

6.5. Natation

6.5.1. Implantation

6.5.2. Température de l'eau

La température de l'eau doit être prise par un arbitre, 1h15 avant le départ, à trois points différents sur le parcours natation, à 60 cm de profondeur. La température la plus basse sera la température de référence. Elle doit être communiquée une heure avant le départ.

L'utilisation d'une combinaison néoprène est autorisée, selon les températures suivantes :

Distance	Annulation de l'épreuve	Combinaison Obligatoire	Combinaison Interdite
Distances jeunes	< 16°C	-	> à 24,5°C
XXS à XXL	≤ 12°C	< à 16°C	> à 24,5°C

Modification des distances de course :

La distance peut être raccourcie ou annulée en fonction du tableau suivant.

Distances d'origine	Température de l'eau dans le cas où la température de l'air est supérieure à 15°C						
	≥ 32 °C	31,9 °C - 31 °C	30,9 °C - 15 °C	14,9 °C - 14 °C	13,9 °C - 13 °C	12,9 °C - 12,1 °C	≤ 12 °C
400 m	Annulée	400 m	400 m	400 m	400 m	400 m	Annulée
750 m	Annulée	750 m	750 m	750 m	750 m	750 m	Annulée
1500 m	Annulée	750 m	1500 m	1500 m	1500 m	750 m	Annulée
3000 m	Annulée	750 m	3000 m	3000 m	1500 m	750 m	Annulée
4000 m	Annulée	750 m	4000 m	3000 m	1500 m	750 m	Annulée

En cas d'annulation, la natation est remplacée par une course à pied dont la distance est définie ci-dessous :

Distance	Km de course à pied en remplacement de la natation
XXS	800 m
XS	1,5 km
S	2,5 km
M	5 km
L	7,5 km
XL et XXL	10 km

6.5. Natation

6.5.1. Implantation

Une zone d'échauffement (hors zone départ) doit être mise à la disposition des athlètes.
Les changements de direction doivent être signalés par des bouées.

6.5.2. Température de l'eau

La température de l'eau doit être prise par un arbitre, 1h15 avant le départ, à trois points différents sur le parcours natation, à 60 cm de profondeur. La température la plus basse sera la température de référence. Elle doit être communiquée une heure avant le départ.

L'utilisation d'une combinaison néoprène est autorisée, selon les températures suivantes :

Distance	Annulation de l'épreuve	Combinaison Obligatoire	Combinaison Interdite
Distances jeunes	< 16°C	-	> à 24,5°C
XXS à XXL	≤ 12°C	< à 16°C	> à 24,5°C

Modification des distances de course :

La distance peut être raccourcie ou annulée en fonction du tableau suivant.

Distances d'origine	Température de l'eau dans le cas où la température de l'air est supérieure à 15°C						
	≥ 32 °C	31,9 °C - 31 °C	30,9 °C - 15 °C	14,9 °C - 14 °C	13,9 °C - 13 °C	12,9 °C - 12,1 °C	≤ 12 °C
400 m	Annulée	400 m	400 m	400 m	400 m	400 m	Annulée
750 m	Annulée	750 m	750 m	750 m	750 m	750 m	Annulée
1500 m	Annulée	750 m	1500 m	1500 m	1500 m	750 m	Annulée
3000 m	Annulée	750 m	3000 m	3000 m	1500 m	750 m	Annulée
4000 m	Annulée	750 m	4000 m	3000 m	1500 m	750 m	Annulée

En cas d'annulation, la natation est remplacée par une course à pied dont la distance est définie ci-dessous :

Distance	Km de course à pied en remplacement de la natation
XXS	800 m
XS	1,5 km
S	2,5 km
M	5 km
L	7,5 km
XL et XXL	10 km

Lorsque la température de l'eau est inférieure à 22°C et la température de l'air inférieure à 15°C, la température officielle de l'épreuve sera définie en fonction d'un tableau suivant.

Dans le cadre des épreuves jeunes, la distance de remplacement de la natation est laissée à la discrétion de l'organisateur en concertation avec l'arbitre principal. La durée ne devra pas dépasser le temps estimé pour la natation.

Pour les épreuves de disciplines enchaînées dont les épreuves de natation se déroulent en intérieur, la température de l'air extérieur doit être au minimum de 8°C. Dans le cas contraire, la partie natation est annulée.

		Température de l'air extérieur (en °C)										
		15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5
Température de l'eau (en °C)	22	18,5	18	17,5	17	16,5	16	15,5	15	14,5	14	Annulée
	21	18	17,5	17	16,5	16	15,5	15	14,5	14	13,5	Annulée
	20	17,5	17	16,5	16	15,5	15	14,5	14	13,5	13	Annulée
	19	17	16,5	16	15,5	15	14,5	14	13,5	13	12,5	Annulée
	18	16,5	16	15,5	15	14,5	14	13,5	13	12,5	12	Annulée
	17	16	15,5	15	14,5	14	13,5	13	12,5	12	Annulée	Annulée
	16	15,5	15	14,5	14	13,5	13	12,5	12	Annulée	Annulée	Annulée
	15	15	14,5	14	13,5	13	12,5	12	Annulée	Annulée	Annulée	Annulée
	14	14	14	13,5	13	12,5	12	Annulée	Annulée	Annulée	Annulée	Annulée
	13	13	13	13	12,5	12	Annulée	Annulée	Annulée	Annulée	Annulée	Annulée

Concurrent :

- Le concurrent est autorisé à marcher ou courir sur le fond uniquement au départ, à l'arrivée et/ou lors d'une sortie à l'australienne.
- Il est interdit d'utiliser le fond, un autre concurrent, les bouées ou autres objets flottants pour gagner un quelconque avantage. Pour des raisons de sécurité, il est toutefois autorisé de se reposer temporairement sur un point fixe.
- Les concurrents doivent porter le bonnet de bain fourni par l'organisateur s'il en met à disposition. A défaut, le concurrent doit porter un bonnet de bain personnel.
- Le vêtement minimum en natation est le maillot non transparent en une ou deux pièces.
- Les lunettes de natation, masques, pince-nez sont autorisés.
- Les aides artificielles sont interdites (plaquettes, palmes, tuba, gilets, flotteurs, gants, chaussons, etc.), ainsi que le recouvrement des mains et des pieds. L'utilisation des palmes peut être autorisée, à titre dérogatoire, par la ligue régionale de Triathlon.
- La combinaison néoprène de natation ne peut comprendre que trois parties au maximum : cagoule, haut avec ou sans manches, un bas. L'épaisseur maximale est de 5 mm au niveau de la tête, du torse et des jambes. Le recouvrement de deux parties de la combinaison n'excédera pas 5 cm +/- 0,3 cm.
- Le port de la combinaison néoprène n'est autorisé que pour la partie natation et uniquement en fonction des conditions de température de l'eau (cf. tableau ci-dessus). En cas d'obligation, cette dernière devra couvrir à minima le buste et les cuisses.
- Lorsque le port de la combinaison néoprène est interdit :
 - Le port d'une surtenue sans néoprène est autorisé du moment qu'elle ne recouvre pas les avant bras et les jambes en dessous du genou.
- Tout comportement agressif tel que couler ou frapper entraînera une disqualification.