

Bike & Run de la CCCE

Dimanche 6 avril 2015

Organisation :

Les épreuves de Bike & Run sont organisées par le **CCCE Triathlon Club** dans la forêt communale de Cattenom près du lac du Mirgenbach et des zones Forticat et Nauticat.

Présentation :

Les épreuves, conviviales et accessibles à tous sont ouvertes à toutes personnes licenciées ou non, âgées de 8 ans et plus. Les Bike&Run sont des courses qui se déroulent par équipe de deux (mixte ou non) concurrents avec un seul VTT (l'un court pendant que l'autre pédale).

Les coureurs s'élanceront en premier sur une boucle, rejoindront les vététistes pour effectuer ensemble les parcours définis selon les catégories. C'est une course où les équipiers ne sont pas obligés de rester groupé avec des prises de relais de durée libre.

Les équipiers doivent obligatoirement passer ensemble à chaque tour la zone d'arrivée sur une longueur de 50m.

Programme et horaires :

08h00 : Ouverture des inscriptions et remise des dossards

09h20 : Briefing XS

09h30 : Course XS

10h40 : Briefing jeunes 12 - 19 ans

10h50 : Course jeunes 12 - 19 ans

11h20 : Briefing jeunes 8 – 11 ans

11h30 : Course jeunes 8 – 11 ans

12H15 : Podiums (horaire variable, selon dernière équipe ayant franchi la ligne d'arrivée).

Parcours :

Le parcours XS type est composé de 4 boucles, dont :

- 1 première boucle de 800m, effectuée sans vélo par au choix par 1 équipier
- 3 boucles d'environ 4km chacune en binome

Le parcours standard 12-19 ans se compose de 2 boucles, dont :

- 1 première boucle de 500m effectuée sans vélo, afin d'étirer la vague de départ
- 1 boucle d'environ 4km en binome

Le parcours standard 8-11 ans se compose de 2 boucles, dont :

- 1 première boucle en aller retour d'au moins 500m effectuée sans vélo, afin d'étirer la vague de départ
- 1 boucle d'environ 1 km en binome

Catégorie d'âge	Durée approximative
Jeunes 8-11 ans	12 à 18 min
Jeunes 12-19 ans	24 à 30 min

Les épreuves se déroulent sur un circuit majoritairement sur asphalté avec un passage sur un chemin forestier. Les itinéraires sont conçus de sorte à éviter les difficultés et à privilégier les zones de pleine nature.

Dans le souci de respecter le site de la course, il est strictement interdit de jeter des débris sur le parcours. Toute ignorance de cette règle entraînera la disqualification de l'équipe.

Définition fédérale des catégorie d'ages par équipe/binome

Sur les épreuves Jeunes, en fonction de l'accessibilité de la distance à la catégorie d'âge concernée, les jeunes (de 8 ans à 19) constituent :

- soit des équipes/binomes de même catégorie,
- soit des équipes/binomes composées au maximum de deux catégories d'âges successives 2 ans (mini-poussin et poussin ; poussin et pupille ; pupille et benjamin ; benjamin et minime ; minime et cadet ; cadet et junior).

Sur les autres épreuves, la composition des équipes est libre en fonction de l'accessibilité de la distance à la catégorie d'âge concernée. Les équipes mixtes sont possible. Une équipe composée de licenciés de catégories d'âges différentes sera classée dans la catégorie la plus âgée. Un Vétéran faisant équipe avec une autre catégorie d'âge, sera classé dans la catégorie Sénior.

Catégorie d'age - Saison 2014/2015

(Age que l'intéressé(e) atteint entre le 1er janvier et le 31 décembre de l'année civile qui suit l'ouverture de la saison)

Catégorie	Age	Années
Mini Poussins	6 - 7 ans	2008 - 2009
Poussins	8 - 9 ans	2006 - 2007
Pupilles	10 -11 ans	2004 - 2005
Benjamins	12 -13 ans	2002 - 2003
Minimes	14 - 15 ans	2000 - 2001
Cadets	16 – 17 ans	1998 - 1999
Juniors	18 – 19 ans	1996 - 1997
Sénior 1	20 – 24 ans	1991 - 1995
Sénior 2	25 – 29 ans	1986 - 1990
Sénior 3	30 – 34 ans	1981 - 1985
Sénior 4	35 – 39 ans	1976 - 1980
Vétéran 1	40 – 44 ans	1971 - 1975
Vétéran 2	45 – 49 ans	1966 - 1970
Vétéran 3	50 – 54 ans	1961 - 1965
Vétéran 4	55 – 59 ans	1956 - 1960
Vétéran 5	60 – 64 ans	1951 - 1955

Vétéran 6	65 – 69 ans	1946 - 1950
Vétéran 7	70 – 74 ans	1941 - 1945
Vétéran 8	75 – 79 ans	1936 - 1940
Vétéran 9	80 – 84 ans	1931 - 1935
Vétéran 10	85 – 89 ans	1926 - 1930
Vétéran 11	90 - 94 ans	1921 - 1925
Vétéran 12	95 – 99 ans	1916 - 1920

Règles et modalités de course :

Les épreuves se dérouleront conformément à la réglementation sportive de la FFTRI (www.fftri.com).

