

RUN and BIKE

Championnat Départemental UNSS 2017 – District d'Ernée

Organisation

Lieu

Espace municipal « les Bizeuls » à Ernée.
Route de Landivy (D31), sur la droite à la sortie d'Ernée.
Suivre le fléchage.

Courses

- Course n°1 = équipes collèges
- Course n°2 = équipes benjamin(e)s + équipes primaires
- Course n°3 = équipes lycées

Important : Un même élève ne peut participer qu'à une seule course.

Parcours

Boucle départ de 300m pour un coureur de chaque 1^{er} binôme (gars) puis

1 tour binôme gars
1 tour binôme filles
1 tour binôme gars
1 tour binôme filles
1 tour binôme gars
1 tour binôme filles

= 3 tours par binôme
1 tour = 1100m = 6'
soit 30 à 40' de course

Inscriptions

Elles doivent se faire sur OPUSS rubrique « compétitions » jusqu'au 4 octobre à 19h00.
Indiquer le nombre d'équipes engagées :

- en benjamins (2 filles + 2 gars)
- en établissements (2 filles + 2 gars quelque soit la catégorie)

Dossards

Un numéro d'équipe attribuée (même n° pour tous les élèves d'une même équipe)
Ce numéro sera celui des chasubles que porteront les élèves.

1 carton contrôle attaché sur brassard auto-enrouleur avec n° d'équipe à faire perforer
et qui reste sur le VTT comme témoin

Horaires

14h00 – Arrivée des établissements

- pointages d'équipe, distribution des dossards et modifications éventuelles

5' avant chaque course – Rassemblement des concurrents et briefing.

15h00 – Départ course n°1

- équipes collèges

15h45 – Départ course n°2

- équipes benjamin(e)s
- équipes de primaires :

16h30 – Départ course n°3

- équipes lycées

17h00 – Résultats et podiums

17h30 – Les établissements repartent

Rangements et pot pour les volontaires qui ont aidé (profs – parents d'élèves – élèves)

Récompenses

Les 3 premières équipes collèges, benjamins et lycées.

Qualifications pour la finale Académique

Les 3 premières équipes en BF/BG , Etablt collèges, Etabt Lycées + équipes « sport partagé »(Nb ?)

Gestion de l'espace

- grand hangar avec box nominatifs pour chaque établissement (ranger les vélos et sacs)
 - dossards et buvette sous le hangar
 - secrétariat = petite salle (tir à l'arc) ; accès uniquement au professeur responsable
 - secours = dans la salle du secrétariat + profs d'EPS secouristes sur le terrain
 - Double jet d'eau de nettoyage des vélos

Vestiaires

- Toilettes disponibles au niveau de la salle de tennis + près des box établissement
- Vestiaires au gîte près du parking, merci de respecter les lieux
- Point nettoyage vélos derrière le secrétariat

Parkings

- Les cars ou mini-bus sont garés sur place, à l'entrée du site
- Laisser l'accès libre et le parking devant le centre de loisir non occupé

Règlement :

> **course relais en binôme**

- chaque binôme étant composé d'un VTTiste et d'un coureur à pied
- **Rappel : 1 seul et unique VTT par équipe de 4**

> **équipe de 4 avec mixité obligatoire** (2 garçons + 2 filles)

Filles = chasubles verts et jaunes.

Garçons = chasubles bleus et roses.

> **6 boucles à enchaîner. La 1^{ère} équipe ayant terminé gagne la course.**

- L'ordre de passage des binômes d'une même équipe se fera en alternant un binôme garçon et un binôme fille.

> Durant la boucle, la transmission du VTT se réalise où l'on veut sur le parcours entre les coureurs et **s'effectue de main à main.**

> La transmission du relais s'effectue dans la zone prévue.(voir PDF « zone transmission)

- **Les 2 membres du binôme sont à pied** (VTTiste descendu du vélo) et l'un à côté de l'autre
- faire poinçonner son carton et le transmettre ainsi que le vélo au binôme en attente
- repartir à pied (VTTiste à côté du vélo) et sortir ensemble de la zone

> Les 4 co-équipiers doivent finir à pieds et franchir la ligne d'arrivée ensemble sans le VTT

> Le **port du casque à coque dure est obligatoire**, même pendant la course à pied.

= un casque par élève participant (on ne se passe pas les casques)