



TRIATHLON
YVERDON-
LES-BAINS

GOLD EVENT
ORGANISER

SWISS TRIATHLON

Guide du / de la Triathlète

unified

by swiss inclusive sport





SOMMAIRE

1

INFORMATIONS GÉNÉRALES

p.3

2

**INSCRIPTIONS SUR PLACE ET
RETRAIT DES DOSSARDS**

p.7

3

PLAN DE SITUATION

p.8

4

RÈGLES SWISS TRIATHLON

p.9

5

CONSEILS

p.12

6

CONTACT

p.15

INFORMATION GÉNÉRALES

- **Date** : Samedi 12 septembre et dimanche 13 septembre 2026.
- **Organisateur** : Service des sports et de l'activité physique, Ville d'Yverdon-les-Bains & TRYverdon.
- **Lieu** : [Plage d'Yverdon-les-Bains](#)
- **Parking** : Parking de la Place d'Armes, Parking de l'Hippodrome/Rives ou Parking de la Plage (accessible uniquement le samedi !). Les parkings sont payants le samedi (CHF 1.30.-/h) et gratuit le dimanche.
- **Vestiaires et douches** : [Patinoire d'Yverdon-les-Bains](#) (non surveillés).
- **Dépôt de valeurs** : Aucun point de dépôt sécurisé pour les objets de valeur n'est prévu. Veuillez les conserver avec vous ou les déposer dans la zone de change.
- **Dossards** : Les dossards doivent être retirés sous la grande tente présente sur le [Parking du Restaurant de la Plage](#). Les dossards sont remis par ordre numérique, merci de vous munir de votre numéro de dossards (disponible sur le site de [Datasport](#)).
 - Le samedi 12 septembre entre 08h00 et 15h30 ;
 - Le dimanche 13 septembre dès 07h00 et jusqu'à 45 minutes avant le départ de chaque course.
- **Règles de compétition et matériel** : Toutes les règles de compétition, qu'elles concernent le matériel, le règlement sportif ou le fonctionnement spécifique d'un triathlon, sont disponibles sur notre site internet dans notre [Foire aux questions](#), dans le [Règlement de compétition de Swiss Triathlon](#) et dans le [Règlement de compétition](#).





- **Sécurité** : L'Organisateur met en œuvre un certain nombre de dispositifs visant à sécuriser les parcours, en particulier du fléchage et du personnel. Le parcours vélo du dimanche se fait entièrement sur routes fermées à la circulation.
- **Briefing** : Les athlètes sont attendus 10 minutes avant leur horaire de départ, au départ natation, pour le briefing assuré par Swiss Triathlon.
- **Chronométrage** : Datasport est le chronométreur officiel de l'événement, chaque athlète recevra un transpondeur/puce (1 seul transpondeur/puce pour les équipes).
- **Service médical** : Les samaritains nord-vaudois seront présents avec la présence d'un ambulancier pour répondre à tout type d'intervention.
- **Cadeau souvenir** : En participant au Triathlon d'Yverdon-les-Bains, chaque participant-e reçoit :
 - **Un produit local, artisanal et durable, en collaboration avec des producteurs de notre région.** Cette démarche s'inscrit dans notre volonté de soutenir l'économie locale, de réduire notre empreinte écologique et de proposer des alternatives écoresponsables aux cadeaux habituels. En participant à notre événement, vous contribuez vous aussi à faire vivre le savoir-faire régional et à promouvoir des choix respectueux de l'environnement ;
 - **Un rabais de CHF 10.-** sur votre prochain achat dans les magasins Déathlon (valable à partir d'un achat de minimum CHF 60.-).

PROGRAMME

Samedi 12 septembre 2026

		VTT		
				
Dès 10h15	Regio League Individuel Ecolier-ères 10-13	200m	4.6km	1km
		100m	2.3km	600m
Dès 13h15	Ecolier-ères 7-9 Ecolier-ères 10-13	50m	1km	600m
		200m	4.6km	1km
13h55	Fun Races	200m	4.6km	1km
Dès 14h55	Regio League Team Ecolier-ères 10-13	100m	2.3km	600m

Les plans des parcours sont disponibles [ici](#).

Le programme complet du samedi est disponible [ici](#).





