



LIGUE RÉGIONALE DE
TRIATHLON

CORSE



AJACCIO
CITÀ D'AIACCIU



Cette année,
la Course de la Diversité
est au profit des
Restaurants du Cœur



Fédération
Française
du Sport d'Entreprise

Triathlon SANGUINAIRE



Format M
Individuel & Relais

2 NOVEMBRE 2025

ILES SANGUINAIRES - AJACCIO



1500 M + 50 KM + 11 KM

+ Marche Solidaire FFSE



GRAND SITE



DE FRANCE



Îles Sanguinaires - pointe de la Parata

Inscription Triathlon sur
www.sportimers.com

Inscription Marche solidaire
sur <https://corse.ffse.fr/>

Table des matières

Présentation de la manifestation	Erreur ! Signet non défini.
Les règles du jeu	4
Les parcours	5
Organisation du parc à vélo	7
Signaleurs, PC sécurité et secours.....	8
Programme du triathlon	9
Sécurité des épreuves	11
Besoin de l'organisation.....	12
Le règlement.....	13
Contact de l'organisation	15

Présentation de la manifestation

La Ligue Corse de Triathlon organise une épreuve hors du commun sur le magnifique site de la Parata.

Place à un triathlon exceptionnel sur le format olympique M unique en Corse !

Une manifestation sportive dans un format où la difficulté est présentée aux portes d'Ajaccio.

Un triathlon M, qui est un véritable défi par sa difficulté, son intensité et qui incarne le dépassement de soi en devenant une véritable référence en France comme étant l'incontournable Triathlon dans une vie d'athlète.

Avec 1,5 Km de natation, 50 Km de Vélo de route et 11 Km de course à pied sur un parcours mixte, route/trail.

Soucieux du moindre détail et du respect de l'environnement, l'épreuve est labélisée « développement durable » et « label Mixité » par la FFTRI. Comme sur toutes les épreuves, une action de ramassage des déchets sera faite le jour de la course ainsi que les jours suivants.



Les règles du jeu

- ✓ Sur le parcours M, seront récompensés :
 - Les Juniors Masculins / Féminins
 - Les Seniors Masculins /Féminins
 - Les Masters Masculins/Féminins
 - Les Vétérans 1 – 2
 - Les Vétérans 3 – 4
 - Les Vétérans 5 et plus
 - Les 3 meilleures équipes en relais

- ✓ L'organisation ne fournit pas de bonnet de natation mais il est obligatoire pour l'épreuve de natation, il est donc nécessaire d'apporter son propre bonnet pour pouvoir nager.

- ✓ Une barrière horaire est mise en place avant le départ en course à pied, il s'agira de boucler la natation et le vélo en moins de 03h40. Pour un départ à 09h00, il ne sera plus possible de partir en course à pied après 12h40.

