 33400 - Talence
Tel : 05 57 22 42 17 / Email : contact@triathlonlacanau.fr

Règlement Triathlon de Lacanau

11^e édition, 2 & 3 mai 2026

Préambule

Les épreuves du Triathlon de Lacanau sont soumises aux règlements de la FFTRI.

En s'inscrivant et prenant part aux épreuves du Triathlon de Lacanau, chaque athlète reconnaît avoir pris connaissance du présent règlement et s'engage à le respecter dans sa totalité. Il est de la responsabilité de chaque athlète d'en prendre connaissance avant son épreuve.

Règles générales & sportives

Article 1 : Inscriptions

Les frais d'inscription couvrent uniquement la participation à la compétition. Ils ne comprennent aucun frais de transport, d'hébergement ou de repas ni aucun frais médicaux (soins prodigués sur site, rapatriement...), lesquels demeurent à la charge du concurrent.

Les inscriptions se font en ligne en passant par le site internet de l'épreuve (<https://triathlonlacanau.fr/>). La clôture des inscriptions est fixée au dimanche 26 avril à 23h59.

Des inscriptions seront possibles sur place, sous réserve de dossards encore disponibles.

Tableau du tarif des épreuves

Épreuves	Tarifs		Licence Expérience (uniquement si licencié loisir ou non-licencié)	Nombre de participants maximum
	Avant le 01/01/2026	À partir du 01/01/2026		
Triathlon M Individuel	55 €	65 €	22 €	895
Triathlon M Relais	75 €	85 €	5 €	55 équipes
Triathlon L Individuel	130 €	140 €	40 €	895
Triathlon L Relais	160 €	170 €	10 €	55 équipes

Maison Régionale des Sports / 2 Avenue de l'Université / 33400 - Talence
Tel : 05 57 22 42 17 / Email : contact@triathlonlacanau.fr

Épreuves	Tarifs	Licence Expérience (uniquement si licencié loisir ou non-licencié)	Nombre de participants maximum
Aquathlon 6/9 ans	Gratuit	4 €	60
Aquathlon 8/11 ans		4 €	60
Aquathlon 10/13 ans		4 €	60

Article 2 : Conditions d'accès aux épreuves

Tableau des conditions d'accès aux épreuves du Triathlon de Lacanau

Épreuves	Catégories	Si licencié FFTRI Compétition	Si licencié loisir ou non-licencié
Triathlon M Individuel	Juniors à Masters	Licence FFTRI	Formulaire Info Santé + Licence Expérience
Triathlon M Relais	Juniors à Masters		
Triathlon L Individuel	Juniors à Masters		
Triathlon L Relais	Juniors à Masters		
Aquathlon 6/9 ans	Mini-poussins & Poussins		Formulaire Info Santé + Autorisation Parentale + Licence Expérience
Aquathlon 8/11 ans	Poussins & Pupilles		
Aquathlon 10/13 ans	Pupilles & Benjamins		

À défaut des points ci-dessus, toute participation aux épreuves est exclue.

Les concurrents ont l'obligation de participer au briefing de la course réalisé sur le site de la manifestation quelques minutes avant le départ.

Pour faire partie du SAS Élites, les athlètes féminins ou masculins doivent être professionnels et l'attester. Tout autre athlète peut également demander de faire partie de ce SAS en transmettant 3 résultats significatifs sur des courses de même format à contact@triathlonlacanau.fr. L'organisateur se réserve alors le droit d'accorder ou non l'accès à ce SAS à l'athlète qui en fait la demande.

*Maison Régionale des Sports / 2 Avenue de l'Université / 33400 - Talence
Tel : 05 57 22 42 17 / Email : contact@triathlonlacanau.fr*

Article 3 : Exposé de course

Des exposés de course, ou « briefings », sont organisés par l'organisation pour présenter les épreuves aux concurrents avant leur départ. Ce dernier est complété par une intervention de l'arbitre principal pour rappeler quelques règles à respecter le temps de la course.

