



ANTIBES
Triathlon

— 34ème —
TRIATHLON
et Duathlons jeunes
de la SAINT-SYLVESTRE

GUIDE ATHLÈTE



Vous trouverez dans ce « Guide Athlète » toutes les informations concernant le 34ème Triathlon / Duathlon de la Saint-Sylvestre, qui aura lieu le Dimanche 14 Décembre 2025 :

- **Le Programme de l'évènement**
- **Le Règlement de participation**

Les parcours de chaque épreuve sont disponibles en ligne sur notre site <https://www.antibestriathlon.com>

PROGRAMME DU TRIATHLON / DUATHLON DE LA SAINT-SYLVESTRE 2025 :

SAMEDI 13 DECEMBRE 2025 :

Afin de limiter votre attente lors du retrait des dossards le Dimanche, nous vous proposons de venir retirer celui-ci dès la veille de course ! En effet, notre stand "Inscriptions" tiendra une permanence à la Salle Omnisports de la Salis (Boulevard James Wyllie - 06600 ANTIBES) le Samedi 13 Décembre, de 10H à 17H.

DIMANCHE 14 DECEMBRE 2025 :

Nous vous proposons de venir retirer votre dossard à partir de 08H dans le cadre agréable de la Plage de la Salis, à la Salle Omnisports (Boulevard James Wyllie - 06600 ANTIBES), la fin de retrait ayant lieu 45 minutes avant chaque épreuve.

Duathlons Jeunes :

- 08H - 10H45 : Accueil / Retrait des dossards Duathlons Jeunes
- 08H30 : Ouverture de l'Aire de Transition pour le Duathlon XS
- 09H15 : Fermeture de l'Aire de Transition pour le Duathlon XS - Briefing d'avant-course
- **09H30 : Départ Duathlon XS (Benjamins et Minimes) : C.A.P: 2,5 Km – Vélo: 10 Km – C.A.P: 1,5 Km**
- 09H45 : Ouverture de l'Aire de Transition pour le Duathlon 10-11 ans
- 10H30 : Fermeture de l'Aire de Transition pour le Duathlon 10-11 ans - Briefing d'avant-course
- **10H45 : Départ Duathlon 10-11 ans (Pupilles) : C.A.P: 1,5 Km – Vélo: 5 Km – C.A.P: 0,5 Km**
- 10H45 : Ouverture de l'Aire de Transition pour le Duathlon 6-9 ans
- 11H15 : Fermeture de l'Aire de Transition pour le Duathlon 6-9 ans - Briefing d'avant-course
- **11H30 : Départ Duathlon 6-9 ans (Mini-Poussins et Poussins) : C.A.P: 0,5 Km – Vélo: 1,3 Km – C.A.P: 0,250 Km**
- **12H30 : Remise des Prix et Podiums des Duathlons Jeunes**

Triathlon S (Natation: 0,750 Km - Vélo: 18 Km - C.A.P: 5 Km) :

- 10H : Accueil / Retrait des dossards Triathlon S
- 12H00 : Fin du retrait des dossards / Ouverture de l'Aire de Transition
- 12H45 : Fermeture de l'Aire de Transition / Briefing d'avant-course
- **13H : Départ du Triathlon S en Individuel (Hommes)**
- **13H05 : Départ du Triathlon S en Individuel (Femmes)**
- **13H10 : Départ du Triathlon S en Relais**
- **15H30 : Remise des Prix et Podiums du Triathlon S Individuel et Relais**



RÈGLEMENT DE PARTICIPATION AU TRIATHLON / DUATHLON DE LA SAINT-SYLVESTRE 2025 :

PREAMBULE :

Les épreuves du Triathlon / Duathlon de la Saint-Sylvestre 2025 sont soumises au [Règlement de la F.F.Tri.](#) Il est de la responsabilité du triathlète de prendre connaissance du règlement complet de la course. En s'inscrivant et prenant part aux différentes épreuves, chaque triathlète reconnaît avoir pris connaissance du règlement et s'engage à le respecter dans sa totalité.

