

Le Règlement

Low Triathlon

Toute inscription aux épreuves du LOW Triathlon 2026 implique l'acceptation tacite du règlement suivant :

1 - Epreuve

Le LOW Triathlon est une épreuve chronométrée, qui emprunte en grande partie des routes et des sentiers bitumés sur la commune d'Ambès (33). La distance des épreuves du LOW Triathlon varie entre la distance L, la distance M et la distance S. Les épreuves se dérouleront en une seule étape, à allure libre, en un temps limité et couplé à des barrières horaires strictes. Une autorisation parental est nécessaire pour les participants mineurs.

	Distance L	Distance M	Distance S	FAMILY
Date	Samedi 5 septembre 2026			
Heure de départ	8h15	8h00	16h15	18h00
Natation	1900m	1500m	750m	250m (adulte)
Velo	90Km	40Km	20km	2km (enfant)
Course à Pied	21km	10km	5Km	1,5km (parent +enfant)
Lieu de départ	Parc de Cantefrene			

2 - Participation

Le LOW Triathlon est ouvert à toute personne, licenciée ou non, dont l'âge minimum requis dépend de l'épreuve choisie.

On demandera une autorisation parentale pour les mineurs.

DISTANCES OFFICIELLES

DISTANCES OFFICIELLES			
DISTANCE	M	L	S
CATEGORIE	A partir de Junior	A partir de Junior	A partir de cadet
AGE	18 minimum 2008	18 minimum 2008	16 ans minimum 2010

3 - Triathlon en Semi Auto-Suffisance

Le principe de course individuelle en semi auto-suffisance est la règle retenue pour les épreuves du LOW Triathlon. Sur le parcours, des zones de ravitaillement sont approvisionnées en boissons uniquement. Il n'y aura aucun ravitaillement solide.

Chaque coureur doit veiller à disposer, au départ de chaque zone de ravitaillement, de la quantité d'eau et d'aliments qui lui est nécessaire pour rallier le point de ravitaillement suivant.

Aucune assistance n'est autorisée sur le parcours par une personne autre qu'un concurrent régulièrement inscrit sur la course.

4 - Conditions d'inscriptions

Un très bon entraînement et une réelle capacité d'autonomie personnelle sont indispensables à la réussite d'une telle aventure individuelle.

Pour s'inscrire au LOW Triathlon, il est fortement conseillé d'avoir déjà terminé au minimum :

- Pour le LOW Triathlon Distance L : Un Triathlon L sans Dénivelé.
- Pour Le LOW Triathlon Distance M : Un Triathlon M sans Dénivelé.

5 - Acceptation du Règlement et de l'Ethique

La participation au LOW Triathlon entraîne de facto l'acceptation sans réserve du présent règlement et de la charte éthique de la course consultable avant la finalisation de votre inscription.

Chaque coureur doit disposer d'un contenant dédié exclusivement à la collecte des déchets durant toute sa course.

Tout coureur pris en train de jeter sciemment ses déchets sur le parcours sera disqualifié. Tout inscrit s'engage à emprunter dans leur intégralité les chemins balisés par l'organisation sans couper. En effet, couper une route peut provoquer un accident. Le non-respect de cette directive entraînera une disqualification du coureur.

Le DRAFTING EST INTERDIT (sauf sur le S)

Règles à suivre pour le drafting sur le format S :

* Les prolongateurs vélo, type contre-la-montre ou ajouts aux guidons sont interdits. Seuls les guidons traditionnels sont autorisés. Les extrémités du guidon doivent impérativement être obturées

* Les roues lenticulaires ou à bâtons sont interdites; Les roues comportant moins de 20 rayons sont autorisées uniquement si elles figurent sur les listes actuelles homologuées par l'UCI,

Des poubelles sont disposées en grand nombre sur chaque zone de ravitaillement et doivent impérativement être utilisées en vue d'un tri sélectif des déchets par l'organisation.

Les participants devront respecter strictement le règlement de visite des sites que les parcours du LOW Triathlon empruntent.

6 - Nombre maximum de participants par course

Nb max de coureurs 500 sur chaque distance.

7 - Inscriptions

7.1 - Droits d'inscriptions pour participer aux épreuves du LOW Triathlon.

