



LIGUE RÉGIONALE DE
TRIATHLON

BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ

Challenge Hivernal de Bike & Run

Cahier des charges 2025-2026

Commission Technique Régionale

Table des matières

Table des matières

| | |
|---|--------------|
| Présentation | 1 |
| Les étapes 2025-2026 | 2 |
| Formats de courses, catégories et classements | 2 |
| Récompenses | 4 |
| Championnat Régional de Bike and Run | 6 |
| Tarifs et Bulletin d'inscription | 5 |
| Les engagements | 6 |
| Détails techniques et règles de course | 7 |
| Quelques préconisations | 8 |
| Cahier des charges | 8 |
| Nombre de boucles et distance | 8 |
| Difficulté des parcours | 8 |
| Aires de départ Coureurs et VTTistes | 8 |
| Boucle coureurs | 9 |
| Aire d'arrivée - Résultats | 9 |

Présentation

Le Bike & Run est une pratique qui consiste à enchaîner la course à pied et le vélo en équipe de 2 avec un seul VTT. Cette discipline offre l'avantage d'être accessible à tous, de pratiquer en « nature » et de mettre en place une organisation simple.

Le circuit régional de Bike & Run permet :

- Une pratique "accessible" au plus grand nombre, en particulier par la participation des non-licenciés FFTRI, faire mieux connaître le club et ses activités, pérenniser et développer ses effectifs et permettre une offre de pratique hivernale aux licenciés des clubs limitrophes.
- d'offrir un nouveau panel d'épreuves de proximité accessibles à tous via l'implication des clubs/organisateurs sur le territoire,
- d'attirer une population de sportifs très exhaustive (jeunes, familles, non licenciés)
- de fédérer les clubs de la ligue pendant la période hivernale, généralement peu propices aux courses par manque d'épreuves au calendrier
- de permettre aux clubs ayant des projets de développement de la pratique pour tous, et en particulier de la pratique jeune, de porter des demandes de labellisation (critères organisations)
- d'apporter aux clubs et écoles de triathlon, un outil participatif de développement d'une dynamique de club et permettre le développement de la cohésion.
- Aux clubs de s'engager dans une action d'organisation qui permet de donner une image de dynamisme auprès des élus et partenaires locaux.

L'organisation sous forme de challenge, permet d'apporter :

- une cohérence d'organisation technique et de communication d'étape en étape,
- le support financier et l'accompagnement technique de la ligue.
- La couverture la plus large possible du territoire doit permettre une meilleure promotion de nos disciplines, des clubs et de la ligue.
- Sous-jacent au projet à vocation sportive, éducative, et (ou) sociale, les résultats financiers de l'organisateur, apporte une aide substantiel au fonctionnement du club

Les étapes 2025-2026

La période de compétition s'étend de octobre 2025 à avril 2026.

Le calendrier prévisionnel:

- 05 octobre 2025: Bike and run de BESANÇON (25)
- 12 octobre 2025: Bike and Run de MARCILLY SUR TILLE - COVATI (21)
- 19 octobre 2025: Bike and run aux Grands Parcs -MONTCEAU LES MINES (71)
- 02 novembre 2025: Bike and run de BELFORT (90)
- 09 novembre 2025: Bike and run de BEAUNE (21)
- 23 novembre 2025: Bike and Run de DOLE (39)
- 30 novembre 2025: Bike and Run de GRAY (70)
- 07 décembre 2025: Bike and run du SÉNONAIS (89)
- 14 décembre 2025 : Bike and Run de DIJON (21)
- 18 janvier 2026: Bike and run de BOURBON LANCY (71)
- 25 janvier 2026: Bike and run de CHENOYE (21)
- 01 février 2026: Bike and Run de NEVERS (58)
- 08 mars 2026: Bike and run de LURE (70)
- 15 février 2026: Bike and Run d'AUXONNE (21)
- 12 avril 2026: Bike and run de MONTBELIARD (25)

Pour figurer dans le circuit régional, les organisateurs (clubs support) devront être affiliés à la F.F.TRI.