CONDITIONS D'ACCES :

- Soit, être licencié F.F.Tri compétition, dans ce cas, **obligation de fournir la licence lors de l'inscription**,
- Pour les non-licencié(e)s F.F.Tri, **adultes et uniquement si inscription sur place**, obligation de faire l'acquisition **d'un pass- compétition, et de remplir le formulaire info santé**,
- Pour les non-licencié(e)s F.F.Tri, **jeunes et uniquement si inscription sur place**, Le décret n° 2021-564 du 7 mai 2021 prévoit donc qu'il n'est désormais plus nécessaire, pour les mineurs, de produire un certificat médical pour l'inscription à une compétition sportive organisée par une fédération. La production d'un tel certificat demeure toutefois lorsque les réponses au questionnaire de santé du mineur conduisent à un examen médical, mais également pour les disciplines à contraintes particulières.*Une attestation sur l'honneur du représentant légal de l'enfant doit être signé et remis à l'organisateur. Obligation de faire l'acquisition d'un pass compétition.
 - À défaut des points ci-dessus, toute participation aux épreuves est exclue et aucun remboursement ne pourra être exigé,
 - Les concurrents doivent justifier leur identité lors du retrait des dossards,
 - Les concurrents ont l'obligation de participer au briefing, avant le départ de la course, organisé dans l'aire de transition,
 - L'utilisation de la ceinture porte-dossard est conseillée, l'organisation fournissant toutefois deux dossard

NATATION :

- Le port du bonnet est obligatoire. Il vous sera donné par l'organisation lors du retrait de votre dossard.
- Le port de la combinaison est obligatoire si la température de l'eau est égale ou inférieur à 16°C et interdit si la température de l'eau est supérieure à 24°C,
- Il est interdit aux triathlètes de porter le dossard pendant l'épreuve Natation,
- Si la partie Natation venait à être annulée en raison des conditions climatiques ou d'eau de baignade non conformes par exemple, l'épreuve serait remplacée par un Duathlon.



CYCLISME :

- Le port du casque à coque rigide et homologué est obligatoire, jugulaire fermée,
- Pour l'épreuve S Individuel / Relais, le circuit n'est pas fermé à la circulation. Le triathlète doit respecter le code de la route, ne pas couper les virages et rouler le plus à droite possible de la voie de droite de la route. Le drafting est interdit, le triathlète doit respecter la règle de l'aspiration-abri (7x3m) : la distance est de 7m, se mesurant entre la roue avant du vélo et la roue avant du vélo qui suit,
- Le non-respect de cette règle entraîne un carton bleu correspondant à 1 minute d'arrêt dans la « zone de pénalité » pour le triathlon distance S, située avant de rentrer dans l'aire de transition pour déposer son vélo,
- Le dossard doit être visible sur le dos et toute modification est interdite,
- Il est demandé aux triathlètes de respecter la zone de propreté située avant et après les zones de ravitaillement. En cas de non-respect, les arbitres se réservent le droit de sanctionner.
- Si la partie Vélo venait à être annulée en raison des conditions climatiques, l'épreuve serait remplacée par un Aquathlon.

COURSE A PIED :

- Le dossard doit être placé sur le devant du maillot et être parfaitement visible,
- Il est interdit de sortir du parcours course à pied ou de prendre un raccourc

AIRE DE TRANSITION :

- Tout déplacement dans le parc à vélo se fait à pied, vélo à la main et jugulaire de casque fermée,
- Chaque concurrent devra respecter l'emplacement attribué par son dossard,
- Les triathlètes doivent pousser leur vélo jusqu'à la sortie du parc, ne sont autorisés à monter sur leur vélo qu'après la ligne marquée au sol, pour le retour il faut descendre du vélo avant de rentrer au parc au niveau de la ligne marquée au sol,
- En entrant dans le parc, les triathlètes doivent ranger eux même leur vélo sur le parc à vélos (par la selle) correspondant à leur numéro de dossard (emplacement initial).

CHRONOMETRAGE :

- Le chronométrage est réalisé par une entreprise spécialisée à l'aide d'une puce ([TimingZone](#)),
- La puce fournie doit être portée autour de la cheville gauche durant toute la course.

ANNULATION :

- En cas d'empêchement pour force majeur (conditions climatiques, arrêté préfectoral par exemple...) l'épreuve sera annulée, et il sera procédé au remboursement de l'inscription (**hors frais de gestion du chronométreur et hors pass compétition**)
- Pour toute annulation à la demande du concurrent (pour raison médicale uniquement), et après réception du certificat médical, les conditions de remboursement sont les suivantes :
 - + Remboursement intégral jusqu'au Dimanche 23 Novembre 2025,
 - + Au-delà du 23 Novembre 2025, aucun remboursement ne pourra être effectué.



