



CHAPTER 20
TRIATHLON

CHAPTER 20 – CHAPITRE 20

LE FRANÇAIS SUIT

CHAPTER 20 - TRIATHLON

1. TEAM COMPOSITION

- 1.1. Regional teams will consist of the top two male and two female athletes in both the Open and Masters categories of the Olympic and sprint category. Any remaining positions after regional allocations are filled will be awarded to the next fastest athletes overall, regardless of region and/or category based solely on the verified performance times provided. For the Senior category, regardless of region the national office will directly select the top five Senior Women and the top five Senior Men based on official results.

	CATEGORY	CW	ON	QC	ATL	ALL
SPRINT	OPEN MEN	2	2	2	2	
	MASTER MEN	2	2	2	2	
	TOP MEN					4
	OPEN WOMEN	2	2	2	2	
	MASTER WOMEN	2	2	2	2	
	TOP WOMEN					4
OLYMPIC	OPEN MEN	2	2	2	2	
	MASTER MEN	2	2	2	2	
	TOP MEN					4
	OPEN WOMEN	2	2	2	2	
	MASTER WOMEN	2	2	2	2	
	TOP WOMEN					4
SR	MEN					5
	WOMEN					5

- 1.2. For the Half Distance, all CAF athletes will compete in CAF Open category (however they will compete in their respective age category in the event). The national office will select the top ten women and the top ten men based on verified performance times. If fewer than ten athletes qualify in one gender, any remaining spots will be reallocated to the other gender according to the next fastest times available.



CHAPTER 20 – CHAPITRE 20

1.3. Qualification times are listed in [PARA 6 – Qualifying times](#)

2. RULES

2.1. The competition shall be conducted in accordance with the [World Triathlon \(TRI\)](#) rules supplemented by and in accordance with the [CAF Sports Championships Operations Manual](#).

3. SUSPENSIONS

3.1. The minimum suspensions will be applied when the following infractions occur during a Championship:

- a. As per [World Triathlon \(TRI\)](#) and
- b. In race suspensions will adhere to IAW local guidelines. Athletes will respect and adhere to local official regulations. Protests to race-day decisions will be made IAW local race guidelines.

3.2. Reference [Chapter 5 – Suspensions](#), for infractions that may be applied to any sport.

4. CHAMPIONSHIP FORMAT

4.1. The Championship shall consist of two (2) separate races as listed under [para 5](#). A triathlete may only be eligible to enter in one (1) category in one (1) race. Also, triathletes will only be permitted to enter the race for which they have entered a qualifying time.

5. EVENTS

5.1. The CAF National Triathlon Championship shall consist of the following races:

- a. Sprint (C25): 750m swim, 20km bike, 5km run.
- b. Olympic (A51): 1.5km swim, 40km bike, 10km run; and
- c. Half (P113): 1900m swim, 90km bike, 21km run



CHAPTER 20 – CHAPITRE 20

6. QUALIFYING TIMES

- 6.1. The qualifying times listed below are the minimum qualifying times that a CAF triathlete must achieve at a sanctioned race in the past 14 months. Proof of times must be submitted to your local PSP Base Sports Coordinator NLT the due date stated in the CAF National Triathlon Championship Joining Instructions.
- 6.2. Under extenuating circumstances, such as deployments, a member may not have the opportunity to compete in a race within time requirement listed in [para 6.1](#). In these cases, a written request can be made to the MCAFS through the member's local PSP Sports Coordinator prior to the deadline stated in the CAF National Triathlon Championship Joining Instructions.

DISTANCES	OLYMPIC		SPRINT		HALF	
Age Categories	Male	Female	Male	Female	Male	Female
Under 19	2:50:00	2:59:00	1:25:00	1:30:00	6:08:10	6:37:36
20-24	2:50:00	2:59:00	1:25:00	1:30:00	6:08:10	6:37:36
25-29	2:50:00	2:59:00	1:25:00	1:30:00	6:10:48	6:40:46
30-34	2:50:00	2:59:00	1:25:00	1:30:00	6:21:19	6:44:34
35-39	2:50:00	2:59:00	1:25:00	1:30:00	6:27:32	6:51:41
40-44	3:00:00	3:10:00	1:25:00	1:30:00	6:37:29	7:01:49
45-49	3:00:00	3:10:00	1:30:00	1:35:00	6:50:04	7:12:32
50-54	3:10:00	3:20:00	1:40:00	1:45:00	6:56:48	7:21:00
55 & over	3:20:00	3:40:00	1:50:00	1:55:00	7:19:38	7:44:14