Formats de courses, catégories et classements

La catégorie retenue pour l'ensemble des épreuves du circuit 2025-2026 correspond à la catégorie d'âge de la saison 2026.

La journée de manifestation type

3 formats de courses retenus:

| | | |
|---------|--|---|
| JEUNE 1 | Environ 2km (proche de 15min de course) | Catégories mini-poussines à pupilles (2020-2015) |
| JEUNE 2 | Environ 4km (Proche de 25 min de course) | Catégories benjamines et minimes (2014-2011) |
| XS | Distance <13-14km <45 min de course pour le 1 ^{er} | cadet à adulte/athlètes nés en 2010 et avant |

Les différentes catégories pour le classement seront :

- ✓ Equipes composées de cadet(es) et juniors (féminines-masculines-mixtes)
- ✓ Equipes Séniors (féminines - masculines - mixtes)
- ✓ Equipe Vétéranes (féminines - masculines -mixtes)

Pour être classé dans une catégorie, il faudra que les deux athlètes composant l'équipe soient de la même catégorie à contrario l'équipe sera classée Séniор.

Exemple :

- une équipe composée d'un cadet et d'un junior fait partie de la même catégorie
- une équipe composée un senior et un vétéran fait partie de la catégorie Senior

Les équipes qui souhaitent participer au classement général du circuit régional doivent obligatoirement être constituées de la même paire sur les étapes.

Après chaque étape, deux classements seront établis :

- ✓ le classement de l'étape
- ✓ le classement général intermédiaire du circuit régional

Le classement général des épreuves sera établi ainsi :

- ✓ JEUNE 1, 2 et XS: sur les résultats des 5 meilleures étapes,
- ✓ Bonification :
 - 150 points de bonification seront attribuées à l'équipe qui a réalisé 7 étapes mini.
 - 100 points de bonification seront attribués à l'équipe qui a réalisé 5 étapes mini.
 - dans 3 départements différents

NB : Les points ne sont pas cumulables

En cas d'égalité, c'est le meilleur classement, puis le second meilleur classement.../... (jusqu'au départage) qui départagera les équipes.

Animation- épreuve supplémentaire

Une épreuve supplémentaire type animation par exemple, pourra être ajoutée au programme afin de promouvoir la pratique auprès des publics Non-licenciés, les familles, le public en situation de handicap.../...

Récompenses

Etape

L'organisateur veillera à :

- ✓ remettre une médaille à tous les participants des épreuves « Jeunes » ou un lot équivalent et de procéder à un podium 3 premières équipes (podium équipes féminines, podium équipes masculines, et podium équipes mixtes)
- ✓ remettre une récompense sur la course format XS aux :
 - 3 premières équipes cadettes/ juniors (féminines(3), masculines(3), mixtes(3))
 - 3 premières équipes séniors (féminines(3), masculines(3), mixtes(3))
 - 3 premières équipes vétéraines (féminines(3), masculines(3), mixtes(3))
- ✓ Ces récompenses doivent être limitées à une valeur inférieure ou égale à 10 €

Il est demandé à toutes les organisations de:

- mettre à l'honneur l'ensemble des jeunes des courses Jeune 1 et 2, par une Photo de groupe de tous les participant-es.
- Faire les podiums complets jeunes et adultes conformément au cahier des charges

Challenge Régional

A l'issue de la dernière manche, la ligue remettra deux trophées identiques à l'équipe qui remporte le circuit régional de bike and run.

- Les 3 premières équipes Jeune 1 (filles, garçons, mixtes)
- Les 3 premières équipes Jeune 2 (filles, garçons, mixtes)
- Les 3 premières équipes cadettes/ juniors (féminines, masculines, mixtes)
- Les 3 premières équipes séniors (féminines, masculines, mixtes)
- Les 3 premières équipes vétéraines (féminines, masculines, mixtes)

Championnat Régional de Bike and Run

Les titres de champions régionaux seront décernés aux différents vainqueurs du challenge Régional. Les 2 athlètes constituant le bâtonne doivent être licenciés "compétition" à la ligue régionale obligatoirement pour obtenir un titre régional.

