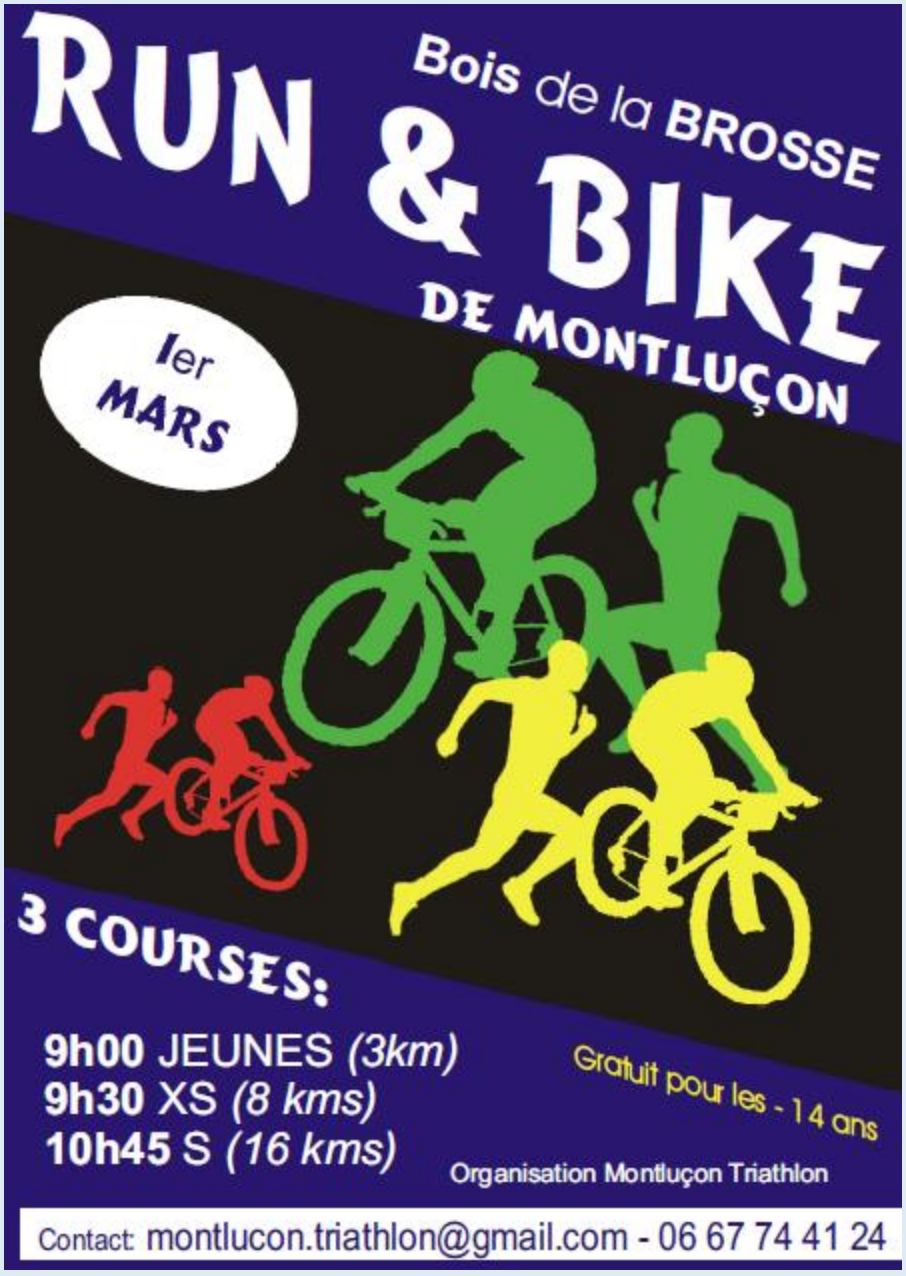
Briefing de course



LIGUE RÉGIONALE DE TRIATHLON AUVERGNE

BIKE&RUN

Lavault-Sainte-Anne

1Er Mars 2015

ESPACE SOLEMUR
STAC S.A.R.L Vente-Achat-Occasion
CULTURE VÉLO
Pharmacie Lafayette
PIZZ S.COM
Amaranthe ALIMENTATION BIO
BIO conviv' Produits Biologiques et Naturels
Clubmoving Bouger, c'est vivre !
La Bureautique Bretonnie
Allier le Département
kiwami
PEUGEOT DOMERAT
CRÉDIT AGRICOLE
Volkswagen JMC AUTOS SA
MONTLUÇON
CONSEIL RÉGIONAL AUVERGNE
Crédit Mutuel
leDRIVE Intermarché
sogeb
WELCOM'