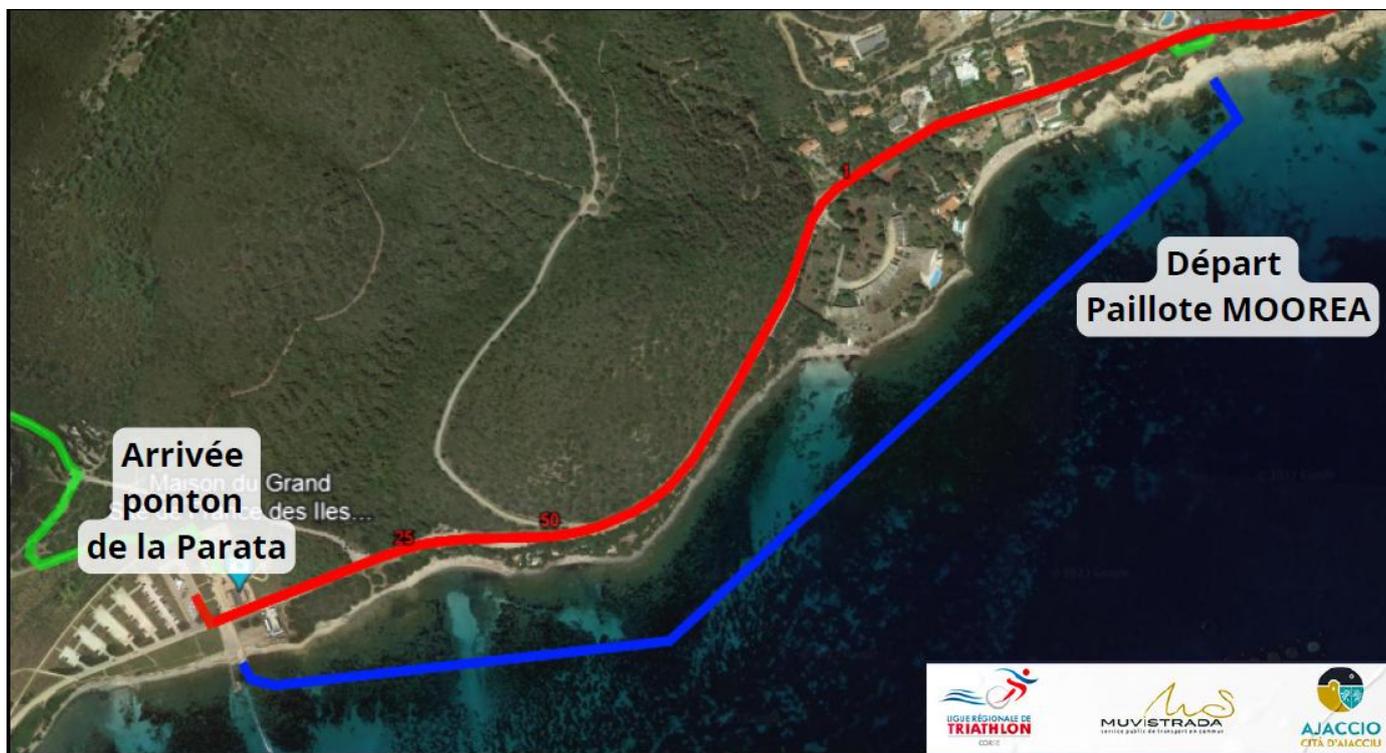
A noter :

- ➔ Sur le format M, possibilité de faire la course en relais de type B : chaque concurrent réalise une ou deux disciplines avant de passer le relais (sous réserve que le format de course total soit ouvert à sa catégorie d'âge en individuel). Le relais est donc composé au minimum de 2 personnes, au maximum de 3 personnes.

- ➔ L'épreuve M sera ouverte aux compétiteurs en VAE qui bénéficieront d'un classement à part.