Tarifs et Bulletin d'inscription

Le coût d'inscription pour une équipe de 2.

- Jeunes 1 : 4 € par équipe (+2€ pass comp par non-licencié)
- Jeunes 2 : 6 € par équipe (+2€ pass comp par non-licencié)
- XS : **18 € par équipe (+2€ pass comp par non-licencié)**
+ 4 € pour les équipes XS si inscription sur place

L'épreuve est ouverte à toute équipe constituée de deux personnes licenciées FFTRI ou non.

Les licenciés FFTRI seront couverts par leur licence de l'année en cours, les non-licenciés ou licenciés d'une autre fédération, par un Pass Compétition.

Pour obtenir un Pass compétition, le non-licenciés compétition FFTRI devra avoir répondu et signé le formulaire Info santé (questionnaire Santé et Attestation pour les mineur)

L'organisateur mettra en place une cellule « inscription sur place » en relation avec le chronométrage.

Le chronométrage pourra être assuré par le CTL ou un membre de l'ETR formé pour les nouvelles épreuves uniquement ou un membre de l'organisation formé pour les épreuves historiques.

Il est donc à prévoir par les organisateurs :

- ✓ une personne qui saisit les inscriptions sur un poste informatique avec le fichier inscription fourni par le CTL.
- ✓ Une personne prévue pour assurer le chronométrage avec un poste informatique prévu à l'arrivée (prévoir un abri et une ligne électrique).
- ✓ 2 « noteurs » de num de dossards + Arbitre pour assurer l'ordre numérique d'arrivée.

Afin de permettre facilement l'établissement du classement général, **l'organisateur devra saisir sa liste des inscrits via le fichier excel fourni par le CTL avec le petit programme chronométrage (programme excel). Si chronométrage personnel de l'organisateur, celui-ci devra fournir un fichier « résultat » Excel à l'identique que le fichier fourni par le CTL.**

Il est conseillé de mettre en place des inscriptions en ligne via un prestataire ou un googleform. il sera possible de mettre en place une inscription collective « club »via un tableau Excel à envoyer aux clubs et à renvoyer à l'organisateur avant le mercredi précédent l'épreuve.

Le règlement des inscriptions groupées pour les clubs pourra se faire par virement avant l'épreuve ou par chèque le jour de l'épreuve.

Attention, toutes les inscriptions du formulaire « club » seront facturées par l'organisateur au club si celui-ci n'a pas annulé (la ou les inscriptions) à minima 48h avant la compétition.

Le Pass compétition est obligatoirement pris en ligne.

Les engagements

Engagements de l'organisateur

L'organisateur s'engage à :

- ✓ Déclarer sa manifestation via l'application de la FFTRI
- ✓ D'utiliser le lien de prise de Pass compétition en ligne ou de le transmettre au prestataire inscription pour paramétrage. (lien spécifique à chaque épreuve disponible sur l'espace organisateur)
- ✓ diffuser largement les éléments de communication et à faire la promotion du circuit régional
- ✓ de relayer les informations de chaque étape sur les supports communication du club

➤ **L'organisateur devra fournir les renseignements suivant:**

Date et Lieu de l'épreuve: Mail:

site web:

Lien inscription (si inscription en ligne)

➤ **L'organisateur devra transmettre son affiche à minima 2 mois avant son épreuve**

Engagements de la ligue

En contrepartie, la ligue s'engage à :

- ✓ Mettre en place une communication adaptée
 - Communication par Newsletter, site et réseaux sociaux.
- un budget par épreuve sera attribuer pour la communication faceboock de façon à toucher beaucoup plus de personnes sur une durée de 7 à 14 jours