Dimanche 13 septembre 2026

				
Dès 08h00	Triathlon Series (Championnat suisse)	750m	22.5km	5km
Dès 09h20	Youth League Demi-finales	250m	4.5km	1km
Dès 09h50	National League Demi-finales	400m	9km	2.5km
Dès 10h20	Short Distance (temps limité!)	400m	18km	5km
Dès 12h50	National League + Youth League Finales B	250m	4.5km	1km
Dès 13h25	Youth League Finales A	250m	4.5km	1km
Dès 14h00	National League Finales A	400m	9km	2.5km
Dès 14h35	Short Distance Try&Tri Youth Series	400m	18km	5km

Les plans des parcours sont disponibles [ici](#).

Le programme complet du samedi est disponible [ici](#).

INSCRIPTIONS SUR PLACE ET RETRAIT DES DOSSARDS

Inscriptions sur place possibles dans la limite des dossards disponibles et jusqu'à 45 minutes avant le départ de chaque course.

Les dossards peuvent être retirés sous la grande tente présente sur le [parking du Restaurant de la Plage](#). Aucun dossard n'est envoyé à votre domicile.

Retrait dossards et inscriptions sur place:

- Le samedi 12 septembre entre 08h et 15h30 ;
- Le dimanche 13 septembre dès 07h00 et jusqu'à 45 minutes avant le départ de chaque course.

Conseils :

Arrivez sur place suffisamment tôt pour retirer votre dossard et installer votre matériel dans le parc de change, en respectant les horaires de Check-IN. N'oubliez pas votre confirmation d'inscription ainsi que votre numéro de dossard.

Attention: nous ne prenons aucun dépôt de valeurs le jour de la manifestation !



PLAN DE SITUATION

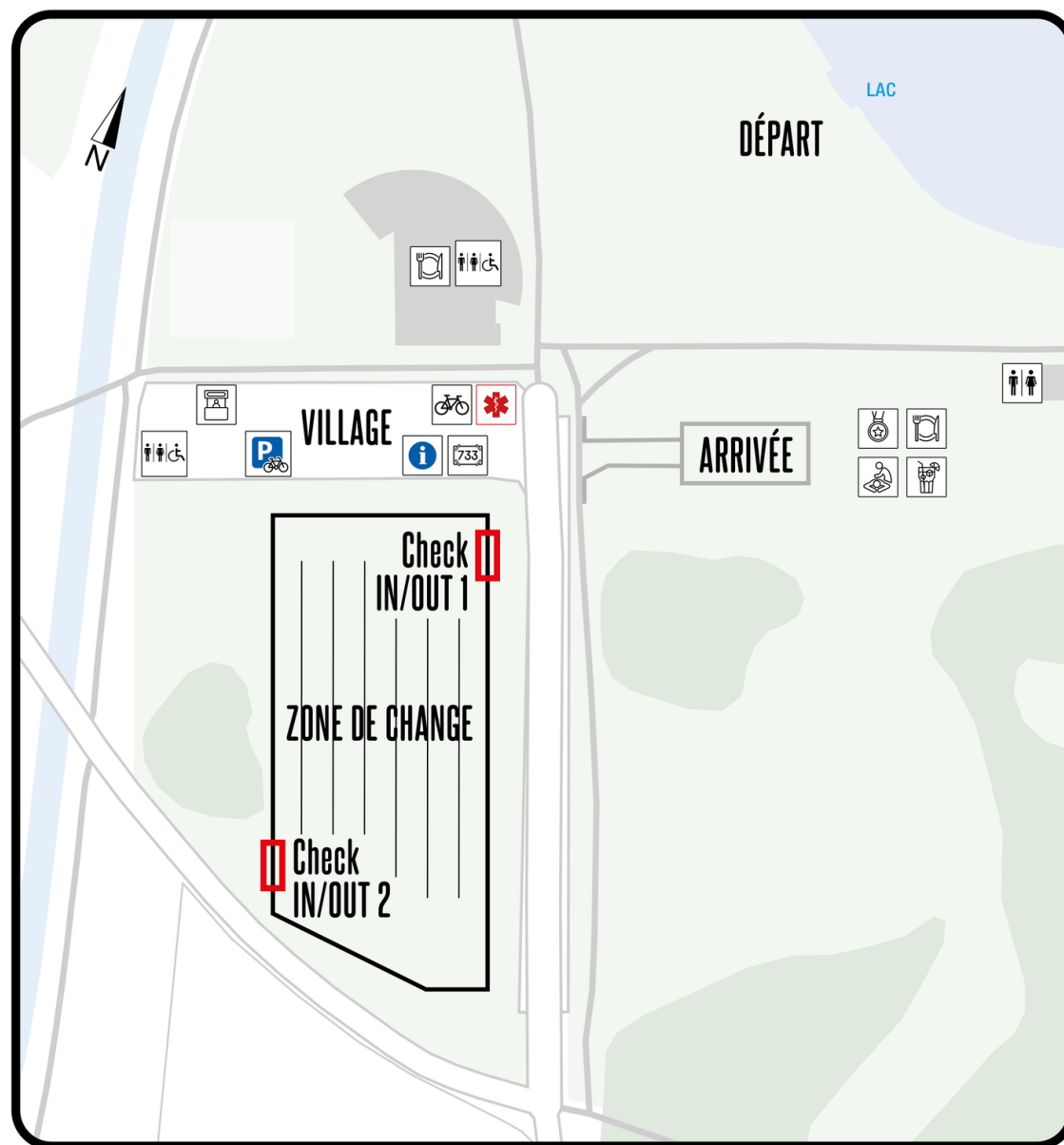
Le départ et l'arrivée se déroulent à la **Plage d'Yverdon-les-Bains**.