Parcours Format M le dimanche à 9h00

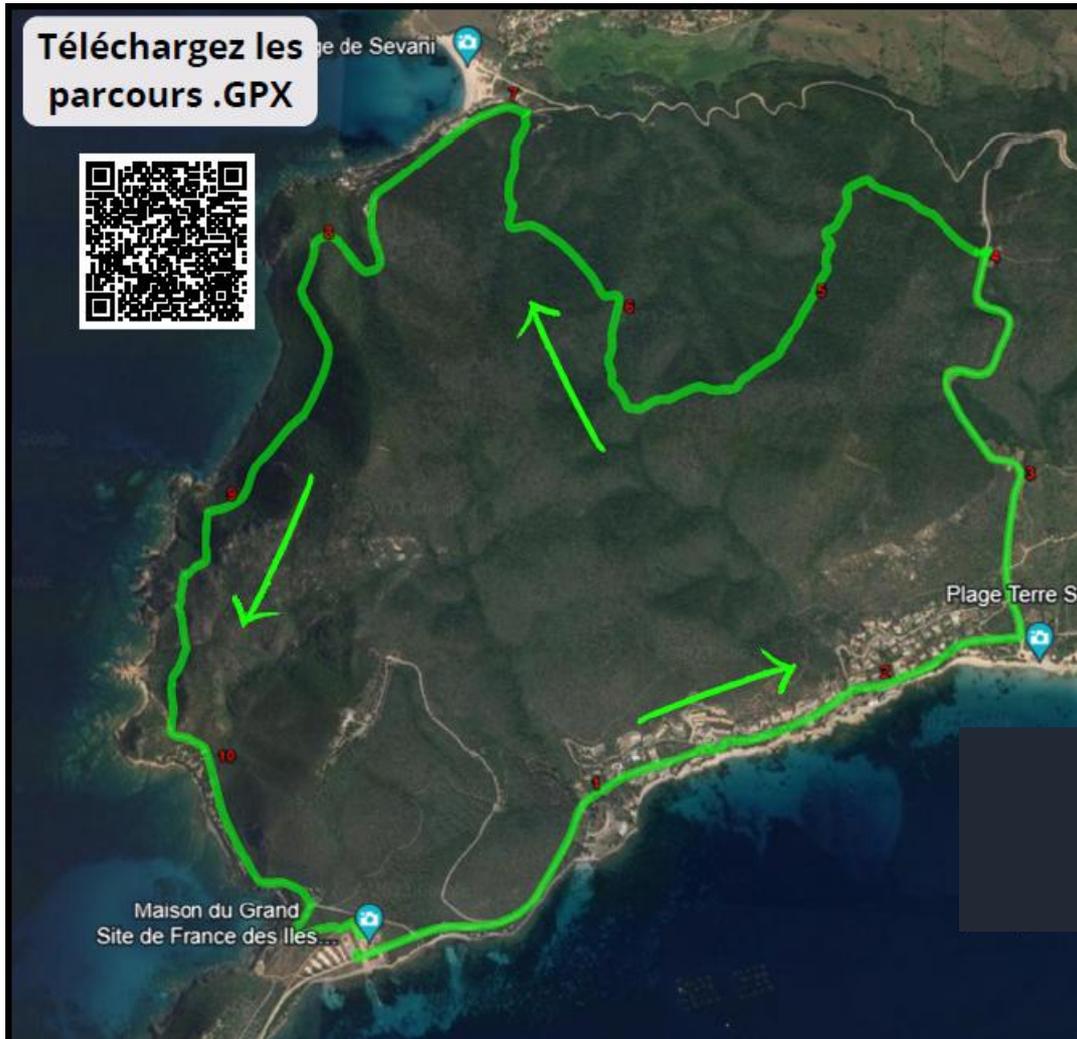
Natation – 1.500 m



Vélo - 50 km - (2 boucles de 25 km)



Course à pied - 11 km - (1 boucle)



Organisation du parc à vélo



Aire de transition Triathlon M

Dimanche 02 novembre

- natation
- vélo
- course à pied



Signaleurs, PC sécurité et secours

Poste	Emplacement	Bénévole radio	Bénévole 01	Bénévole 02
Poste 01	Sortie eau	1	1	
Poste 02	Neutralisation maison du site		1	1
Poste 03	Neutralisation parking bus		1	
Poste 04	Neutralisation parking voiture		1	1
Poste 05	Demi-tour vélo		1	1
Poste 06	Rond-point Capo	1	1	
Poste 7	Ravitaillement col Canareccia	1	1	1
Poste 8	Route de Capo	1	1	
Poste 9	Col de st Antoine	1	1	1
Poste 10	Route d'Ajaccio	1	1	1
Poste 11	Demi-tour Salario	1	1	
Poste 12	Point 1 trail	1		
Poste 13	Point 2 trail	1		
Poste 14	Bas du chemin trail	1	1	
Poste 15	Impasse trail		1	
Poste 16	Sortie chemin douaniers	1	RAVITAILLEMENT	
Poste 17	Chemin entré arrivée	1		
Poste 18	PC sécurité	1	1	
Poste 19	Kayak et jet ski	1	1	
Poste 20	Repas arrivée	1	1	1
Poste 21	Puce arrivée	1		
TOTAL		16	17	7
TOTAL				40

Les équipes médicales de la protection civile sont dimensionnées en collaboration avec le chef de détachement, habituellement un véhicule sur le parcours avec trois personnes et un véhicule et une tente sur le site de course avec 5 personnes.

Les équipes de sécurité de la SNSM sont dimensionnées en collaboration avec le chef de détachement, habituellement deux bateaux sur le plan d'eau et deux hommes à terre sur le site de la course.

Programme du Triathlon

Dimanche 2 novembre

Organisation d'avant course :

- a) Les dossards peuvent être retirés à partir de 7h00
- b) La présence des participants est obligatoire avant 08h00 pour prendre les navettes bus.
- c) Mise en place des vélos dans le parc de 08h00 à 08h30 au plus tard.
- d) Départ du bus navette à 8h40 précise

Organisation de course :

- a) Départ de la course : 09h00.
- b) Le départ sera donné après la mise en place de la sécurité sur l'eau et sur la route.
- c) Chaque concurrent réalise, en contournant les bouées par la gauche, le parcours natation dans sa totalité.
- d) Chaque concurrent réalise le parcours vélo au départ du grand site en 2 aller-retours jusqu'au Salario.
- e) Chaque concurrent réalise le parcours course à pied au départ du grand site.
- f) Les concurrents pourront récupérer leur vélo qu'après l'arrivée du dernier concurrent.

