



Règlement du LA LUX INDOOR TRIATHLON 2009



L'organisateur du La Lux Indoor Triathlon se réserve le droit d'établir les séries de manière équitable en fonction du niveau sportif et de modifier le nombre des séries en fonction du nombre d'inscription des compétiteurs. Le nombre maximal d'athlètes est de 120 pour les toutes catégories Youth A et B , Juniors, Elite/Masters masculin et féminin.

Les distances du La Lux Indoor Triathlon sont les suivantes: 200m -2000m – 1000 m sur un parcours Indoor. Le port du dossard et du bonnet de bain de l'organisateur ainsi que le port du chip pour le chronométrage sont obligatoires. Une caution de 20 € est demandée pour la mise à disposition du chip et sera restituée avec son retour à l'organisateur.

Les courses débutent toutes les 15 minutes. Les athlètes sont priés de se rendre 10 minutes avant le départ de leur série respective à la piscine.

1. Natation

2 tours dans la piscine de 50 m (4 bouées à contourner)

Les athlètes sont priés d'enlever immédiatement après leur course leurs affaires personnelles de la zone de transition à la piscine.

2. Vélo

parcours vélo : 10 tours de 200m sur la piste d'athlétisme

Les pédales clips et Thompson ne sont pas permises. Les guidons doivent correspondre aux critères des courses de drafting.

Le casque et les chaussures doivent se trouver près du vélo dans la zone de transition vélo/ course à pieds. A la fin du tronçon vélo, les casques sont à remettre obligatoirement dans les corbeilles mises à disposition par l'organisateur.

3. Course à pieds

parcours course à pieds : 5 tours de 200m sur piste d'athlétisme

Swim and Run

Distances

Kids B	50 M Natation / 400M Course à pieds
KidsA et Youth C	100 M Natation / 800 M Course à pieds