Des vestiaires et douches sont disponibles à la **Patinoire d'Yverdon-les-Bains** (non surveillés).

Deux CHECK IN/OUT différents existent. Seule la National League et la Youth League empruntent le CHECK INT/OUT n°2. Tous les autres athlètes se présentent au CHECK IN/OUT n°1.

Décathlon sera présent sur place pour proposer un service de réparation sur place ainsi que de la vente de divers articles.

Dans la zone d'arrivée, le **TRYverdon** vous proposera sandwiches et pâtisseries, tandis que le Foodtruck Nomad Pasta servira des pâtes de 11h00 à 17h00.



CONNAIS LES RÈGLES



Toutes les informations ci-dessous sont extraites du règlement des compétitions de Swiss Triathlon et sont disponible en téléchargement sur le site Web de Swiss Triathlon.

swisstriathlon.ch

RESPECTER LE PARCOURS

Assurez-vous de bien connaître le parcours – consultez les cartes. En cas de doute, demandez à l'organisateur avant le jour de course. Les commissaires de course sont là pour garantir la sécurité de l'événement, pas pour vous indiquer le chemin !



COMPORTEMENT

Tous les participants à votre course sont là pour vous garantir une expérience sûre et agréable. Veuillez respecter les autres concurrents et faire preuve de courtoisie envers tous les officiels techniques, les organisateurs, les bénévoles et les spectateurs. Tout comportement abusif envers ces personnes sera sanctionné.

AIDE EXTERIEURE

Il est interdit aux athlètes de fournir du matériel essentiel à d'autres athlètes participant à la même compétition, pendant le déroulement de celle-ci. Il est notamment interdits de fournir des vélos complets, cadres, roues et casques. Toute infraction entraînera la disqualification des deux athlètes concernés. Les athlètes peuvent toutefois fournir d'autres équipements à

d'autres athlètes de la même compétition, à condition qu'ils puissent poursuivre leur propre compétition.

Il est interdit à un athlète d'aider physiquement un autre athlète à progresser. Toute infraction entraînera une disqualification. Si l'athlète recevant cette aide l'accepte sans chercher à la refuser, il sera disqualifié.

DECHETS

Veuillez jeter correctement tous les déchets et équipements dans les zones identifiées, telles que les postes de secours ou les points de collecte des déchets, mises en place par l'organisateur de l'événement.



ÉTAT DE SANTÉ

Swiss Triathlon encourage tous les athlètes à se soumettre à une évaluation de santé périodique (PHE) et à une évaluation de préparticipation (PPE) avant de s'engager dans un sport de compétition.



SPORT PROPRE

Swiss Triathlon (ST) œuvre pour un sport propre. Il incombe à chaque athlète de se familiariser avec le Règlement antidopage de ST, notamment en ce qui concerne les examens médicaux et les contrôles antidopage, les obligations, les droits, les responsabilités et les procédures de contrôle, les sanctions et les voies de recours, ainsi que les substances et méthodes interdites.