7. EQUIPMENT

- 7.1. All athletes must wear the following equipment / uniforms listed in the table below:

MANDATORY	RECOMMENDED
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Participants shall ensure that any equipment used during the event, including their bike, is compliant with the World Triathlon (TRI), rules (or the provincial body); <p>Swim:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ A wetsuit may be permitted, as per World Triathlon (TRI) regulations (or the provincial body); and <p>Bike:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ CSA certified helmet during the bike portion of the race; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Goggles



CHAPTER 20 – CHAPITRE 20

8. AWARDS

- 8.1. The first (1st) and second (2nd) place finishers, male and female, in the Olympic and Sprint distance events will be presented with medals. All awards are based on the “chip time”. Gold and Silver medals will be awarded within each race category for each race distance (male & female) so long as there is a minimum of five (5) participants in that race category. If there are less than five (5) participants in a particular race category for any given race distance (male & female) only a gold medal shall be awarded (as per 2006 National RSMgr Meeting Minutes).
- 8.2. The CAF age categories for men and women are broken down as follows in all events for the purpose of the CAF awards presentation:
 - a. Open (under 40 years);
 - b. Masters (40 – 47 years); and
 - c. Senior (48+ years).
- 8.3. Ages for the above categories apply as of December 31st of the year of competition.
- 8.4. The Shield of Excellence, Regional Team Award promotes teamwork in an inherently individual sport. The Shield shall be awarded to the winning male and female regional team. Regional teams will be composed of the top two (2) Olympic finishers and the fastest Sprint finisher. The team with the fastest combined time will be declared the winner. OUTCAN will be recognized as its own region, 5 regions will be competing.
- 8.5. The Shield of Dedication, PO Jake Kennedy Most Improved Award is awarded to an Olympic distance individual who improved their time most from the previous year's CAF National Triathlon Championship Olympic distance results.
- 8.6. At the end of the Championship, members may nominate a player that has exhibited the highest level of sportsmanship including ethical & responsible behaviour, fair play, integrity and respect combined with a high standard of playing ability. The Jury of Appeal and/or Chief Official will select the recipient based on the nominations brought forward.
- 8.7. Any monetary award won by an athlete competing under the CAF National Triathlon Championship is to be handed over to CFMWS in accordance with the [QR&Os: Volume III - Chapter 208 Fines, Forfeitures and Deductions](#) (208.45 – Deductions for Recovery of Additional Payment Received in Performance of Duties).



CHAPTER 20 – CHAPITRE 20

8.8. See awards breakdown in the table below;

Awards / Recognition	Quantity	Nationals	Regionals
Gold Medals (ref para 9.1 - 9.2)	12	✓	n/a
Silver Medals (ref para 9.1 - 9.2)	12	✓	n/a
Regional Team Award	2	✓	n/a
Most Improved Award	1	✓	n/a
Sportsmanship	1	✓	n/a
Officials	1-3	✓	n/a
Trainers	3	✓	n/a
VIP's / Patrons	1	✓	n/a





CHAPITRE 20
TRIATHLON

CHAPITRE 20 – TRIATHLON

1. COMPOSITION DE L'ÉQUIPE

- 1.1. Les équipes régionales seront composées des deux meilleurs athlètes masculins et des deux meilleures athlètes féminines dans les catégories Ouverte et Maître des épreuves olympiques et de sprint. Les places restantes après l'attribution des places régionales seront attribuées aux athlètes les plus rapides suivants, quelle que soit leur région et/ou leur catégorie, sur la base uniquement des temps de performance vérifiés fournis. Pour la catégorie Senior, quelle que soit la région, le bureau national sélectionnera directement les cinq meilleures femmes Senior et les cinq meilleurs hommes Senior sur la base des résultats officiels.