Les inscriptions se font uniquement en ligne à partir du site internet :

<https://www.lowtriathlon.com>

Les paiements se font également en ligne à partir d'une plate-forme bancaire sécurisée. Inscriptions closes pour les Triathlons au plus tard 2 jours avant la course (sous réserve de disponibilité restante des dossards).

Distance L --> 50 euros

Distance M --> 30 euros

Distance S --> 15 euros

Ce que le prix comprend :

- sécurité sur le parcours et le balisage
- Le chronométrage
- L'animation
- Dossard et stickers nécessaire
- Le ravitaillement liquide
- Les arbitres fédéraux

Ce que le prix ne comprend pas :

- les gobelets, chaque coureur devra être en possession de son propre récipient
- Le ravitaillement solide pendant et après la course
- Les médailles
- Les cadeaux participants
- Les récompenses par catégorie

7.2 Questionnaire info santé (FIS)

Dans le cadre de la loi Sport du 2 mars 2022, la Fédération Française de Triathlon, sur avis favorable de sa Commission Nationale Médicale rendu le 9 février 2023, a décidé de supprimer la présentation d'un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique sportive en compétition pour les personnes majeures

Les non-licenciés doivent fournir une LICENCE EXPERIENCE, à télécharger sur le site de la FFTRI.

Les mineurs doivent fournir une autorisation parentale.

8 - Garantie d'Annulation d'inscriptions aux Triathlons

Tout engagement est ferme et définitif et ne peut faire l'objet de remboursement ou de transfert d'inscription pour quelque motif que ce soit, sauf en cas de souscription de l'assurance annulation.

Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne sera reconnue comme unique responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve, l'organisation déclinant toute responsabilité face à ce type de situation.

Il ne sera effectué aucun remboursement même garantie annulation souscrite à partir de 3 jours avant la course.

9 - Equipement pour Le LOW Triathlon

L'utilisation de lecteurs MP3 et autres supports permettant d'écouter de la musique est formellement interdite par l'organisation.

Le port du casque est obligatoire.

La combinaison Néoprène pourra être interdite suivant la température de l'eau.
Le port du bonnet de bain est obligatoire, il n'est pas fourni par l'organisation.

10 - Dossards

Chaque coureur devra présenter une pièce d'identité avec photo au moment du retrait de l'enveloppe dossard en contrepartie de quoi lui sera remis son dossard accompagné d'un tatouage et d'étiquettes pour le casque, le vélo et le sac pour la consigne.

Le dossard doit être porté sur la poitrine ou sur le ventre et doit être visible en permanence en course à pied et dans le dos sur la partie vélo. Il doit donc être toujours positionné au-dessus de tout vêtement et ne peut en aucun cas être fixé ailleurs. Le nom et le logo des partenaires ne doivent être ni modifiés, ni cachés.

Le bracelet de chronométrage doit être porté au niveau de la cheville en permanence pendant toute la durée de la manifestation. Le bracelet est le laissez-passer nécessaire pour accéder aux navettes, bus, zone de ravitaillement, sanitaires et aires de dépôt et retrait des sacs.

11 - Chronométrage

Le chronométrage sera effectué grâce à un système de puces à mettre à la cheville gauche. Tous les inscrits se verront remettre un dossard avec une tige de selle et un tatouage. Des tapis de chronométrage seront installés sur les différents points du parcours. Un concurrent ne parcourant pas la totalité de la distance ne pourra être classé à l'arrivée. Le coureur s'engage sur l'honneur à ne pas anticiper le départ et à parcourir la distance complète avant de franchir la ligne d'arrivée.

Pour le suivi des coureurs « élites », l'Organisateur se réserve le droit de fournir une balise de géolocalisation. Cette balise est à porter obligatoirement par le coureur durant toute la durée de l'épreuve (vélo + course à pied) suivant les consignes de l'Organisation. L'utilisation de ces balises pourra servir à localiser le coureur en temps réel et à

authentifier le résultat, en vérifiant notamment que le coureur a réalisé le parcours dans son intégralité.

12 - Sécurité et assistance médicale

Sur les parties du parcours empruntant la voie publique, chaque participant devra se conformer au code de la route et sera seul responsable d'un éventuel manquement à ces règles.

Les signaleurs sont présents à des points stratégiques du parcours pour assurer la sécurité des coureurs. Chaque participant devra se conformer aux consignes données par les signaleurs.