L'organisation recommande fortement aux participants d'assister aux briefings et de prendre connaissance des documents mis à leur disposition tels que le Guide de l'athlète qui sera envoyé par mail à chaque participant à l'approche de l'évènement et disponible sur le site internet de l'épreuve.

Article 4 : Identification des concurrents & chronométrage

L'organisation fournira aux athlètes un pack d'inscription comprenant notamment :

- 1 puce à positionner autour de la cheville gauche (Attention toute puce non-restituée sera facturée 30 €) ;
- 1 dossard pour le cyclisme et la course à pied ;
- 1 étiquette pour la tige de selle.

L'organisation ne fournissant qu'un seul dossard, le participant doit **prévoir obligatoirement une ceinture porte-dossard avec 3 points d'attache**.

Le chronométrage de l'épreuve sera assuré par une entreprise de chronométrage.

Article 5 : Sécurité des épreuves

Tout concurrent détectant une anomalie sur le parcours de la compétition qui serait susceptible de porter atteinte à la sécurité des athlètes est tenu d'en informer l'organisateur. Les concurrents ont l'obligation de se conformer à toute directive ou instruction qui lui est donnée par l'organisateur.

Si un concurrent est témoin d'un accident ou s'il voit une personne en détresse, il doit lui porter secours. Un autre concurrent se chargera alors de prévenir la personne de l'organisation la plus proche.

L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident ou de défaillance dû à un mauvais état de santé, d'accident provoqué par le non-respect du code de la route et des consignes des organisateurs.

L'organisation décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol d'objet y compris dans le parc à vélo.

Maison Régionale des Sports / 2 Avenue de l'Université / 33400 - Talence
Tel : 05 57 22 42 17 / Email : contact@triathlonlacanau.fr

Article 6 : Partie Natation

Le port du bonnet de bain est obligatoire (*réglementation de la FFTRI 2026*).

L'organisation ne fournit pas de bonnet de bain dans un souci « d'éco-responsabilité ». Il convient donc à chaque participant de s'équiper de son propre bonnet de bain.

Tout dispositif d'aide à la flottaison et à la propulsion (tuba, palmes, plaquettes, etc.) est interdit.

Le port de la combinaison est obligatoire si la température de l'eau est supérieure ou égale à 12°C et inférieure ou égale à 16°C et interdit si la température est supérieure à 24,5°C. Entre 16°C et 24,5°C, le port de la combinaison est toléré.

Il est conseillé aux triathlètes de ne pas porter le dossard pendant l'épreuve natation afin d'éviter de tout endommagement ou déchirure de ce dernier.

Si l'épreuve natation venait à être annulée en raison des conditions climatiques (tempêtes, température < 12 °), elle serait remplacée par 7 km de course à pied pour le Triathlon L et 5 km pour le Triathlon M.

Attention l'organisation met en place des barrières horaires :

- ⇒ Pour le Triathlon M : tout participant doit avoir quitté le parc à vélo avant 10h00
- ⇒ Pour le Triathlon L : tout participant doit avoir quitté le parc à vélo avec 10h15

Passé ces horaires, tout participant ne pourra pas s'engager sur la partie vélo et sera mis hors course (DNF (*Did Not Finish*) sur le classement).

Article 7 : Partie vélo

Le port du casque à coque rigide et homologué est obligatoire, jugulaire fermée.

Le circuit n'est pas fermé à la circulation. Le triathlète doit donc respecter le code de la route, ne pas couper les virages et rouler le plus à droite de la voie de droite de la route. L'abri aspiration (drafting) est également interdit.

Le dossard doit être visible dans le dos pendant toute la durée de la partie vélo et toute modification est interdite.

Il est demandé aux triathlètes de respecter la zone de propreté située avant et après la zone de ravitaillement. En cas de non-respect, les arbitres pourront sanctionner.

Aucun des concurrents ne peut recevoir une aide extérieure sur le parcours, que ce soit une assistance ou un accompagnement par un véhicule à moteur.