	CATÉGORIE	CO	ON	QC	ATL	TOTAL
SPRINT	OUVERTE MASCULIN	2	2	2	2	
	MAÎTRE MASCULIN	2	2	2	2	
	MEILLEURS HOMMES					4
	OUVERTE FÉMININ	2	2	2	2	
	MAÎTRE FÉMININ	2	2	2	2	
	MEILLEURES FEMMES					4
OLYMPIQUE	OUVERTE MASCULIN	2	2	2	2	
	MAÎTRE MASCULIN	2	2	2	2	
	MEILLEURS HOMMES					4
	OUVERTE FÉMININ	2	2	2	2	
	MAÎTRE FÉMININ	2	2	2	2	
	OUVERTE FÉMININ					4
SR	HOMMES					5
	FEMMES					5

- 1.2. Pour l'épreuve de demi distance, les athlètes des FAC se mesureront dans la catégorie Ouverte des FAC (mais dans leur catégorie d'âge respective lors de l'épreuve). Le bureau national sélectionnera les dix meilleures femmes et les dix meilleurs hommes sur la base des temps de performance vérifiés. Si moins de dix athlètes se qualifient pour une catégorie de genre (masculin ou féminin), les places restantes seront réattribuées à l'autre genre en fonction des temps les plus rapides disponibles.

- 1.3. Les temps de qualification figurent au [paragr. 6 – Temps de qualification](#).



CHAPTER 20 – CHAPITRE 20

2. RÈGLES GÉNÉRALES

- 2.1. La compétition doit se dérouler conformément aux règles de [Triathlon mondial \(TRI\)](#) et selon le [Manuel de référence des championnats des FAC](#).

3. SUSPENSIONS

- 3.1. Durant le championnat, les suspensions minimales s'appliquent lorsque surviennent les infractions suivantes :
- a. selon les règles de [Triathlon mondial \(TRI\)](#) et de;
 - b. Les suspensions pendant la course sont conformes aux lignes directrices locales. Les athlètes doivent respecter les règlements officiels à l'échelle locale. Les protestations aux décisions le jour de la course seront soumises selon les lignes directrices locales.
- 3.2. Se reporter au [chapitre 5 – Suspensions](#), pour les infractions qui peuvent s'appliquer à n'importe quel sport.

4. TYPE DE CHAMPIONNAT

- 4.1. Le championnat comprend deux (2) courses distinctes, comme il est indiqué au [paragr. 5](#). Une ou un triathlète ne peut s'inscrire qu'à une seule catégorie d'âge dans une course. De plus, les triathlètes ne peuvent participer qu'à la course pour laquelle ils ont soumis un temps de qualification.

5. ÉPREUVES

- 5.1. Le Championnat national de triathlon des Forces armées canadiennes (FAC) comporte les courses suivantes :
- a. Sprint (C25) – 750 m de natation, 20 km de vélo, 5 km de course
 - b. Épreuve olympique (A51) – 1,5 km de natation, 40 de km vélo, 10 km de course
 - c. Demi-distance (P113) – 1,9 km m de natation, 90 km de vélo, 21 km de course



CHAPTER 20 – CHAPITRE 20

6. TEMPS DE QUALIFICATION

- 6.1. Les temps de qualification précisés ci-dessous constituent les temps de qualification minimums qu'une ou un triathlète des FAC doit avoir obtenus lors d'une course sanctionnée dans les 14 mois précédents. Les preuves de temps obtenues doivent être soumises à la coordonnatrice ou au coordonnateur des sports des PSP de la base ou de l'escadre au plus tard à la date limite précisées dans les Instructions de ralliement du Championnat national des FAC.
- 6.2. Dans des circonstances atténuantes (comme un déploiement), il est possible qu'une ou un militaire n'ait pas eu l'occasion de participer à une course dans les temps de qualification prescrits au [paragr. 6.1](#). Dans pareil cas, elle ou il peut présenter une demande écrite à la ou au gestionnaire des sports des FAC (GSFAC), par l'entremise de la ou du gestionnaire des sports régionaux (GSR), avant la date limite établie dans les Instructions de ralliement du Championnat national de triathlon des FAC.

DISTANCES	OLYMPIQUE		SPRINT		DEMI	
	Catégories d'âge	Homme	Femme	Homme	Femme	Homme
Under 19	2.50:00	2:59:00	1.25:00	1:30:00	6:08:10	6:37:36
20-24	2.50:00	2:59:00	1.25:00	1:30:00	6:08:10	6:37:36
25-29	2.50:00	2:59:00	1.25:00	1:30:00	6:10:48	6:40:46
30-34	2.50:00	2:59:00	1.25:00	1:30:00	6:21:19	6:44:34
35-39	2.50:00	2:59:00	1.25:00	1:30:00	6:27:32	6:51:41
40-44	3:00:00	3:10:00	1:25:00	1:30:00	6:37:29	7:01:49
45-49	3:00:00	3:10:00	1:30:00	1:35:00	6:50:04	7:12:32
50-54	3:10:00	3:20:00	1:40:00	1:45:00	6:56:48	7:21:00
55 & over	3:20:00	3:40:00	1:50:00	1:55:00	7:19:38	7:44:14

7. ÉQUIPEMENT

- 7.1. Les athlètes doivent porter l'équipement et l'uniforme précisés dans le tableau ci-dessous.

