



Extrait du règlement fédéral

F.F.Tri. : Fédération Française de Triathlon

Triathlon et Cross Triathlon : nager, rouler, courir

Duathlon et Cross Duathlon : courir, rouler, courir

Aquathlon : nager, courir

Run & Bike : un vélo pour deux

Raid : enchaînement d'épreuves multisports

SwinRun : enchaînements de parcours de natation et de course à pied répétés d'un minimum de 3 segments.

Vous trouverez le **calendrier des compétitions** sur le site de la ligue :

www.triathlonhdf.fr

Les inscriptions se font directement en ligne ou via le bulletin d'inscription papier.

Les distances en compétition:

Epreuves Jeunes

	Jeunes 6-9	Jeunes 8-11	Jeunes 10-13	Jeunes 12-19
Triathlon	50m/1km/ 500m	100m/2km/ 1000m	200m/4km/ 1500m	300m/6km/ 2000m
Duathlon	250m/1km/ 250m	500m/2km/ 500m	750m/5km/ 750m	1000m/6km/ 1000m
Aquathlon	50m/500m	100m/1000m	200m/1500m	300m/2000m
Raids multisport	<2h	De 2h à 3h	De 3 à 4h	De 4 à 5h

Epreuve en Compétition

	XS	S	M	L	XL	XXL
	Minimes et +	Cadets et +	Juniors et +			
Triathlon	400m/10km /2.5km	750m/20km /5km	1.5km/40km /10km	3km/80km /20km	4km/120km /30km	3.8km/180km /42,195km
Duathlon	2.5km/10km /1.25km	5km/20km /2.5km	10km/40km /5km	10km/80km /10km	20km/120km /10km	20km/180km /20km
Aquathlon	500m/2.5km	1km/5km	2km/10km	3km/15km	4km/20km	
Bike&Run	Moins de 45'	Entre 45'et 1h15	Entre 1h15 et 2h	Plus de 2h		
Raids Multisport	< 5h	De 5 à 7h	De 7 à 12h	De 12 à 24h	>24h <36h	
SwimRun	<5h	De 5 à 12.5km	De 12.5 à 20km	De 20 à 35km	De 35 à 55km	Plus de 55km

Il y a des championnats départementaux, régionaux, interrégionaux et nationaux.

Qu'est ce que le class'Tri

Un outil fédéral d'animation et de détection

Tout en conservant un intérêt dans le cadre d'une politique d'animation territoriale, le nouveau modèle présente également un intérêt dans une optique de détection, notamment par une évolution des temps de référence et une nouvelle classification.

Une évolution ergonomique :

La procédure de saisie et de validation est simplifiée et clarifiée, les différents classements (par catégories d'âges et de sexes) seront actualisés et mis en ligne régulièrement.

Une évolution sportive :

Disparition de la notion de groupe. Un seul classement par catégorie et par sexe, de la catégorie benjamine à la catégorie junior, des tests en lien avec les disciplines connexes (natation et athlétisme) afin de pouvoir valider des temps de compétition FFA et FFN à la condition qu'ils aient été réalisés dans l'année de référence, des distances de tests progressives en fonction des différentes catégories afin de sensibiliser les entraîneurs à la nécessité de faire évoluer progressivement la charge de travail, un système d'addition de points d'après 2 performances corrélées avec des valeurs de référence.

Une grille de référence :

Afin de valider un niveau sportif en cohérence avec l'évolution de la pratique et la formation dispensée dans les clubs, la grille de référence s'appuie sur les records de France ou sur les meilleures performances françaises par catégories d'âges en point de départ des valeurs hautes. L'analyse des vitesses constatées à l'occasion des Championnats d'Europe et du Monde U 19 (équivalent des catégories cadet et junior) corroborent ce choix.

Ce réajustement des niveaux de départ permettra de comparer et d'évaluer de manière objective les performances réalisées par les jeunes triathlètes.

Les distances choisies sont les suivantes:

Catégorie benjamin : 200 m natation et 1000 m course à pied

Catégorie minime : 200 m natation et 1000 m course à pied

Catégorie cadet : 400 m natation et 1500 m course à pied

Catégorie junior : 400 m natation et 3000 m course à pied

Une règle de correspondance permet d'établir des temps natation aussi bien en bassin de 25m qu'en bassin de 50m (tps en bassin de 25 = tps en bassin de 50 x 0,97 ou tps en bassin de 50 = tps en bassin de 25 x 1,03). * Concernant les temps natation Jun F et Cad F, les valeurs de référence ont été sensiblement diminuées. En effet, il s'agissait notamment du record du Monde et donc record de France de Laure Manaudou qui rendait les valeurs de référence moins homogènes.