Un poste de secours est implanté à chaque ravitaillement. Ces postes sont en liaison téléphonique avec le PC de la course. Une équipe médicale de régulation est présente pendant toute la durée de l'épreuve au PC course.

Les postes de secours sont destinés à porter assistance à toute personne en danger avec les moyens propres à l'organisation ou conventionnés. Les secouristes officiels (chef de poste) sont habilités à mettre hors course (en invalidant le dossard) tout concurrent inapte à continuer l'épreuve. Les secouristes sont habilités à faire évacuer par tout moyen à leur convenance les coureurs qu'ils jugeront en danger.

En cas de nécessité, pour des raisons allant toujours dans l'intérêt de la personne secourue, il sera fait appel à la brigade de pompier, à ce moment-là, la direction des opérations mettra en œuvre tous moyens appropriés.

Les frais résultants de l'emploi de ces moyens exceptionnels seront supportés par la personne secourue qui devra également assurer son retour du point où elle aura été évacuée. Elle pourra alors présenter un dossier auprès de son assurance individuelle accident personnelle.

Tout coureur faisant appel à un médecin ou un secouriste se soumet de fait à son autorité et s'engage à accepter ses décisions.

13 - Temps Maximum Autorisé et Barrières Horaires

Est considéré comme « finisher » le coureur réalisant la totalité du parcours.

Aucune barrière horaire sur les différentes distances.

En cas de mauvaises conditions météorologiques et/ou pour des raisons de sécurité, l'organisation se réserve le droit d'annuler et/ou d'arrêter l'épreuve en cours, voire de modifier les barrières horaires en liaison avec les préfectures concernées.

14 - Zones de ravitaillements

Les points de ravitaillement sont approvisionnés uniquement en boissons à consommer sur place et en eau plate afin de remplir sa poche ou sa gourde. Il n'y aura aucun gobelet sur les ravitaillements.

15 - Abandon et rapatriement

Sauf blessure, un coureur ne doit pas abandonner ailleurs que sur une zone de ravitaillement. Il doit alors prévenir le responsable de la zone qui récupère le dossard et la puce du coureur abandonnant.

Un coureur ayant abandonné préviendra systématiquement et obligatoirement le PC course (par téléphone ou par SMS au n° spécial indiqué sur le carnet de route et sur le dossard).

Le rapatriement sera décidé avec le chef de poste en fonction des règles générales suivantes :

Les coureurs qui abandonnent sur un autre poste de secours mais dont l'état de santé ne nécessite pas d'être évacués doivent regagner au plus vite et par leurs propres moyens le point de rapatriement le plus proche. En cas de conditions météo défavorables justifiant l'arrêt partiel ou total de la course, l'organisation assure le rapatriement dans les meilleurs délais possibles des coureurs arrêtés.

- En cas d'abandon avant un point de ravitaillement et de retour en arrière, lors de la rencontre avec les serre-files, ceux-ci récupéreront le dossard et la puce. Le coureur ne sera alors plus sous le contrôle de l'organisation. Il devra alors prévenir par tout moyen le PC course de son bon retour (par tél ou par SMS au n° spécial indiqué sur le carnet de route).

16 - Pénalisation et Disqualification

Les épreuves se disputent selon les règles édictées par la FFTRI et le règlement de l'organisation. Les concurrents s'engagent en tout état de cause à les respecter.

L'inscription d'un concurrent aux épreuves implique automatiquement et de plein droit son acceptation du règlement FFTRI et du présent règlement.

Un jury d'arbitres sera constitué par la Ligue d'Aquitaine afin d'appliquer le présent règlement et apprécier tous litiges éventuels. Les décisions sont sans appel durant les épreuves.

Ils sont seuls habilités à faire appliquer le présent règlement et les éventuelles sanctions qui découlent du non respect de celui-ci.

17 - Réclamations

Elles sont recevables par écrit dans les 72 heures après la mise en ligne des résultats provisoires sur le site de l'événement.

18 - Contrôle Anti-Dopage

Tout compétiteur peut être soumis à un contrôle antidopage. Le refus de s'y soumettre entraîne la disqualification immédiate. Tout contrôle positif entraînera l'exclusion à vie des épreuves organisées par la société T2S et l'association Aquitaine Triathlon.