OBLIGATOIRE	RECOMMANDÉ
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Les triathlètes doivent s'assurer que leur équipement pendant les épreuves, y compris le vélo, est conforme aux règles de Triathlon mondial (TRI) (ou de l'organisme provincial); <p>Natation :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ La combinaison isothermique peut être permise conformément aux règles de Triathlon mondial (TRI) (ou de l'organisme provincial). <p>Vélo :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Casque homologué CSA pendant l'épreuve de vélo. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Lunettes de protection



CHAPTER 20 – CHAPITRE 20

8. RÉCOMPENSES

- 8.1. Des médailles sont remises aux athlètes, femmes et hommes, qui terminent en première (1^{re}) et en deuxième (2^e) positions dans l'épreuve olympique et le sprint. Toutes les récompenses sont basées sur le temps de la puce. Des médailles d'or et d'argent sont décernées dans chaque catégorie pour chaque distance (femmes et hommes), à condition que la catégorie compte un minimum de cinq (5) athlètes. S'il y a moins de cinq (5) athlètes dans une catégorie donnée pour n'importe quelle distance (femmes et hommes), seule une médaille d'or sera attribuée (conformément au procès-verbal de la réunion nationale des GSR de 2006).
- 8.2. Les catégories d'âge des FAC, femmes et hommes, se divisent comme suit aux fins de remise des prix des FAC :
 - a. « ouverte » (moins de 40 ans);
 - b. « maîtres » (de 40 à 47 ans);
 - c. « senior » (48 ans et plus).
- 8.3. La catégorie d'âge d'une ou d'un triathlète est fonction de son âge au 31 décembre de l'année de compétition.
- 8.4. Le Prix d'excellence de l'équipe régionale souligne le travail d'équipe dans un sport essentiellement individuel. Il est remis à l'équipe régionale féminine et masculine gagnante dont deux (2) des triathlètes dans l'épreuve olympique et une ou un triathlète dans l'épreuve du sprint ont enregistré le meilleur chrono combiné. L'équipe ayant réalisé le meilleur temps combiné sera déclarée gagnante. HORSCAN sera reconnue comme une région à part entière, cinq régions seront en compétition.
- 8.5. Le Prix du dévouement M 1 Jake Kennedy de l'athlète s'étant le plus amélioré est décerné à l'athlète dont la performance à l'épreuve olympique lors du Championnat national de triathlon des FAC de cette année a dépassé largement celle de l'année dernière.
- 8.6. À la fin du championnat, les participantes et participants peuvent soumettre la candidature d'une ou d'un triathlète qui a fait preuve d'un esprit sportif exceptionnel, y compris d'un comportement responsable et conforme à l'éthique, de franc-jeu, d'intégrité et de respect combinés à des habiletés athlétiques remarquables. Le jury d'appel ou l'officielle ou l'officiel en chef choisira la ou le récipiendaire selon les candidatures reçues.



CHAPTER 20 – CHAPITRE 20

8.7. Tout prix en argent remporté par une ou un triathlète qui participe au Championnat national de triathlon des FAC doit être remis aux SBMFC conformément aux [ORFC : Volume III – Chapitre 208 Amendes, suppressions et déductions](#) (208.45 – Déductions pour le recouvrement d'un versement supplémentaire reçu dans l'exercice des fonctions).

8.8. Voici le tableau des récompenses :

<u>Prix/reconnaissance</u>	<u>Quantité</u>	<u>National</u>	<u>Régional</u>
Médailles d'or (réf. paragr. 9.1 et 9.2)	12	✓	S.O.
Médailles d'argent (réf. paragr. 9.1 et 9.2)	12	✓	S.O.
Prix de l'équipe régionale	2	✓	S.O.
Prix de l'athlète s'étant le plus amélioré	1	✓	S.O.
Prix de l'esprit sportif	1	✓	S.O.
Officielles et officiels	1-3	✓	S.O.
Soigneuses et soigneurs	3	✓	S.O.
Invité(e)s de marque/Président(e) d'honneur	1	✓	S.O.