Maison Régionale des Sports / 2 Avenue de l'Université / 33400 - Talence
Tel : 05 57 22 42 17 / Email : contact@triathlonlacanau.fr

Article 8 : Partie course à pied

Le dossard doit être placé sur le devant du maillot et être parfaitement visible pendant toute la durée de la partie course à pied.

Il est interdit de sortir du parcours course à pied ou de prendre un raccourci sous peine de disqualification par les arbitres.

Des points de contrôle seront mis en place sur la boucle pour vérifier que les concurrents font bien le parcours prévu et le bon nombre de boucle.

La tenue de course à pied doit être conforme : pas de torse-nu et les bretelles doivent être gardées sur les épaules si l'on porte une tri fonction. À 100 m de l'arrivée, la tri-fonction devra être intégralement refermée (pas de restrictions sur le reste de la course).

Aucun des concurrents ne peut recevoir une aide extérieure sur le parcours, ni assistance ou accompagnement

Il est demandé aux triathlètes de respecter la zone de propreté située avant et après la zone de ravitaillement. En cas de non-respect, les arbitres pourront sanctionner.

Article 9 : Aquathlons enfants

Partie Natation

Le port du bonnet de bain est obligatoire (*réglementation de la FFTRI 2026*).

L'organisation ne fournit pas de bonnet de bain dans un souci « d'éco-responsabilité ». Il convient donc à chaque jeune de s'équiper de son propre bonnet de bain.

Tout dispositif d'aide à la flottaison et à la propulsion (tuba, palmes, plaquettes, etc.) est interdit.

Le port de la combinaison est toléré entre 16°C et 24,5°C et interdite si la température est supérieure à 24,5°C.

En-dessus de 16°C, la partie natation est annulée.

Il est conseillé aux triathlètes de ne pas porter le dossard pendant l'épreuve natation afin d'éviter de tout endommagement ou déchirure de ce dernier.

Partie course à pied

Le dossard doit être placé sur le devant du maillot et être parfaitement visible pendant toute la durée de la partie course à pied.

*Maison Régionale des Sports / 2 Avenue de l'Université / 33400 - Talence
Tel : 05 57 22 42 17 / Email : contact@triathlonlacanau.fr*

Il est interdit de sortir du parcours course à pied ou de prendre un raccourci sous peine de disqualification par les arbitres.

La tenue de course à pied doit être conforme : pas de torse-nu et les bretelles doivent être gardées sur les épaules si l'on porte une tri fonction. À 100 m de l'arrivée, la tri-fonction devra être refermée au moins jusqu'au bas du sternum.

Aucun des concurrents ne peut recevoir une aide extérieure sur le parcours, ni assistance ou accompagnement

Article 10 : Sanctions

Les procédures d'intervention des arbitres (avertissement verbal, sanction, disqualification ou mise hors course) sont applicables aux concurrents avant, pendant et après l'épreuve et ce, du retrait du dossard à la fin de la proclamation des résultats.

Au cours d'une épreuve, un concurrent peut être :

- Averti : verbalement
- Sanctionné : demande de remise en conformité par **carton jaune** ; pénalité (pour abri aspiration non autorisé sur la partie cycliste) par un **carton bleu** ; disqualification par un **carton rouge**.

Les temps de pénalité (**carton bleu**), à réaliser à la tente de pénalité située avant l'entrée du parc à vélo, sont les suivants :

- Triathlon M : 2 minutes d'arrêt à la tente
- Triathlon L : 5 minutes d'arrêt à la tente

Les décisions des arbitres sont sans appel.

Article 11 : Classement & récompenses

À l'issue de la course, les classements seront mis en ligne sur les sites internet de l'épreuve et du chronométreur.

Les catégories récompensées seront identiques sur toutes les épreuves pour les femmes et les hommes.

Pour toutes les épreuves, les récompenses ne sont pas cumulables pour un athlète classé au scratch et en groupe d'âge/catégorie.

