

Règlements et sécurité

Catégories Défi, Défi-Course et Plaisir-Randonnée



Les règlements du Raid des Appalaches ont pour objet de :

1. Garantir une atmosphère d'esprit sportif et d'équité ;
2. Assurer la sécurité et la protection ;
3. Mettre l'accent sur l'ingéniosité et sur le talent sans limiter excessivement la liberté d'action des compétiteurs ;
4. Pénaliser les compétiteurs qui tentent de gagner injustement un avantage.

Tous les participants doivent prendre connaissance des règlements afin de profiter au maximum de l'événement. Leur ignorance ne peut être acceptée comme défense lors d'une infraction ou la perte d'un privilège.

CONDUITE DES PARTICIPANTS

1. Faire preuve en tout temps d'esprit sportif ;
2. Être responsable de leur sécurité et de celle des autres ;
3. Connaître et appliquer les règlements du Raid ;
4. Respecter la réglementation de la sécurité routière et les instructions des officiels de course ;
5. Traiter les autres athlètes, officiels, bénévoles et spectateurs avec courtoisie et respect ;
6. Éviter toute forme d'agressivité verbale ;
7. S'ils violent consciemment un règlement, rapporter l'infraction aux officiels de course et, si nécessaire, se retirer aussitôt de l'épreuve.

SANTE

Les triathlons et autres épreuves multisports sont exigeants. Afin de participer à ces épreuves, les compétiteurs doivent être en excellente condition physique, la santé et le bien-être étant d'importance primordiale. Il est donc important de signaler tous problèmes de santé aux personnes responsables de l'événement.

Les limites de temps pour les différents segments de kayak/canot, vélo et course ou marche rapide, ainsi que le temps total alloué pour terminer l'épreuve, seront déterminés par le délégué technique du chronomètre.

POUR PARTICIPER AU RAID DES APPALACHES, LE PARTICIPANT DOIT :

- Avoir 14 ans ou plus ou avoir obtenu une autorisation ;
- Avoir la signature d'un parent ou d'un tuteur pour les moins de 18 ans ;
- Compléter le formulaire d'inscription fourni par l'organisation ;
- Acquiescer les frais d'inscription ;
- Signer le formulaire de dégageant.

DISCIPLINE DES PARTICIPANTS

Tout manquement aux règlements de compétition peut entraîner un avertissement, une disqualification ou une expulsion.

AVERTISSEMENT

Le but d'un avertissement est de signaler à un compétiteur qu'une infraction est sur le point d'être commise et a pour but de promouvoir une attitude de saine compétition.

L'officiel donne un avertissement en :

- Utilisant un sifflet ou un avertisseur sonore, et / ou en montrant un drapeau jaune, ou en appelant le numéro de l'athlète et en criant « STOP ou ARRÊTER ».
- Un avertissement peut être donné lorsqu'un participant enfreint involontairement un règlement ;
- Un officiel croit qu'une infraction est sur le point d'être commise ;
- Lorsqu'on lui montre un drapeau jaune, le compétiteur doit s'arrêter de façon sécuritaire et suivre les directives de l'officiel. S'il est à vélo, l'athlète s'arrête de façon sécuritaire.

DISQUALIFICATION

Un compétiteur peut finir la course même si l'officiel le disqualifie. Un compétiteur peut être disqualifié pour l'une ou l'autre des infractions suivantes :

1. Défaut de suivre le parcours prescrit ;
2. Utilisation d'un langage injurieux ou comportement grossier envers un officiel ou attitude antisportive (possibilité aussi de suspension) ;
3. Empêcher, attaquer, bloquer, faire interférence à l'avance d'un autre compétiteur ;
4. Aide reçue d'une personne autre qu'un officiel de la course ou s'il accepte de l'aide d'un véhicule qui lui donne un avantage ;
5. Ne pas porter le dossard (non altéré) fourni par le comité organisateur, de la bonne manière : pendant toute l'étape de vélo et toute l'étape de course à pied, le numéro doit être porté à l'avant, sur la poitrine ;
6. Utilisation d'équipement non autorisé pour se procurer un avantage ou qui peut être dangereux pour les autres ;
7. Infractions aux règles de la sécurité.

REGLEMENTS EN CANOT ET KAYAK

- La longueur des canots ne doit pas dépasser 17 pieds. Il n'y a pas de restriction sur la forme et la largeur des embarcations ;
- Pour la compétition en kayak, les compétiteurs doivent utiliser une pagaie double comme seule source de propulsion et doivent être assis dans le kayak. Il est permis d'utiliser les pieds pour actionner une gouverne ;
- Pour la compétition en canot ou kayak double « duo », les compétiteurs peuvent utiliser une pagaie simple ou double comme source de propulsion et doivent être assis dans le canot ou kayak double. Toute autre forme de pagaie ou fixation pour rame n'est acceptée.