DISPOSITIONS PARTICULIERES :

- Utilisation du droit à l'image : par sa participation au Triathlon / Duathlon de la Saint-Sylvestre, chaque concurrent autorise expressément l'association Antibes Triathlon à utiliser ou à faire utiliser, à reproduire ou à faire reproduire son nom, son image, sa voix et sa prestation sportive en vue de toute exploitation de communication,
- La présence 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 par le triathlète,
- 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.

DISPOSITIONS PARTICULIERES :

Les arbitres peuvent donner des cartons rouges, jaunes ou bleus.

- Carton jaune avertissement ou Stop & Go - Remise en conformité,
- Carton bleu - Pénalité de 1 minute dans la « zone de pénalité »
- Carton rouge - Disqualification immédiate.
- Mise Hors Course et/ou Non-classé SANS présentation d'un carton rouge.
- + Perte ou absence de dossard,
- + L'athlète a été pénalisé de plus de deux « Carton bleu »,
- + L'athlète n'a pas effectué ses pénalités

Aucune protestation n'est autorisée contre une décision de disqualification de la part d'un arbitre.

ATTENTION : Les arbitres de courses sont habilités à punir une irrégularité à tout moment.

Les décisions des arbitres sont sans appel, aucune protestation ne sera recevable.





Renseignements et inscriptions sur www.antibestriathlon.com



ANTIBES
Triathlon



06
LIGUE RÉGIONALE
DE TRIATHLON
DES ALPES-MARITIMES



06
COMITÉ
DÉPARTEMENTAL
DE TRIATHLON



ANTIBES
Juan-les-Pins

STC
NUTRITION

Malongo



AUTORISATION PARENTALE

Je soussigné(e).....

Demeurant.....

Agissant en qualité de père mère tuteur

Autorise ma fille / mon fils (rayer la mention inexacte) mineur(e) nommé(e) ci-dessous :

Nom :.....

Prénom :.....

Né(e) le : / /

A participer au Duathlon de la Saint-Sylvestre

Qui se déroulera le : **Dimanche 14 Décembre 2025**

Atteste que chacune des réponses du questionnaire santé est négative (sinon un certificat médical est nécessaire)

Fait à :

Le : / /

Signature du Responsable Légal



Questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur Avertissement à destination des parents ou de la personne ayant l'autorité parentale :

Il est préférable que ce questionnaire soit complété par votre enfant, c'est à vous d'estimer à quel âge il est capable de le faire.

Il est de votre responsabilité de vous assurer que le questionnaire est correctement complété et de suivre les instructions en fonction des réponses données.

Faire du sport : c'est recommandé pour tous. En as-tu parlé avec un médecin ? T'a-t-il examiné (e) pour te conseiller ?
Ce questionnaire n'est pas un contrôle. Tu réponds par OUI ou par NON, mais il n'y a pas de bonnes ou mauvaises réponses. Tu peux regarder ton carnet de santé et demander à tes parents de t'aider.

Tu es une fille

un garçon

Ton âge : ans

Depuis l'année dernière

OUI

NON

Es-tu allé (e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ?

As-tu été opéré (e) ?

As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?

As-tu beaucoup maigri ou grossi ?

As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ?

As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé (e) sans te souvenir de ce qui s'était passée ?

As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé à interrompre un moment une séance de sport ?

As-tu beaucoup de mal à respirer pendant un effort par rapport à d'habitude ?

As-tu beaucoup de mal à respirer après un effort ?

As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?

As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?

As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?

Depuis un certain temps (plus de 2 semaines)

OUI

NON

Te sens-tu fatigué (e) ?

As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ?

Sens-tu que tu as moins faim ? que tu manges moins ?

Te sens-tu triste ou inquiet ?

Pleures-tu plus souvent ?

Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?

Aujourd'hui

OUI

NON

Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?

Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?

Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?

Questions à faire remplir par tes parents

OUI

NON

Quelqu'un dans votre famille proche a-t-il eu une maladie grave du cœur ou du cerveau, ou est-il décédé subitement avant l'âge de 50 ans ?

Etes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?

Avez-vous manqué l'examen de santé prévu à l'âge de votre enfant chez le médecin ?

(examen médical prévu à l'âge de 2 ans, 3 ans, 4 ans, 5 ans, entre 8 et 9 ans, entre 11 et 13 ans et entre 15 et 16 ans)

Si tu as répondu OUI à une ou plusieurs questions, tu dois consulter un médecin pour qu'il t'examine et voit avec toi quel sport convient. Au moment de la visite, donne-lui ce questionnaire rempli.