Généralités

Emplacement du parc à vélo et de l'arche d'arrivée :

Afin de ne pas impacter la circulation sur le site et pour des facilités logistiques, l'emplacement idéal du parc est sur une partie du parking bus. Nous pourrions rentrer sans difficulté une centaine de concurrents.

Aucune fermeture de route ne sera demandée, nos triathlètes devront respecter dans la totalité du parcours le code de la route.

Quant à l'emplacement de l'arrivée, celle-ci se ferait sur le terre-plein juste en bas des grands escaliers. La grande place quant à elle sera le village de Course. Comme les précédentes éditions, la sono servira uniquement à communiquer avec les athlètes et diffuser un fond musical.



Organisation de fin course :

La remise des prix sera effectuée sur le site de l'épreuve au plus tard à 15h00.



Sécurité des épreuves

La sécurité des épreuves sera assurée par les moyens matériels et humains de la SNSM pour la partie aquatique.

Sur l'eau la sécurité sera assurée par un bateau de la SNSM et 4 kayaks de mer.



La sécurité terrestre sera assurée par la protection civile avec deux véhicules : un sur le site de la course et un à mi-parcours vélo.

Les signaleurs aux points névralgiques seront équipés de radios HF.

La Police Municipale assurera 3 points stratégiques :



Un responsable de la sécurité coordonnera l'ensemble des signaleurs avec une centrale radio sur le site de course.

Les concurrents emprunteront l'itinéraire balisé et se conformeront aux instructions directionnelles des différents commissaires de course disséminés sur le parcours.

La course sera ouverte par une moto avec un signaleur. Un camion sera également présent comme serre file. Six motos seront chargées de la sécurité des coureurs.

Le ravitaillement sera prévu par l'organisateur et autorisé uniquement sur les emplacements prévus.

Besoins de l'organisation

- Parc à vélo : Ligue Corse de triathlon
- Chronométrage : Sportimers
- Bouée en mer : Ligue Corse de triathlon
- Arche d'arrivée : Sportimers
- 80 barrières métalliques : **Mairie d'Ajaccio**
- Tentes sur site de course : **Mairie d'Ajaccio** + Ligue
- Ravitaillement : Ligue Corse de triathlon
- Radio : Event Télécom
- Sécurité en mer : SNSM
- Sécurité terrestre : Protection civile + Association Roue D'Or Ajaccienne + **Police Municipale**
- Transport des concurrents pour le départ : Mustrada / Navette Bus



Le règlement

Le triathlon est organisé par l'association « LIGUE CORSE DE TRIATHLON ».

Toute inscription à une épreuve du triathlon nécessite que le participant ait pris connaissance de ce règlement (le règlement de l'organisation) ainsi que celui de la Fédération Française de Triathlon et qu'il s'engage à s'y soumettre.

Article 1 :

Les inscriptions se feront sur internet exclusivement avec paiement en ligne sécurisé. Pour être validée, toute inscription doit inclure les droits d'inscription et l'acceptation du présent règlement.

Le triathlon distance M est limité à 150 inscrits individuels et 30 équipes relais.

Les concurrents non licenciés et les licenciés loisirs, doivent s'acquitter du Pass compétition permettant d'être couvert pendant toute la durée de l'épreuve.

Article 2 :

Chaque concurrent s'engage à respecter la réglementation sportive de la FFTRI et les instructions qui lui seront données lors de la réunion préparatoire organisée par le directeur de course.

Article 3 :

Lors du retrait des dossards, les participants doivent OBLIGATOIREMENT présenter à l'organisation :

➔ Pour les licenciés FFTRI : licence Compétition en cours de validité

➔ Pour les personnes non-titulaires d'une licence FFTRI Compétition en cours de validité : un PASS COMPETITION correspondant à la distance de la course sur laquelle vous êtes inscrit (Pass Compétition imprimé ou numérique sur votre smartphone).

Il est à souscrire au moment de l'inscription via le site www.sportimers.com ou directement sur le site de la FFTRI <https://espacetri.fftri.com/pass-competition/event/list/30>

A noter pour la souscription du PASS COMPETITION:

- Lorsque le demandeur est majeur, il devra prendre connaissance du "Formulaire Info Santé" et attester de la bonne compréhension des informations délivrées.

- Lorsque le demandeur est mineur, la prise d'un Pass Compétition est subordonnée au renseignement d'un questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur, réalisé conjointement par le mineur et par les personnes exerçant l'autorité parentale.