ILLEGAL EQUIPMENT

Tout appareil susceptible de distraire l'athlète et de l'empêcher de se concentrer pleinement sur son environnement est interdit (par exemple, lecteurs MP3, téléphones portables et appareils d'enregistrement vidéo personnels).



TRI FONCTION

Les athlètes doivent participer avec un vêtement couvrant les deux épaules durant la totalité de la compétition.

Le torse doit être couvert en tout temps et la nudité est strictement interdite.



FERMETURE ÉCLAIR

La fermeture éclair avant peut être ouverte sur n'importe quelle longueur, à condition que (1) la fermeture éclair soit toujours fermée en bas et (2) le haut de l'uniforme couvre toujours les épaules.

L'uniforme doit être entièrement fermé dans les 100 derniers mètres avant la ligne d'arrivée.



DOSSARDS

Le port du bonnet de bain et du dossard fourni par l'organisation est obligatoire.

Le dossard ne doit subir aucune modification et doit être visible pendant le vélo (à l'arrière) et la course à pied (sur le devant). Il est interdit en natation si la course est déclarée sans néoprène.



CHECK-IN

Seul les athlètes ont accès à la transition. Assurez-vous de venir au check-in avec un équipement en ordre, le casque fermé sur la tête, le dossard visible et votre timing chips à la cheville gauche.

Assurez vous aussi que les autocollants remis par l'organisateur soient placés sur le cadre du vélo et le casque.

CONNAIS LES RÈGLES

SWISS
+ TRIATHLON

Toutes les informations ci-dessous sont extraites du règlement des compétitions de Swiss Triathlon et sont disponible en téléchargement sur le site Web de Swiss Triathlon.

swisstriathlon.ch

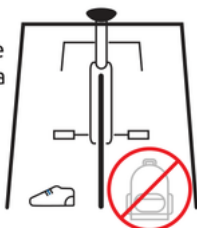
NEOPRENE ET TEMPERATURE EAU

Natation	Interdit	Obligatoire
< 1500m	22°C et plus	15.9°C et moins
> 1500m	24.6°C et plus	15.9°C et moins

Pour les athlètes de 60+ ans, la règle pour les distances de plus de 1 500 m s'applique à toutes les distances.

TRANSITION

Les concurrents ne doivent apporter dans la zone de transition ce qui est nécessaire pour la compétition. Les sacs et effets personnels doivent être déposés dans la zone prévue à cet effet.



CASQUE

Tous les athlètes doivent avoir leur casque attaché et ne peuvent pas ouvrir/fermer le mécanisme de verrouillage du casque entre le moment où ils retirent leur vélo du support et celui où ils le replacent sur le support et le lâchent après avoir terminé la partie cycliste.



VÉLO POUR COURSE SANS DRAFTING



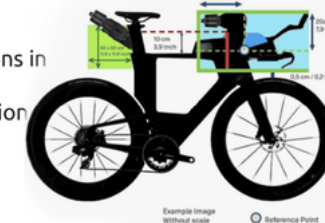
VÉLO POUR COURSE AVEC DRAFTING



SYSTÈME D'HYDRATATION

Le volume d'hydratation monté autour de l'axe de direction doit avoir une capacité maximale combinée de 2 litres. Les systèmes d'hydratation montés à l'arrière ne peuvent contenir plus de deux bouteilles d'eau d'une capacité maximale de 1 litre chacune.

Check the specifications in the rule interpretation around the Swiss Triathlon



AUTRE PENALITES TEMPS QUE LE DRAFTING

Il existe deux types d'infractions sanctionnées par des pénalités de temps.

Drafting: voir poster spécifique

Autres violations

- 1 min. – événements longue distance ;
- 30 sec. – événements moyenne distance ;
- 15 sec. – événements distance standard ;
- 10 sec. – événements distance sprint and relai mixte ;
- 5 sec. – distance plus courte



carte JAUNE

Les pénalités seront servis aux endroits suivants :

Violation	Where
Départ	T1
Natation	T1
Transition 1	Avertissement en T1
Vélo	Zone Pénalité Vélo
Transition 2	Avertissement en T2
Course à pieds	Avertissement/ Pénalité temps sur place

CODE DE LA ROUTE

Les athlètes doivent se conformer aux règles de circulation locales et aux instructions données par les officiels.

Rouler sur la droite de la route et dépasser par la gauche.

