

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 (féminines, masculines, 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 vétérans (féminines(3), masculines(3), mixtes(3))

Ces récompenses doivent être limitées à une valeur inférieure ou égale à 10 €

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 vétérans (féminines, masculines, mixtes)

Championnat Régional de Bike and Run

Les titres de champions régionaux seront décernés aux différents vainqueurs du challenge Régional.

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 défraiement.
- ✓ Si pas d'arbitre local bénévole, la CRA mettra en place un Arbitre.
- ✓ Le défraiement 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 équipier 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.

Championnat Régional de Bike and Run

Les titres de champions régionaux seront décernés aux différents vainqueurs du challenge Régional.