

GREENMAN ALSACE

RÈGLEMENT DU CROSS TRIATHLON DE GAMBESHEIM dimanche 5 octobre 2025

L'inscription à l'épreuve vaut acceptation du règlement de la Fédération Française de Triathlon FFTRI (disponible sur <https://www.fftri.com/la-federation/textes-officiels/>) ainsi que du présent règlement qui rappelle les points majeurs ou spécifiques au Cross Triathlon GreenMan Alsace, organisé par le Club « STRASBOURG EUROPE TRIATHLON »

INTERDICTION FORMELLE DE NETTOYER SON VTT DANS LE PLAN D'EAU SOUS PEINE DE DISQUALIFICATION

Art. 1 : Lieu, épreuves, horaires

Départs et arrivées au plan d'eau –10 a Rue de la Gravière – 67760 Gambesheim.

Épreuves	Distance S à partir de cadet, soit 16 ans (2009 et avant)		GreenKids 12-15 ans benjamins-minimes (2010- 2013)	Distance M à partir de junior, soit 18 ans (2007 et avant)	
	Femme, Relais	Homme	Fille Garçon relais	Femme, Relais	Homme
Retrait des dossards	7h30-8h30	7h30-8h30	9h45-11h40	10h00-13h30	10h00-13h30
Ouverture Parc à vélo	8h00	8h00	11h15	13h15	13h15
Limite dépôt vélo	8h45	8h45	11h45	13h45	13h45
Briefing sur la plage	8h50	8h50	11h50	13h50	13h50
Départ sur la plage	9h00	9h05	12h00	14h00	14h05
Évacuation des vélos °	10h30 à 11h15	10h30 à 11h15	12h20 à 13h00	16h00 à 18h00	16h00 à 18h00
Remise des prix (*)	12h30	12h30	13h00	17h30	17h30

(*) l'organisateur se réserve le droit de modifier les horaires des podiums selon les besoins pour le bon fonctionnement de l'épreuve

° Les participants au challenge (S+M) devront retirer leurs vélos et leurs affaires à chaque course.

« GreenMan S »

9h Femme, Relais - 9h05 Homme

500 m de natation

15,9 km de VTT

5,4 km de course à pied

« GreenKids 12-15 ans »

12h Fille Relais Garçon

300 m de natation

4,9 km de VTT

2 km de course à pied

« GreenMan M »

14h Femme et Relais - 14h05 Homme

1 000 m de natation

24,4 km de VTT

9,3 km de course à pied

Art. 2: Inscriptions

Les épreuves sont ouvertes aux non licencié.e.s et aux licencié.e.s FFTRI, UNSS Triathlon, ITU, ETU. La date limite des inscriptions par internet est fixée au jeudi **jeudi 2 octobre 2025** jusqu'à 23h59, les inscriptions sont uniquement possibles en ligne sur le site : www.le-sportif.com.

Les inscriptions pourront être clôturées avant cette date si le quota maximum des participants par course est atteint.

Nombre limite d'inscriptions :

- GreenKids individuel et relais **100** athlètes maximum
- S individuel et relais **250** athlètes maximum
- M individuel et relais **250** athlètes maximum

L'organisateur se réserve la possibilité de modifier ces limites en fonction des places disponibles dans l'aire de transition.

La priorité des inscriptions est donnée en fonction de la date de réception du dossier complet par internet.

Pas d'inscriptions sur place.

Les dossards non retirés dans les délais indiqués à l'article 1 ne seront pas remboursés.

Modifications d'inscriptions :

- Il est possible de changer le nom de l'athlète inscrit.e jusqu'au **jeudi 2 octobre 2025**
- Il est également possible de changer de format de course jusqu'au **jeudi 2 octobre 2025**. L'athlète devra payer la différence de prix si ce dernier est finalement supérieur. Aucun remboursement de la différence du prix ne sera effectué si ce dernier est finalement inférieur
- **Aucun remboursement** ne sera effectué en cas de désistement ou d'annulation de la participation de l'athlète

Art. 3 : Retrait des dossards

Les licencié.e.s FFTRI, UNSS Triathlon, ITU et ETU devront présenter leur **licence ou une pièce d'identité** pour retirer leurs dossards et puces.

Les non-licencié.e.s devront souscrire à un **pass compétition** disponible en ligne au moment de l'inscription, et présenter une **pièce d'identité**, (le certificat médical n'est plus requis, toutefois chaque participant devra remplir un **questionnaire médical en ligne** au moment de son inscription sur le site dédié).

Les non licencié.e.s mineur.e.s devront présenter **l'autorisation parentale** disponible en ligne au moment de l'inscription, en plus des documents susmentionnés en fonction du statut de licencié.e ou non.

À tout moment l'organisateur se réserve le droit, en accord avec les arbitres, de stopper un athlète qui se mettrait en danger ou qui ne respecterait pas l'ensemble des consignes. De même un athlète en trop grande difficulté physique pourrait se voir arrêté et ne pas pouvoir terminer la course, le délai raisonnable pour aller au bout du parcours étant jugé trop long par les arbitres et l'organisateur.

Art. 4 : Parcours, distances et ravitaillements

Chaque concurrent est équipé d'1 dossard et d'une puce. Les ceintures porte-dossard à 3 points de fixations minimums sont obligatoires pour porter le dossard. La puce devra être portée à la cheville pendant toute la durée de l'épreuve et restituée à l'organisation à la fin de chaque course.

