

**21 JUILLET
2024**

EN SOLO OU
EN TRIO

POWERED BY FFAVIRON



REGLEMENT 2024

Le triathlon hors norme "BJÖRKA X3 COURCHEVEL" est organisé par le club "COURCHEVEL SPORTS OUTDOOR TRIATHLON ET RAID" affiliée FFtri le dimanche 21 juillet 2024 à partir de 10h30.

ARTICLE 1

La compétition est soumise aux règlements de la Fédération Française de Triathlon et de la Fédération Française d'aviron.

ARTICLE 2 : Epreuves

Le maillot de cyclisme offert à tous les participants devra être **OBLIGATOIREMENT** porté sur l'intégralité de la course sauf en cas d'intempéries !

Aviron indoor sur Ergomètre : 6000 mètres dans le gymnase de l'Envolée. Le départ sera donné à 10h30. Les Ergomètres seront attribués avec le numéro de dossard. Les rameurs devront être en place à 10h15 pour un départ à 10h30. Les instructions seront données par le starter. Le dossard sera sur le ventre.

Cyclisme : 12,2 km et 750 mètres de dénivelé positif de Courchevel le Praz jusqu'à l'altiport de Courchevel. L'abri derrière ou à côté d'un autre compétiteur est interdit les concurrents ont l'obligation de respecter les règles du Code de la Route ils sont notamment tenus de rouler sur le côté droit de la chaussée, en particulier dans la montée de Courchevel. Le port du casque jugulaire serré est obligatoire. Il est interdit aux concurrents d'être suivis par tout véhicule quel qu'il soit ne faisant pas partie de l'organisation. Le dossard sera sur le dos et la plaque vélo positionnée sur le guidon.

Trail : 9,6km et 550 m D+ départ et arrivée de l'altiport de Courchevel sur chemin de trail (Bâtons interdits). Dossard sur le ventre.

ARTICLE 3 : Parcs de transitions

Deux parcs de transitions seront disposés.

Le premier à Courchevel Le Praz dans la raquette d'arrivée des tremplins olympiques de saut à ski, le second à Altiport. (Prévoir une caisse étanche ou bâche de protection en cas d'intempéries pour stocker le matériel).

Après avoir récupéré les dossards au K120 à Courchevel Le Praz le samedi de 14h à 19h ou 2h avant l'épreuve le jour de la course, les concurrents iront déposer au parc n°2 à l'altiport de Courchevel leurs affaires de course à pied. Ils pourront y laisser leur voiture et redescendre jusqu'au départ à Courchevel Le praz en vélo (temps de descente 40 minutes à vélo). Prévoir une bonne heure pour faire l'aller-retour. Parc ouvert le dimanche 21 juillet à partir de 7h.

ARTICLE 4 : Inscription

Inscription en ligne uniquement jusqu'au Dimanche 14 juillet à minuit dans la limite des places disponibles.

Tarif individuel "Solo" : 45 euros

Tarif équipe "Trio" : 105 euros

La course est ouverte pour les participants :

En individuel = né en 2008 et avant

En relais = né en 2012 et avant.

Les mineurs nés après 2007 (inclus) peuvent s'inscrire uniquement en relais avec une autorisation parentale obligatoire.

NOTE : Le tarif du pass compétition (2€) est offert aux non licenciés FFTRI compétition.

ARTICLE 5 : Retrait dossards

Les dossards seront distribués :

A la salle de l'Alpinium située à Courchevel Le Praz au pied des tremplins de saut à ski le samedi 20 juillet de 14h à 19h et le dimanche 21 juillet de 7h à 9h à l'entrée du gymnase de l'Envolée.

Les concurrents devront présenter **une pièce d'identité et leur licence FFTRI compétition** ou à défaut un certificat médical de "non contre-indication à la pratique du sport d'endurance en compétition ou du sport de la discipline concernée (pour le relais) en compétition" datant de moins d'un an à la date d'inscription à l'épreuve.

Pour le relais, les détenteurs de licence FFAviron, FFCyclisme ou FFAthlétisme sont dispensés du certificat médical uniquement sur la discipline concernée.

Une autorisation parentale doit être fournie pour les mineurs nés après 2006 (inclus).

ATTENTION : PAS D'INSCRIPTION LE JOUR DE LA COURSE.