La permutation des équipiers est libre avec possibilité de ne pas rester groupés. Au moins une zone de regroupement par tour (présence des deux coéquipiers et du vélo dans la zone prévue) est mise en place par l'organisateur.

Important :

- Les membres d'une même équipe doivent obligatoirement traverser la zone de contrôle côte à côte.
- Le port du casque à coque rigide (jugulaire fermée) est obligatoire pour tous les concurrents sur l'intégralité du parcours.
- Les concurrents porteront en permanence leur dossard (devant).
- Un seul concurrent est autorisé sur le vélo. Le vélo doit effectuer la totalité du parcours.
- Pour qu'une équipe soit classée, la ligne d'arrivée doit être franchie par les équipiers et le vélo.
- Le temps du dernier concurrent de l'équipe à passer la ligne d'arrivée servira de référence au classement.

Il n'est pas autorisé aux concurrents de recevoir une aide extérieure sous peine de disqualification.

Les concurrents acceptent en toute circonstance de se soumettre aux décisions des arbitres, celles-ci sont sans appel.

Inscription et frais d'engagement

- **Les non licenciés :**

Les non-licenciés doivent s'acquitter d'une licence journée incluse dans les frais d'inscription (pour l'assurance) remise lors de la prise du dossard. Cette licence journée est gratuite.

Ils présentent :

- une pièce d'identité
- une autorisation parentale pour les mineurs le jour de la course.
- un certificat médical d'aptitude. Ce certificat médical doit dater de moins d'un an et doit indiquer la contre-indication de la pratique soit :
 - « en compétition du Bike & Run » /
 - « en compétition du Duathlon » /
 - « en compétition du Triathlon » /
 - « en compétition de l'Athlétisme ET Cyclisme »

Un modèle de certificat médical téléchargeable sur le site du club :

www.ccce-triathlon.org.

- **Pour les licenciés :**

Les licenciés FFTRI présentent leurs licences et d'une pièce d'identité au moment du retrait du dossard.

Il y a aussi obligation de présenter une autorisation parentale pour les mineurs le jour de la course.

Seuls les double licenciés FFC et FFA sont dispensés de présenter un certificat médical mais doivent s'acquitter de la licence journée. Une seule des deux licences est insuffisante et ne peut remplacer le certificat médical d'aptitude au triathlon ou bike & run en compétition.

Engagement :

Le formulaire d'inscription, le formulaire du certificat médical, le formulaire d'autorisation parentale ainsi que le parcours détaillée du site de course sont sur notre site internet :

www.ccce-triathlon.org.

Les inscriptions peuvent s'effectuer

- sur le site internet du club CCCE Triathlon www.ccce-triathlon.org ,
- par courrier (envoi du bulletin d'inscription, du paiement par chèque au nom du club CCCE Triathlon à :

*CCCE Triathlon
8a des Ducs du Luxembourg
57570 RODEMACK*

- sur place dans la limite des places disponibles.

Tarifs :

Un tarif unique est appliqué à tous les participants, qu'ils soient licenciés FFTRI ou non.

Tarifs pour l'inscription d'un binôme de 2 équipiers, jusqu'au 31 mars avant la course, le coût des préinscriptions est fixé à :

- Jeunes 8-11 ans et 12-19 ans : 5€
- Format XS : 15€.

Tarifs pour les inscriptions avec paiements effectués au-delà du 31 mars (inscriptions sur place autorisées), cachet de poste faisant foi ou via le site internet :

- Jeunes 8-11ans et 12-19 ans : 8€
- Format XS : 20€

Droit à l'image .

Les participants autorisent expressément les organisateurs ainsi que leur ayant droits, tels que partenaires et médias à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles ils pourraient apparaître, prises à l'occasion de leurs participations aux épreuves, sans contrepartie financière, sur tout support y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires, pour la durée la longue prévue par la loi, les règlements, les traités en vigueur.

Responsabilité :

Responsabilité civile : Les organisateurs sont couverts pour les risques en Responsabilité Civile auprès de l'assurance de la F.F.TRI. Individuelle accident : Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence ainsi que les non-licenciés avec la licence journée.

Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas

- d'accident ou de défaillances provoquées par un mauvais état de santé,
- accident provoqué par le non respect des consignes de sécurité données par les organisateurs, les arbitres
- le non respect des consignes de sécurité dictées par le service médical visant la santé du concurrent

- de perte, de bris ou de vol d'objet personnel ou de matériel.

En aucun cas, un concurrent ne pourra se retourner contre l'organisation pour quelque motif que ce soit. L'émargement au retrait du dossard vaut acceptation du règlement.

La réglementation générale est celle de la FFTRI.

Annexes :

Les annexes sont les suivantes : bulletin d'inscription, certificat médical, autorisation parentale pour les mineurs / parcours détaillée du site de course.

Plan accès et plan de Course :

La course a lieu dans la forêt communale de Cattenom près du lac du Mirgenbach et des zones Forticat et Nauticat.