ARRIVÉE

Les athlètes ne peuvent être accompagnés par aucune personne ne participant pas à la compétition dans la zone d'arrivée.



CONNAIS LES RÈGLES

Toutes les informations ci-dessous sont extraites du règlement des compétitions de Swiss Triathlon et sont disponible en téléchargement sur le site Web de Swiss Triathlon.

swisstriathlon.ch

DRAFTING/BLOCKING QU'EST-CE ?

Le **"drafting"** consiste à se placer dans le sillage d'un autre athlète ou d'un véhicule motorisé pendant l'épreuve cycliste afin d'obtenir un avantage concurrentiel.



carte
BLEUE

"Blocking" consiste à occuper une position sur le parcours qui empêche un athlète derrière vous de vous dépasser.

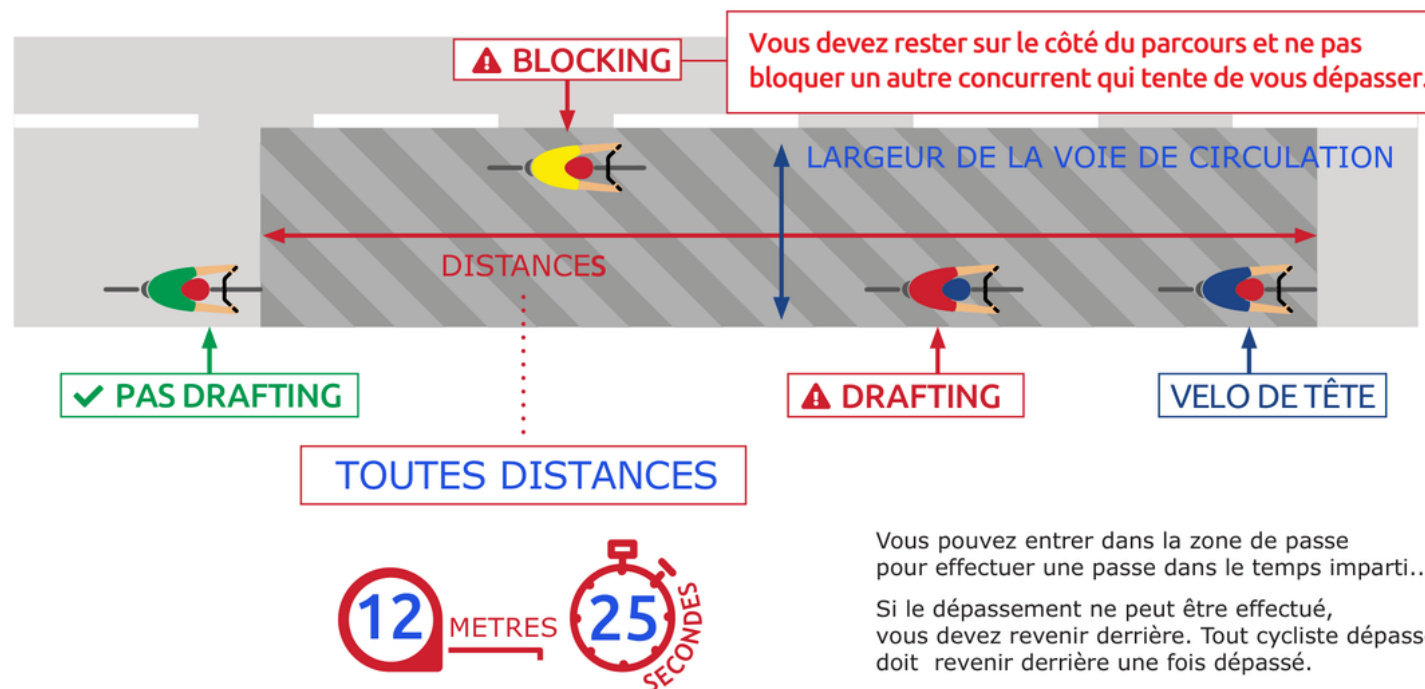


carte
JAUNE

Les officiels techniques ne sont pas tenus de donner un avertissement concernant le drafting avant d'infliger une pénalité de temps.

Les deux infractions sont sanctionnées par une pénalité de temps à purger dans la **prochaine** zone de pénalité.

DRAFTING / NOT DRAFTING / BLOCKING



Vous pouvez entrer dans la zone de passe pour effectuer une passe dans le temps imparti....