ARTICLE 6

Organisation de l'épreuve :

20 juillet :	De 14h à 19h	Distribution des dossards	Alpinium
21 juillet :	De 7h à 9h	Distribution des dossards	Entrée gymnase de l'Envolée
	7h00	Ouverture des parcs de transitions	Le Praz / Altiport
	9h25	Briefing coureurs Vague1	Au départ de l'aviron
	9h30	Départ 1ère vague	Gymnase de l'Envolée
	10h15	Briefing coureurs Vague2	Au départ de l'aviron
	10h20	Départ 2ème vague	Gymnase de l'Envolée
	11h05	Briefing coureurs Vague3	Au départ de l'aviron
	11h10	Départ 3ème vague	Gymnase de l'Envolée
	9h50	Arrivée du 1er rameur et départ vélo	Courchevel le Praz
	10h30	Arrivée du 1er cycliste et départ Trail	Altiport
	10h55	Arrivée du 1er traileur	Altiport
	15h30	Clôture de l'épreuve	Altiport
	14h30	Ouverture du repas	Envolée
	15h00	Remise des prix	Envolée
	16h	Fermeture du Parc de transition 2	Altiport
	16h	Fermeture du parc de transition 1	Courchevel Le Praz

ARTICLE 7

Médaille / Maillot vélo :

- Une médaille BJÖRKA X3 FINISHER sera offerte à l'arrivée à tous les participants.
- Un maillot de vélo sera offert à tous les participants lors du retrait des dossards

ARTICLE 8

Classement :

Un classement sera effectué pour les catégories "SOLO Homme", "SOLO Femme", "TRIO Hommes", "TRIO Femmes" et "TRIO Mixtes" :

- "SOLO Homme ou Femme" : Le concurrent ou la concurrente sera seul pour enchaîner les sections AVIRON, CYCLISME et TRAIL.
- "TRIO Hommes" : Le concurrent de la section AVIRON donne le relais à son deuxième équipier pour la section CYCLISME qui donne le relais au troisième équipier pour la section TRAIL.
- "TRIO Femmes" : La concurrente de la section AVIRON donne le relais à sa deuxième équipière pour la section CYCLISME qui donne le relais à la troisième équipière pour la section TRAIL.
- "TRIO Mixtes" : Le concurrent ou la concurrente de la section AVIRON donne le relais à son ou sa deuxième équipier (ère) pour la section CYCLISME qui donne le relais à le ou la troisième équipier (ère) pour la section TRAIL.
- Pour ceux qui ne peuvent pas composer une équipe de trois, il est possible de participer en "DUO" (1 des deux équipiers doit enchaîner 2 épreuves). Attention, les équipes "DUO" seront classées avec les équipes "TRIO" et le prix de l'inscription reste à 105€ pour les équipes "DUO".
- Il n'est pas possible pour le rameur de s'inscrire en « TRIO » et en « SOLO ». C'est-à-dire que le rameur ne peut pas passer le relais à son équipe et continuer la course en « SOLO ».

ARTICLE 9

Récompenses :

Pour l'épreuve "Solo", le podium homme et femme sera récompensé par un prize money (1e : 500€, 2e : 300€ et 3e : 100€).

Pour l'épreuve " Trio", les 3 premières équipes hommes, femmes & mixtes seront récompensées par un prize money (1e : 300€, 2e : 150€ et 3e : 75€).

Le record homme et femme sur chaque discipline (Aviron/Cyclisme / Trail) sera récompensé par des lots et un Prize Money de 50€.

Présence obligatoire à la remise des récompenses pour les trois premiers de chaque catégorie.

ARTICLE 10

Avec les dossards, une puce électronique pour le chronométrage sera remise aux coureurs et devra être rendue à l'arrivée. La puce non rendue sera facturée au coureur 60€.

ARTICLE 11

- Les concurrents devront présenter une pièce d'identité et leur licence FFTRI compétition ou à défaut un certificat médical de "non contre-indication à la pratique du sport d'endurance en compétition ou du sport ou de la discipline concernée (pour le relais) en compétition" datant de moins d'un an à la date d'inscription à l'épreuve.
- Pour le relais, les détenteurs de licence FFAviron, FFCyclisme ou FFAthlétisme sont dispensés du certificat médical uniquement sur la discipline concernée.
- Le concurrent doit avoir une assurance individuelle accident. Un « pass compétition » sera automatiquement décerné aux participants individuels et pour chaque relayeur en équipe non licenciés à la FFTRI.
- L'organisation prendra toutes les dispositions nécessaires pour la sécurité et l'organisation de cette épreuve.
- Les mineurs nés avant 2008 (inclus) peuvent inscrire au BJÖRKA X3 COURCHEVEL à condition d'avoir une autorisation parentale signée.

ARTICLE 12

Remboursement :

- En cas de désistement d'un coureur, quel qu'en soit la cause, l'organisation remboursera 20€ si de désistement intervient plus de 7 jours avant la course, 10€ si le désistement intervient entre 7 et 4 jours inclus avant la course et aucun remboursement ne pourra être effectué moins de 3 jours avant l'épreuve (A partir du jeudi 10 août à 20h).

Lors de l'inscription, le concurrent déclare sur l'honneur avoir pris connaissance du règlement et des modalités cités ci-dessus et décharge l'organisateur de tous les problèmes susceptibles de survenir durant le déroulement de la course.

Le concept et le règlement sont protégés par Courchevel Sports Outdoor.