

DISTANCES

	Course à pied	Vélo	Course à pied
Sprint	5 km	20 km	2,5 km
Longue Distance	10 km	80 km	10 km

INSCRIPTIONS

Les inscriptions sont à envoyer à :

Dominique Prudhomme
883 Chemin de la Buisse
62110 HENIN BEAUMONT

Le nombre de concurrents est limité à **250** sur l'épreuve sprint et **300** sur l'épreuve longue distance.

L'épreuve sprint est ouverte à partir de la catégorie cadet (Nés en 1992 ou avant), aux licenciés et non licenciés.

Les droits d'inscription restent acquis en cas de désistement quel qu'en soit le motif (maladie, blessure,...)

Horaires

7.00 Ouverture du secrétariat (SPRINT ET LD)
7.15 Ouverture des parcs à vélo
8.30 Fermeture du secrétariat et du parc vélo
8.45 Briefing épreuve SPRINT (sur le point central)
9.00 Départ catégorie SPRINT
10.30 Fermeture du secrétariat et parc vélo LD
10.45 Briefing LD
11.00 Départ catégorie LONGUE DISTANCE
12.00 Remise des récompenses SPRINT
17.00 Remise des récompenses LONGUE DISTANCE

Règles de course

Cyclisme

Dossard placé sur le dos. Les vélos devront être posés sur les supports. Le port du casque est obligatoire (casques homologués). Les relais ou abris (drafting) sont interdits.
 Longue distance : un ravitaillement au km 40.

Course à pied

Dossard sur le ventre.
 Aides ou accompagnateurs interdits.
 Longue distance : 6 ravitaillements liquide/solide (un tous les 3 Kms) et un épongeage par tour.
 Sprint : un ravitaillement au départ et à l'arrivée.

Infractions

Les infractions seront sanctionnées par :

- **Carton rouge (disqualification)**
- **«Stop and GO»**
- **Carton noir (boucle supplémentaire à pied)**

Carton rouge : Départ anticipé, parcours coupé, tenue indécente, torse nu, ou dossard non porté, oubli du casque, gêne volontaire entraînant la chute d'un concurrent, abri ou appui sur véhicule (récidive), entente cordiale au détriment d'un tiers...

Stop and GO : Utilisation d'accessoires interdits, ligne de départ non respectée, aide extérieure, plaque de vélo et/ou dossard mal positionné, abri ou relais entre concurrents, abri ou appui sur un véhicule, circulation à vélo dans le parc.

Carton noir : appliqué à l'initiative de l'arbitre sur le LD en cas d'infraction, notamment en cas de drafting sur la partie cycliste. L'athlète est tenu d'effectuer une boucle de pénalité (300m) pour chaque carton noir attribué, et ce au demi-tour de la course à pied. Disqualification pour 3 cartons noirs.

Assurances et Responsabilités

Le duathlon de Douai est couvert de par son agrément F.F.TRI par l'assurance souscrite auprès de la société Marsch. Les organisateurs ne peuvent être tenus responsables des vols, des pertes et accidents consécutifs à un mauvais état de santé.

Annulations

En cas d'annulation de l'épreuve pour cas de « force majeure », les droits d'inscriptions seront remboursés.
 En cas de grosses intempéries les distances seront revues à la baisse ; les distances seront les suivantes :

- Pour le SPRINT : 2/14/1 km
- Pour le LONGUE DISTANCE : 5 /40/5

Accueil des concurrents

Pour le SPRINT, les concurrents licenciés devront présenter leur licence et une pièce d'identité.
 Les concurrents non-licenciés devront présenter un certificat médical d'aptitude à la pratique du triathlon et duathlon en compétition de moins de un an, sauf licencié F.F.A ou F.F.C, une autorisation parentale (pour les mineurs).

Pour le LONGUE DISTANCE, les concurrents devront présenter leur licence et une pièce d'identité.

Classements

Un classement scratch sera établi pour les 2 courses. Les classements suivants par catégorie seront établis : Minime H et F, Cadet H et F, Junior H et F, Senior H et F, Vétéran H et F, Handisport pour l'épreuve sprint.
 Un classement Junior H et F, Senior H et F, Vétéran H et F, handisport ainsi qu'un classement par équipes pour le duathlon longue distance (basé sur le cumul des trois meilleures places).

Récompenses

- Pas de grille de prix.

DUATHLON «sprint» et DUATHLON « LD » :

- 1 coupe aux 3 premiers au scratch et aux premiers de chaque catégorie.
- **Une paire de manchettes de vélo M9 personnalisées, aux couleurs du « duathlon de Douai », pour tous les participants du Duathlon LD, et pour les 50 premiers inscrits du Duathlon Sprint.**
- De nombreux lots de valeur seront tirés au sort. À gagner notamment : **un vélo complet d'une valeur de 1 000 € de marque « MERIDA ».** Une paire de roues de compétition.

Challenge Duath'Long

Ce challenge est basé sur les deux duathlons régionaux longue distance, Douai et Cambrai.

Le duathlon Longue Distance de Douai constitue la première étape du Challenge et la finale de celui-ci se déroulera donc à Cambrai le 5 octobre,

Un classement basé sur le cumul des places sera établi et servira de base pour désigner les vainqueurs du challenge toutes catégories confondues ainsi que dans les catégories Vétéran H et F. Des lots importants récompenseront les vainqueurs.