Si le dépassement ne peut être effectué, vous devez revenir derrière. Tout cycliste dépassé doit revenir derrière une fois dépassé.

PENALITES

	DRAFTING			BLOCKING
	1e offence	2e offence	3e offence	
COURT	30 sec*	DSQ*	n/a	5 sec
SPRINT & RELAY MIXTE	30 sec*	DSQ*	n/a	10 sec
STANDARD	1 min	DSQ	n/a	15 sec
MOYENNE	2 min	2 min	DSQ	30 sec
LONGUE	3 min	3 min	DSQ	1 min

Les pénalités de temps doivent être purgées dans la prochaine **zone de pénalité**.

* Si la course sprint autorise le drafting, il n'y a pas de pénalités pour "drafting"

AUTRES VEHICULES



15
METRES



35
METRES

Vous devez rester à **15 m** derrière les motos et à **35 m** derrière les autres véhicules afin d'éviter tout effet de "drafting"



PREMIER TRIATHLON

CHECKLIST MATÉRIEL

NATATION



Maillot de bain
ou Trifonction



Aide matérielle



Lunettes de natation
Bonnet officiel (Swiss Triathlon)



Linge



Crème solaire et crème
anti-friction



Obligatoire si eau <16°C
et interdite si >22°

VÉLO



Vélo



Aide
matérielle



Casque et lunettes



Chaussures



Gourde remplie



Kit réparation
en cas de crevaison

COURSE



Chaussures de
course



Aide
matérielle



Casquette



Commandez votre
pack photo **KUVA**
pour immortaliser
votre effort !

Demandez à vos
accompagnant-es de
vous prendre en
photo et taguez
sportsap_yverdon
sur Instagram.

RÉSUMÉ DU DÉROULEMENT LE JOUR J

1

Je retire mon dossard avec ma confirmation d'inscription, mon cadeau souvenir et médaille finisher (si commandée) aux horaires indiqués ;

2

Je prépare mon vélo pour le contrôle du matériel à l'entrée du parc de change (CHECK IN) : je colle l'étiquette vélo (allongée) sur la tige de ma selle et les étiquettes sur mon casque de vélo ;

3

Je fixe le transpondeur (puce de chronométrage) à ma cheville gauche (pour éviter de crocher dans le pédalier). Toute puce non retournée sera facturée CHF 50.- ;

4

Je me rends au bon CHECK IN selon les heures indiquées de ma catégorie pour procéder au contrôle du matériel ;

5

Je trouve ma place dans la zone de change et je dépose et prépare mes affaires à gauche de ma place. A ne pas oublier : dossard à l'arrière durant le vélo et à l'avant durant la course à pied ;

6

Je prends mon bonnet et mes lunettes, et sors de la zone de change pour m'échauffer dans la zone dédiée et ensuite écouter le briefing de course 15' avant mon départ.



Autocollants



Bonnet officiel Swiss Triathlon



Dossard



Transpondeur



Cadeau souvenir

**PACK DU/DE LA
TRIATHLÈTE**



INFORMATIONS RELAIS

Le relais Short Distance et la Try&Tri Youth Series peuvent être pratiquées en équipe de 2 ou 3 personnes.

Seul le/la cycliste doit obligatoirement se présenter au CHECK IN pour contrôler le matériel.

Il n'y a pas de zone relais spécifique. Vous rejoignez votre place attitrée dans le parc de change et les autres membres de l'équipe attendent à cette place pour effectuer **le relais en se transmettant le transpondeur (puce électronique)**.

Pour rappel :

- Le/la nageur·se porte le bonnet transmis par Swiss Triathlon ainsi que des lunettes ;
- Le/la cycliste doit porter son dossard tourné vers l'arrivée, avec les autocollants collés sur la tige de la selle et sur le casque ;
- Le/la coureur·se doit porter son dossard tourné vers l'avant.

Les relayeur·ses peuvent se trouver vers la ligne d'arrivée pour finir ensemble la course.





BONNE COURSE !

En cas de question, vous pouvez contacter le Service des sports et de l'activité physique par téléphone au 024 423 60 84 ou par mail à info.sports@yverdon-les-bains.ch.

Vous pouvez également consulter notre Foire aux questions.



14^e ÉDITION
12-13 SEPTEMBRE 2026



LE NORD VAUDOIS