Raid des Appalaches

- Un compétiteur peut s'arrêter sur l'eau ou se reposer en s'appuyant à un objet inanimé, tel qu'une bouée ou un bateau stationnaire ;
- En cas d'urgence, un compétiteur doit lever un bras au-dessus de sa tête demandant ainsi du secours. La veste de sécurité nautique est obligatoire.

Equipements interdits

- Système de propulsion artificielle, c'est-à-dire bateau à moteur, véhicule motorisé, etc ;
- Fixation pour rame en canot et kayak.

REGLEMENTS EN VELO

- Les athlètes ne doivent pas bloquer la route aux autres athlètes ;
- Un compétiteur doit respecter les règlements de la sécurité routière ;
- Si, de l'avis des officiels, un compétiteur semble présenter un danger pour lui-même ou pour un autre compétiteur, il est passible d'être disqualifier et d'être retiré immédiatement de la course ;
- Il est interdit de rouler à vélo torse nu.

Equipements

- Le vélo doit mesurer au maximum deux (2) mètres de longueur et soixante-quinze (75) centimètres ;
- La roue avant peut avoir un diamètre différent de la roue arrière, mais elle doit être à rayons. La roue arrière peut-être recouverte ;
- Les roues ne peuvent contenir de mécanisme capable de les accélérer ;
- Les bouts du guidon doivent être bouchés, les boyaux collés, le jeu de direction bien serré et les roues alignées correctement ;
- Chaque roue doit être munie d'un frein fonctionnel ;
- Les vélos non conventionnels ou muni d'équipement inhabituel sont interdits à moins d'une approbation préalable du Raid ;
- La jugulaire du casque doit être adéquatement attachée dès que le compétiteur retire son vélo de son support et jusqu'à ce qu'il la remise à la fin de l'étape de vélo ;
- L'utilisation de tous les genres de pédales est permise ;
- Les compétiteurs doivent avoir avec eux le matériel nécessaire à la réparation de tous bris (crevaisin).

REGLEMENTS EN COURSE A PIED OU MARCHE

- Un compétiteur peut courir ou marcher ;
- Il est interdit aux compétiteurs de courir torse nu ;
- Les compétiteurs ont la responsabilité de respecter le parcours ;
- Un compétiteur est réputé avoir terminé l'épreuve lorsqu'une partie quelconque de son tronc, sans compter la tête, le cou, les épaules, les bras, les hanches ou les jambes, est atteint la ligne perpendiculaire s'étendant du bord avant de la ligne d'arrivée ;
- Tout compétiteur qui, de l'avis des officiels, semble présenter un danger pour lui-même ou pour les autres peut être expulsé de l'épreuve.

EQUIPEMENT INTERDITS POUR TOUTES LES EPREUVES

- Casque d'écoute ou écouteurs ;
- Contenant en verre.

REGLEMENTS EN ZONE DE TRANSITION

- Le compétiteur ne peut utiliser que le support à vélo qui lui est désigné et doit y ranger son vélo.
- Aucun compétiteur ne peut gêner la progression d'un autre participant dans la zone de transition.
- Un compétiteur ne peut agir de manière à gêner ou à faire obstacle à l'équipement d'un autre athlète dans la zone de transition.
- Les compétiteurs doivent monter et descendre du vélo à l'endroit ou à la ligne désignée.
- Il est interdit de rouler sur son vélo dans la zone de transition.

GENERALITE : CHAQUE EPREUVE EST UNIQUE

Les parcours ne sont jamais identiques à cause des différences de distance, de terrain, de climat, etc. Pour cette raison le Raid des Appalaches peut admettre certaines exceptions en ce qui a trait aux règlements de la course.

Des exceptions aux règles de course sont admises en tenant compte avant tout de la sécurité des athlètes. Toute demande de modification des règlements doit être soumise par écrit au comité technique du Raid des Appalaches.

Si, en cas de circonstances particulières, c'est-à-dire la force de la nature, on doit modifier les règles de la course, le jour même de l'épreuve, le comité organisateur avisera tous les compétiteurs.

Le comité organisateur vous souhaite un bon Raid des Appalaches !

Parc régional des Appalaches
105, rue Principale
Sainte-Lucie-de-Beauregard (Québec)
G0R 3L0

Téléphone : 418 223-3423
Télécopieur : 418 223-3422
www.parcappalaches.com
info@parcappalaches.com