Détails techniques et règles de course

- ✓ Prévoir plan d'organisation des secours avec coordonnées de l'équipe de secouristes, infirmier(ère)s et / ou médecin sur l'épreuve : prévenir les pompiers de la tenue de la manifestation.
- ✓ Prévoir une liaison avec portables entre chaque bénévole responsable de parcours.
- ✓ Pour la course format XS, prévoir un départ des « coureurs seuls » sur une petite boucle de 500 m à 800 m (ou un départ décalé des coureurs situé à une distance de 500 à 800m des VTTistes), et de faire partir les VTT, un par un, au moment du passage de fin de boucle de leur partenaire coureur.
- ✓ En cas d'impossibilité technique d'une boucle « coureurs », décaler un départ VTT de 45sec. du départ des coureurs pour le XS / 10 à 15 sec pour les jeunes.
- ✓ Les VTTistes seront en attente dans une zone matérialisée sur un côté, chaque cycliste démarrera au passage de son co-équipier.

Arbitrage

- ✓ L'arbitrage est assuré bénévolement par un arbitre local et ne donne pas lieu à défraiemt.
- ✓ Si pas d'arbitre local bénévole, la CRA mettra en place un Arbitre.
- ✓ Le défraiemt sera à charge de l'organisateur de l'étape.

Principales règles de course :

- ✓ Le règlement de la FFtri sera en vigueur sur l'ensemble du challenge.
- ✓ Le passage du vélo se fera de la main à la main durant la course.
- ✓ Départ du coureur qui effectue une boucle de course à pied et retrouve équiper dans la **zone d'attente des VTTistes**.
- ✓ Arrivée en commun des 2 équipiers obligatoire : un contact manuel est exigé dans une zone située avant la ligne d'arrivée.
- ✓ En cas d'arrivée au sprint, c'est le dernier des deux partenaires qui classe l'équipe.

Quelques préconisations

Cahier des charges

La qualité des épreuves doit passer par le respect du cahier des charges et des préconisations afin d'accueillir plus de 100 équipages sur les courses adultes.

Nombre de boucles et distance

Le nombre de boucles pour l'épreuves XS (durée recommandée du premier < 45min / soit 13 – 14 km max) doit être au minimum de 2 boucles, le nombre de 3 étant recommandé.

Difficulté des parcours

La difficulté des parcours doit rester moyenne à faible, afin de promouvoir l'accessibilité.

Aires de départ Coureurs et VTTistes

L'aire de départ doit pouvoir accueillir 100 équipages, et se rapproche d'une aire de départ de duathlon. Attention à ne pas avoir un « reserrage » trop « court » après le départ.

L'alignement des VTTistes sur une ou deux rangées le long d'un couloir VTTiste avec séparation d'un couloir coureurs passant par derrière les VTTistes, Ou l'alignement de 2 couloirs VTT (1 dossard pair / 1 dossard impair) avec un couloir central « coureur » semble une solution fluide.

Plusieurs possibilités: couloir externes en VTT et couloir central en course à pied / ou l'inverse.

Départ du VTTiste après contact du coureur (tape dans la main) ou prise du VTT par le coureur. Le VTT sert de « témoin ».

Circulation dans les couloirs VTT à la main jusqu'à sortie de zone possible en cas de passage de VTT.

Boucle coureurs

La boucle « coureur » doit être de 500m à 800 m afin d'étirer un peu plus le passage délicat au niveau de l'aire d'attente VTTiste.

Aire d'arrivée - Résultats

Elle doit être suffisamment large, pour accueillir 3 équipages de front, mais pas plus. Prévoir **2 à 3 « noteurs » pour noter les numéros de dossard à l'arrivée et un « animateur » qui annonce les numéros à l'avance**. Prévoir une tente chrono (ou abri, véhicule... pour protéger de l'humidité) au niveau de la ligne d'arrivée avec ligne d'électricité, pour l'ordinateur et l'arche gonflable. Pas d'arrivée en descente. Prévoir l'impression des résultats après chaque course, pour l'affichage : permet de corriger les erreurs avant les podiums.