19 - Modifications du parcours ou des barrières horaires/ Annulation de la Course

L'organisation se réserve le droit de modifier à tout moment le parcours et les emplacements des postes de secours et de ravitaillement, sans préavis.

En cas de conditions météo trop défavorables (forte dépression avec d'importantes quantités de pluie et de neige, fort risque orageux...), le départ peut être reporté de deux heures au maximum, au-delà, la course est annulée.

Pour la partie Natation :

Si la température de l'eau prise 1h15 avant le début de la compétition par le corps arbitral est inférieure ou égale à 12°, la Natation sera remplacée par une partie Course à Pied.

En cas de mauvaises conditions météorologiques, et pour des raisons de sécurité, l'organisation se réserve le droit d'annuler et/ou d'arrêter l'épreuve en cours, voire de modifier les barrières horaires. L'annulation, le report ou la modification de la course n'ouvrent droit à aucun remboursement d'inscription.

En cas d'une température supérieure à 24,5°, le port de la combinaison néoprène est interdit, le port d'une surtenue sans néoprène est autorisé du moment qu'elle ne recouvre pas les avant bras et les jambes en dessous du genou.

Toute décision sera prise par l'arbitre principal (AP).

20 - Assurance

Responsabilité civile : conformément à la loi, les organisateurs ont souscrit une assurance couvrant les conséquences de leur responsabilité civile, celle de leurs préposés et de tous les participants au LOW Triathlon. Un justificatif peut être fourni à tout participant qui en fait la demande. (Art. L331-9 et suivants du code du Sport, Art. A331-24 et A. 331-25 du code du sport). L'organisation décline toute responsabilité en cas de blessure dans les monuments publics, privés et les parties techniques du parcours.

Il est fortement conseillé aux participants de souscrire à une assurance individuelle accident, garantissant le versement d'un capital en cas de dommages corporels (décès ou invalidité permanente) dus à un accident survenu sur le parcours de la course.

L'organisateur décline toute responsabilité en cas de dommage (vol, bris, perte...) subis par les biens personnels des participants, même si il en a la garde. Les participants ne pourront donc se retourner contre l'organisateur pour tout dommage causé à leur équipement.

La souscription d'une assurance garantissant ces risques est du ressort de chacun.

21 - Carnet de Route

Un descriptif détaillé du parcours sera affiché au moment de la remise des dossards. Le livret coureur sera envoyé aux participants au plus tard une semaine avant. Il comprend les informations pratiques telles que les lieux de ravitaillements, les postes de secours, les postes de soins, ainsi que les lieux d'accès pour les accompagnateurs.

22 - Classement et Récompenses

Seuls les coureurs franchissant la ligne d'arrivée seront classés.

Aucun coureur « Finisher » ne recevra une dotation spécifique selon leur temps d'arrivée.

On entend par « Finisher » tous les participants ralliant la ligne d'arrivée

Un classement général homme et femme et un classement pour chaque catégorie homme et femme seront établis.

Sur la base du temps officiel, la cérémonie protocolaire réunira les 5 premiers hommes et les 5 premières femmes du classement général provisoire.

Les coureurs souhaitant monter sur le podium à la cérémonie protocolaire devront obligatoirement être présents.

23- Le Droit à l'image

Par sa participation au LOW Triathlon chaque concurrent autorise expressément l'organisation (ou ses ayants droits) à utiliser, faire utiliser, reproduire ou faire reproduire son nom, son image, sa voix et sa prestation sportive en vue de toute exploitation directe ou sous forme dérivée de l'épreuve et ce, sur tout support, dans le monde entier, par tous les moyens connus ou inconnus à ce jour, et pour toute la durée de protection actuellement accordée à ces exploitations directes ou dérivées par les dispositions législatives ou réglementaires, les décisions judiciaires et/ou arbitrales de tout pays ainsi que par les conventions internationales actuelles ou futures, y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée.

24- La CNIL

Conformément à la loi Informatique et Liberté du 6 janvier 1978, modifiée par la loi n°2004- 801 du 6 août 2004, relative à l'informatique, les inscrits disposent d'un droit d'accès et de rectification aux données personnelles les concernant. Par l'intermédiaire de l'organisateur, ils peuvent être amenés à recevoir des propositions d'autres sociétés ou associations. Tout refus devra nous être signifié par courrier au siège de l'Association en indiquant nom, prénom, adresse.