Lorsqu'une réponse au questionnaire de santé conduit à un examen médical, il sera nécessaire de produire un certificat médical attestant l'absence de contre-indication à la pratique sportive de moins de 6 mois.

Tout manque de justificatif interdira le retrait du dossard et ne donnera lieu à aucun remboursement.

Article 4 :

L'organisateur fournira un bracelet avec une puce. Ce dernier sera porté à la cheville gauche qui devra être rendu à la fin de l'épreuve. En cas de perte, seul le concurrent est responsable auprès du chronométreur du remboursement de la puce et de son bracelet.

Article 5 : NATATION

Les concurrents devront apporter et porter leur bonnet durant la course, l'organisation n'en fournissant pas. Le port de la combinaison sera obligatoire si la température de l'eau est inférieure à 16° mais sera interdite si la température de l'eau est supérieure à 24,6°. Les lunettes sont autorisées.

Sont interdits : tout accessoire de respiration et aide à la flottaison ou à la propulsion, le parcours coupé, mais également toute aide extérieure et assistance autre que celle prévue par l'organisation et le service de sécurité.

Article 6 : CYCLISME

Durant l'épreuve cyclisme, le dossard devra être porté visible derrière sur le dos. Tout déplacement dans l'aire de transition doit s'effectuer vélo à la main. Le port du casque à coque rigide est obligatoire, jugulaire attachée, sur la totalité du parcours. Le drafting, aspiration/abri derrière un autre cycliste ou véhicule est interdit.

Toute assistance extérieure, hormis celle des membres de l'organisation et des services de sécurité, est formellement interdite durant la course.

Chaque concurrent s'engage à respecter le code de la route la route, celle-ci restant ouverte pendant toute la durée de l'épreuve.

Chaque concurrent s'engage à porter assistance et secours à un autre concurrent et de ce fait à stopper sa course si cela est nécessaire.

Article 7 : COURSE A PIED

Durant la course, le dossard devra être porté visible devant sur le ventre. L'assistance extérieure, l'accompagnement par un autre véhicule ou suivre un concurrent en course à pied est interdit. Le parcours coupé est également interdit. En cas de non-respect, cela entraînera une disqualification.

Article 8 : RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT

Tout concurrent qui se verra abandonner son matériel et ses déchets en dehors de la zone de transition sera sanctionné.

Article 9 : PARCOURS

Temps limite : aucun coureur ne sera autorisé à prendre le départ de la course à pied après 12h40.

Article 10 : MODIFICATION / ANNULATION

L'organisateur se réserve le droit de modifier le parcours après acceptation des pouvoirs publics (préfecture et mairie) si les circonstances indépendantes de sa volonté l'y contraignent.

Aussi en fonction des conditions climatiques, l'épreuve pourra être transformée en duathlon en modifiant la natation en course à pied sur le parcours du format XS organisé la veille. En cas de situation météo se dégradant pendant la course l'organisateur peut modifier les distances afin de raccourcir l'épreuve.

L'organisateur peut aussi annuler l'épreuve pour des raisons sanitaires, météorologiques ou autres indépendantes de sa volonté, sans remplacement et sans remboursement des concurrents si cette annulation intervient 48h00 avant le départ.

Article 11 : ASSURANCE / RESPONSABILITE

Les concurrents sont couverts par l'assurance de la FFTRI. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident, causant des dommages corporels ou matériels, dû au non-respect du code de la route ou des consignes de sécurité des organisateurs des services de police ou de gendarmerie.

L'organisateur décline également toute responsabilité en cas de perte ou vol de matériel.

Article 12 : SECURITE/SECOURS

La sécurité sur les parcours est assurée par les signaleurs et encadrants de la course. Les secours et la surveillance médicale sont sous la responsabilité de la SNSM pour la partie natation et de la protection civile pour la partie course à pied et la partie cycliste. 3 points stratégiques de la partie cycliste sont assurés par la Police Municipale.

Article 13 : DROIT A L'IMAGE

La signature du bulletin d'inscription autorise l'organisateur à utiliser toutes vidéos et images sur lesquelles les concurrents pourraient apparaître dans le cadre de la promotion de cet événement : publication sur plaquette, affiches, site web, partenaire et tout autre support d'information et de communication de la Ligue Corse de Triathlon

Contact de l'organisation

Directeur de course :

Sauveur NICOLAS, Président de la Ligue Corse de Triathlon

Secrétariat de la Ligue Corse de Triathlon :

Secretariat.lctri@hotmail.ft

06.33.50.45.62