

Bike & Run des J3 TRI

Présentation :

L'événement est un Bike & Run organisé par la section J3 Triathlon ouvert à tous.

Cette manifestation se déroulera aux étangs de CEPOY le 17 Novembre 2024 à partir de 11h00.

Le **Bike&Run** est une course qui se réalise en binôme avec un vététiste et un coureur à pied qui peuvent, tout au long de la course, changer leurs rôles sans limite, mais ayant l'obligation de franchir la ligne d'arrivée ensemble.

- Un équipier sur le vélo, l'autre doit se déplacer en courant.
- La course se fera sans assistance électrique.

- La permutation entre les équipiers est libre sur l'ensemble du parcours.
- Le choix de course **groupé ou non** reste au choix des binômes.
- Une équipe ne doit **en aucun cas**, gêner une autre équipe dans sa progression.
- **FAIR-PLAY** et **ESPRIT SPORTIF** doivent primer durant la course.
- Le **Port du casque est obligatoire** pour tous les concurrents sur l'ensemble du parcours
- Les concurrents porteront en permanence leur dossard de manière visible devant au niveau du torse.
- L'organisateur remettra à chaque participant un dossard à placer devant au niveau du torse et de manière visible.
- Un seul membre du binôme doit monter sur le vélo à la fois. Le vélo doit faire l'intégralité du parcours. **Attention aucun Vélo à Assistance Electrique (VAE) ne sera admis.**
- Elle peut se faire en binôme masculin, féminin ou mixte
- Licences acceptées FFTRI Compétition,
- Licence acceptées accompagné du Pass compétition (assurance, souscription en même temps que l'inscription) FFTRI Loisir ou PPS autorisant la pratique de la course à pied en compétition.
- Pour les mineurs non licencié fftri joindre l'attestation parentale

Programme :

11h00 Pupilles (2013-2014) : 3 petites boucles pour 4500m

11h20 Poussins (2015-2016) : 2 petites boucles pour 3000m

11h40 Mini poussins (2017-2018) : une petite boucle de 1500m

12h10 podium Mpo - Po - Pu

12h45 : XS 2 grandes boucles soit 6 km avec un départ BE + MI

12h50 : XS 2 grandes boucles soit 6km avec départ open

14h : S 4 grandes boucles avec fonction des effectifs 1 - 2 où 3 départ décalé (F - Mixte - H)

15h15 : remise des récompenses XS et S

16h : goûter ligue + remise des récompenses des Challenges Jeunes

17h : fin

Buvette sur place

Crêpes, sandwich, Bière, et boissons chaudes

Formule ou au détail

Pour les courses enfants

Le départ

- Le départ se fera en deux lignes distinctes.
- La première ligne est composée des cyclistes de chaque binôme.
- La seconde ligne, située 200m devant, est formée par les coureurs des binômes. - Le départ pour les cyclistes se fera en fonction de l'arrivée du Binôme..

L'arrivée

- Les coureurs d'un même binôme doivent **impérativement arriver ensemble**.
- Une zone de rassemblement est mise en place à 200m de la ligne, pour reformer les binômes avant de franchir la ligne.
- En entrant dans la zone d'arrivée (50m), les **personnes étant sur le vélo doivent impérativement descendre de celui-ci**, et le pousser jusqu'à l'arrivée.
- L'arrivée doit être franchie par les deux équipiers et le vélo simultanément.
- Le temps du dernier concurrent de l'équipe déterminera le temps du binôme pour le classement final.

Pour la course adulte

Le départ

- Le départ se fera en deux lignes distinctes.
- La première ligne est composée des cyclistes de chaque binôme.
- La seconde ligne, située 200m devant, est formée par les coureurs des binômes. - Le départ pour les deux lignes se fera en fonction de l'arrivée du binôme

L'arrivée

- Les coureurs d'un même binôme doivent **impérativement arriver ensemble**.
- Une zone de rassemblement est mise en place à 200 m de la ligne, pour reformer les binômes avant de franchir la ligne.
- En entrant dans cette zone, les **personnes étant sur le vélo doivent impérativement descendre de celui-ci**, et le pousser jusqu'à l'arrivée.
- L'arrivée doit être franchie par les deux équipiers et le vélo simultanément.
- Le temps du dernier concurrent de l'équipe déterminera le temps du binôme pour le classement final.

Les tarifs :

Pour les licenciés FFTRI :

- Épreuves Jeunes 4€
- XS 12€
- S 15€

Licence dirigeant/loisir rajouter le pass compétition

Pour les non licenciés FFTRI

- Épreuves Jeunes 6€ + pass compétition
- XS 15€ + pass compétition
- S 20€ + pass compétition

Inscription

Uniquement en ligne sur le site ALTICHRONO

Retrait des dossards :

Sous réserve d'un dossier complet et d'une pièce d'identité.

Annexe :

- Plan des parcours