Maison Régionale des Sports / 2 Avenue de l'Université / 33400 - Talence
Tel : 05 57 22 42 17 / Email : contact@triathlonlacanau.fr

La présence de l'athlète est obligatoire lors de la remise des prix. Les prix non remis lors du podium seront conservés par l'organisateur et ne pourront être réclamés.

Tableau des athlètes récompensés sur les épreuves individuelles

Épreuve	Scratch			Junior			Senior			Master		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Triathlon M	X	X	X	X			X			X		
Triathlon L	X	X	X	X			X			X		

Sur les Triathlon M et L Relais, les équipes récompensées seront les suivantes :

- 1^{ère} équipe 100 % féminine ;
- 1^{ère} équipe mixte ;
- 1^{ère} équipe 100 % masculine.

Pour les aquathlons enfants, chaque jeune se verra remettre une médaille à son arrivée.

Article 12 : Grille de prix

L'organisation met en place des récompenses tarifées pour les trois premières femmes et les trois premiers hommes au scratch sur les Triathlon M et L Individuel.

Épreuve	Scratch		
	1 F/H	2 F/H	3 F/H
Triathlon M	400 €	300 €	200 €
Triathlon L	1 500 €	1 000 €	750 €

Article 13 : Assurance

L'organisateur dispose d'un contrat de responsabilité civile souscrit auprès de la FFTRI qui couvre sa responsabilité civile et celle des concurrents dûment inscrits, durant toute la durée de leur compétition, pour les dommages corporels qu'ils pourraient causer accidentellement à des tiers ou se causer entre eux.

L'organisateur se dégage de toute responsabilité pour tout accident, blessure, dommage corporel, incapacité ou décès survenu à un concurrent, à l'exception des accidents inhérents à un manquement de l'organisateur à ses obligations légales et réglementaires.

*Maison Régionale des Sports / 2 Avenue de l'Université / 33400 - Talence
Tel : 05 57 22 42 17 / Email : contact@triathlonlacanau.fr*

L'organisateur décline également toute responsabilité pour toute dégradation, perte ou vol d'objet appartenant au concurrent. Il est de la responsabilité de chacun de contracter une assurance pour couvrir ces dommages.

Article 14 : Modification & annulation

⇒ Du fait du participant

Tout participant peut demander une annulation et le remboursement de son inscription jusqu'au vendredi 24 avril à 17h30 sur **présentation d'un justificatif médical. Le remboursement de l'inscription se fera alors** à hauteur des frais d'inscription moins 5 € pour frais de gestion de dossier pour les inscriptions sur le Triathlon M (Individuel ou Relais) ou moins 10 € pour frais de gestion de dossier pour les inscriptions sur le Triathlon L (Individuel ou Relais). Les frais de la plateforme d'inscription ne sont, eux, pas remboursés.

Passée la date et les conditions mentionnées ci-dessus, aucune demande d'annulation ne pourra faire l'objet d'un remboursement.

Le transfert de dossard pour l'année suivante ou une autre course n'est pas possible.

⇒ Du fait de l'organisation

L'organisateur se réserve le droit de modifier les parcours si la sécurité ou d'autres circonstances impérieuses l'exigent. En cas d'annulation pour raison de force majeure (conditions climatiques extrêmes, arrêté préfectoral par exemple) les droits d'inscriptions restent acquis à l'organisation.

Article 15 : Droit à l'image

Par leur participation aux épreuves du Triathlon de Lacanau, chaque concurrent autorise l'organisation à utiliser son image lors de l'événement sur les photos et vidéos sur lesquelles il pourrait apparaître et ce, sous quelque forme que ce soit pour une exploitation directe ou dérivée.

Cette autorisation est valable 3 ans à compter du jour de la prise de vue.

Les éventuels commentaires ou légendes accompagnant la reproduction de ces photos ne devront pas porter atteinte à votre réputation ou à votre vie privée.

*Dernière mise à jour le : 20/03/2026.
Sous réserve de modifications*