Relais : le passage du relais entre nageur.se / cycliste se fait par transmission de la puce à l'emplacement dans l'aire de transition. Le passage du relais entre cycliste / coureur.se se fait par transmission du dossard et de la puce à l'emplacement dans l'aire de transition. Il est admis que l'un des relayeurs fasse 2 disciplines dans leur intégralité.

Les concurrents présentent leur matériel aux arbitres à l'entrée de l'aire de transition et devront limiter le matériel introduit dans l'aire de transition à celui strictement nécessaire à la course. Les sacs seront déposés dans un coin dédié dans l'aire de transition. Tout marquage distinctif ou personnalisé permettant au concurrent d'identifier son emplacement est interdit toutefois, la serviette de bain posée au sol est autorisée.

Natation au plan d'eau de Gambsheim (10a rue de la Gravière - 67760 Gambsheim)

Les départs natation se feront par 2 vagues (féminines+ relais et hommes).

Le dossard est interdit en partie natation seul le port de la puce est obligatoire.

Le port de la combinaison est obligatoire en-dessous de 16°C, facultatif entre 16 et 24.5°C et interdit au-dessus de 24.5°C. La natation est annulée pour les jeunes UNIQUEMENT si la température est inférieure à 16°C, ou sur décision du corps arbitral le jour J à l'heure H après prise des mesures et selon le ratio FFtri entre T° air et T° eau.

En cas d'annulation de la natation, le S et le M feront 1 boucle de 2km en cap pour remplacer et les Kids feront 1 tour du lac.

La nudité est strictement interdite dans l'aire de transition. Le changement de vêtements, s'il y a lieu, doit se faire à l'abri des regards. Obligation de porter le bonnet de bain fourni par l'organisateur.

INTERDICTION DE NETTOYER SON VTT DANS LE PLAN D'EAU

Parcours Natation GreenKids : 300 m Tracé en vert



Si annulation de la natation Kids : 1 tour de lac à la place de la natation



Parcours Natation S : 500 m Tracé vert



Si annulation de la natation pour le S ou le M : 1 tour de 2km à la place de la natation

Parcours Natation M : 1 000 m– 2 x Tracé vert

Deux boucles pour le parcours natation M (1 000 m). Sortie à l'australienne.



Circuits VTT en forêt et chemins de terre (VTT ou cyclocross)

Le port du casque à coque dure homologué est obligatoire, jugulaire fermée, dès le départ et jusqu' dans l'aire de transition en plus de la partie vélo. Le dossard doit être porté à l'arrière et lisible la puce à la cheville.

Le Greenman est un cross triathlon, le parcours balisé a lieu en pleine nature et bien que roulant, il est susceptible de comporter des obstacles (arbre couché sur le tracé, branches ou flore haute...) chaque participant.e fera son affaire de sa façon d'aborder l'épreuve

Parcours VTT :

Greenman S = l'aller + la boucle + le retour (15.5 km)

Greenkids = l'aller + le retour (5 km)

Greenman M = l'aller + 2x la boucle + le retour (26 km, ravito à mi-parcours)



Circuits course à pied nature sur chemin de terre, en forêt et au bord du plan d'eau

Le dossard doit être mis à l'avant et lisible la puce à la cheville. Le port du casque est interdit. Le Greenman est un cross triathlon, le parcours balisé a lieu en pleine nature et bien qu'accessible, il est susceptible de comporter des obstacles (arbre couché, branches ou flore haute...) chaque participant.e fera son affaire de sa façon d'aborder l'épreuve.

Parcours GreenKids : 2 km 2x tracé vert (2 tours du lac avec chouchou) - un ravitaillement liquide et solide à l'arrivée.

Parcours S : 5.4 km Tracé jaune + Bleu + Vert - un ravitaillement liquide sur le parcours et un liquide et solide à l'arrivée.

Parcours M : 9.3 km Tracé jaune + 2x Bleu + Vert - un chouchou est remis pour la 2^{ème} boucle, un ravitaillement liquide sur le parcours et un ravitaillement liquide et solide à l'arrivée.

Parcours CàP :

Greenman S = Tracé **jaune** + **Bleu** + **Vert** (5.4 km)

Greenkids = 2x tracé **vert** (2 tours du lac = 2 km)

Greenman M = Tracé **jaune** + **2x Bleu** + **Vert** (9.3 km)



Art. 5 : Récompenses

Récompenses des 3 premiers de chaque course et de chaque catégorie (S - Kids - M) et classement scratch pour le Challenge GreenMan (S+M) et pour les relais classement scratch des 3 premiers Homme/Femme/Mixte.

L'organisateur se réserve le droit de modifier les horaires des podiums et les récompenses selon les besoins et pour le bon fonctionnement de l'épreuve

Art. 6 : Infractions et pénalités

La décision d'un arbitre est sans appel. Le triathlon est un sport individuel. Il n'autorise aucune assistance extérieure.

Art. 7 : Assurance Responsabilité

L'organisateur est couvert pour tous les risques de responsabilité civile par son assurance. L'organisation décline toute responsabilité en cas de défaillances dues à un mauvais état de santé ou provoqué par le non-respect des consignes des organisateurs, et en cas de perte ou de vol d'objet ou de matériel.

Art. 8 : Droit d'image et d'accès aux données personnelles

Chaque participant.e et spectateur.trice autorise l'organisation ainsi que les ayants-droits, tels que partenaires et médias, à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles il/elle pourrait apparaître, prises à l'occasion de la manifestation. En s'inscrivant à la course du greenman, chaque participant.e accepte que son adresse électronique soit transmise aux partenaires de l'évènement, dont la liste est sur le site internet à des fins d'éventuelle prospection commerciale par courrier électronique (<https://www.strasbourgeuropetri.com/>).