ORGANISATION

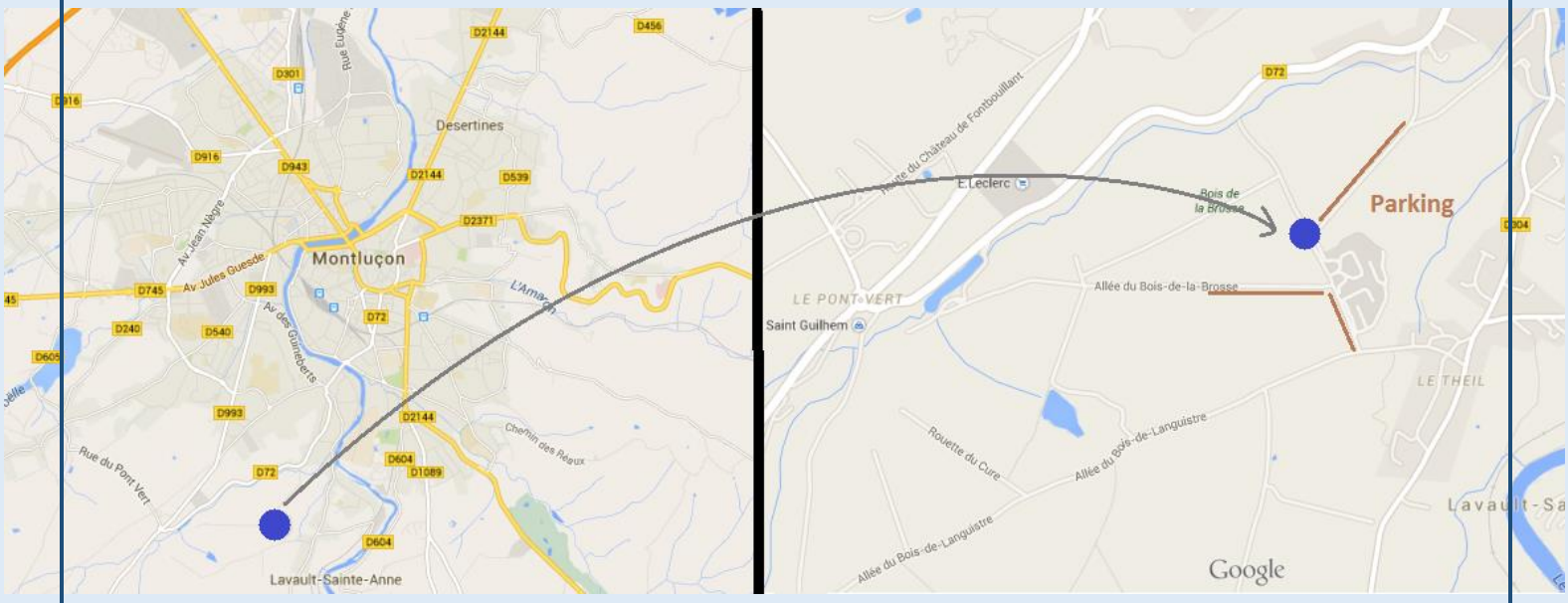
PROGRAMME ET HORAIRES

9h00 Course jeunes 8-13ans (né entre 2002 – 2007) : ***3KM***

9h30 Course XS (à partir de 2003) : ***8KM***

10h45 Course S (à partir de 1999) : ***16KM***

ACCES AU SITE ET RETRAIT DES DOSSARDS



Pour l'inscription il faut fournir soit :

- la licence compétition FFTRI

ou un certificat médical (en compétition) de triathlon

ou un certificat médical (en compétition) de course à pied + cyclisme

ou les deux licences FFA et FFC

ou une licence FFA + certificat médical (en compétition) de cyclisme

ou une licence FFC + certificat médical (en compétition) de course à pied

Lors du retrait des dossards, le concurrent doit vérifier l'exactitude des données le concernant, et les valider en émargeant.

L’inscription sur place est possible.

PARCOURS BIKE&RUN

1 boucle de 300m de course à pied pour le 1er équipier.

Course Jeunes 3km en 1 boucle pour les 2 équipiers et le VTT
Course XS : 8km en 1 boucle pour les 2 équipiers et le VTT
Course S : 16km en 2 boucles pour les 2 équipiers et le VTT

Fléchage et bénévoles sur le parcours.

Les 2 équipiers groupés et le VTT doivent franchir la ligne pour être classés.

Pas de temps limite et ravitaillement en fin de course.

REGLES DE COURSES

« Avant la course »

Casque sur la tête, jugulaire serré par chacun des deux concurrents, au départ et à tout moment de la course.

Dossard avec trois points de fixation à placer sur le devant.

Plaque vélo fixée sous le guidon visible de face.

Les concurrents se présentent par équipe (athlète 1 et 2) sur l'air de départ pour contrôle des tenues, des casques et du numéro de dossard

« Procédure de départ »

L'équipier 1 se rend sur la ligne de départ Course à Pied

L'équipier 2 a la roue arrière du VTT entre les jambes

L'équipier 1 effectue le tour de 300m de Course à Pied seul pendant que son coéquipier 2 l'attend

L'équipier 2 prend le départ au moment où l'équipier 1 prend le VTT.

« Pendant la course »

Après le départ, les relais entre équipiers sont libres, ils n'ont pas obligation d'être ensemble.

Sauf sur la zone de contrôle, délimitée par 2 lignes distantes de 30m, d'un bout à l'autre, les 2 concurrents doivent être l'un à côté de l'autre (coureur main sur l'épaule du cycliste).

Les sanctions «Stop and Go» et «Carton Rouge» peuvent être différées en un point quelconque du parcours.

Le dossard doit être lisible à tout moment de la course, le vélo doit effectuer tout le parcours, 1 seul concurrent à la fois sur le vélo.

RECOMPENSE

Remise des récompenses de chaque course à 12h00

CONTACT

06 67 74 41 24

montlucon.triathlon@gmail.com

LIENS UTILES

Site FFTRI : http://www.fftri.com/

RGF 2015 : http://www.fftri.com/files/pdf/RGF2105_web_BAT.pdf

Site de l'organisateur : http://montlucontriathlon.com/

BONNE COURSE !