

# Run

course  
à pied



7<sup>ÈME</sup> ÉDITION



# ando

# Bike<sup>VTT</sup>

**Dimanche 16 octobre 2011**  
**à partir de 9 heures**  
**Départs Stade des Tilleuls**  
**— MIONS (69780) —**

Renseignements : Service des Sports 04 72 23 62 65 / ALM tél. 04 78 21 34 96

# BULLETIN D'INSCRIPTION

à retourner au siège de l'ALM au plus tard pour le jeudi 13 octobre 2011 - Maison des Associations, 7/9 allée du Château 69780 Mions - accompagné du règlement (par équipe) à l'ordre de l'Amicale Laïque de Mions, de la photocopie de la licence FFTRI ou FFA ou du certificat médical original de pratique du Run and Bike, ou course à pied et VTT, en compétition (de moins de 3 mois).

21 km       11 km       6 km *Loisirs Tout public*       6 km *Enfants*

Catégorie de l'équipe :    Femme     Mixte     Homme

## ***EQUIPIER N°1***

Nom ..... Prénom .....

Date de naissance ...../...../.....      Sexe : M  F

Adresse ..... Code postal .....

Ville ..... Email : .....

Licencié : FFTRI ou FFA, Club ..... Date validation licence .....

Non licencié : Date certificat médical .....

### **Pour les mineurs :**

Madame, Monsieur ..... autorise mon enfant à participer au "Run and Bike" de Mions, le dimanche 16 octobre 2011.

### ***• Comment avez-vous entendu parler de la course ?***

Triathlète magazine     Ambiance Sud-Est     Le Progrès     autres

Date ..... Signature obligatoire (vaut acceptation du règlement)

Numéro de dossard

## ***EQUIPIER N°2***

Nom ..... Prénom .....

Date de naissance ...../...../.....      Sexe : M  F

Adresse ..... Code postal .....

Ville ..... Email : .....

Licencié : FFTRI ou FFA, Club ..... Date validation licence .....

Non licencié : Date certificat médical .....

### **Pour les mineurs :**

Madame, Monsieur ..... autorise mon enfant à participer au "Run and Bike" de Mions, le dimanche 16 octobre 2011.

### ***• Comment avez-vous entendu parler de la course ?***

Triathlète magazine     Ambiance Sud-Est     Le Progrès     autres

Date ..... Signature obligatoire (vaut acceptation du règlement)

Numéro de dossard

**Paiement :** Montant ..... chèque       espèces

# RÈGLEMENT

## I. PRÉSENTATION DE L'ÉPREUVE

- Cette compétition aura lieu le **dimanche 16 octobre 2011**.

Le parcours se déroule sur la commune de Mions. Il propose un circuit urbain vallonné avec 40 % de chemins.

L'équipe (1 coureur et 1 cycliste) consiste en un relai. Les équipes sont composées de deux personnes, avec casques obligatoires, et un seul vélo.

Le Run and Bike est le fruit d'un partenariat entre la Municipalité, des Associations locales et les Sponsors.

## II. RÈGLEMENT

- La compétition est ouverte à tous les licenciés FFTRI et FFA et non licenciés à partir de la catégorie Pupilles (2001). Les enfants plus jeunes peuvent participer à condition d'être licenciés FFTRI ou FFA et s'ils sont accompagnés de responsables de ce club ou d'un parent.
- Les compétiteurs non licenciés FFTRI ou FFA doivent être munis d'un certificat médical de moins de 3 mois de non-contre-indication à la pratique en compétition du Run and Bike ou course à pied et VTT.
- Les équipes sont composées de deux concurrents : les équipes mixtes, féminines et masculines sont acceptées dans toutes les catégories d'âge.
- Aucune aide extérieure n'est autorisée. Les compétiteurs ne peuvent être ensemble sur le vélo de l'équipe. **Les équipiers doivent passer ensemble la ligne d'arrivée.**
- Les équipiers doivent évoluer ENSEMBLE durant toute l'épreuve sauf au départ.
- Le changement de vélo doit se faire de la main à la main. Il est interdit au vététiste de poser son vélo et de le laisser en attente sur le bord du chemin pour son coéquipier qui se trouve à l'arrière.
- L'utilisation de vélos de type VTT ou VTC est obligatoire.
- Les coureurs doivent conserver leur vigilance tout au long du parcours, respecter le code de la route et les réglementations fédérales.
- Les dossards remis aux concurrents doivent être visibles tout au long du parcours et **PLACÉS SUR LE TORSE**. Ils doivent obligatoirement être remis à l'arrivée, même en cas d'abandon.
- **Le port du casque homologué à coque dure est obligatoire pour chaque participant, jugulaire serrée.**
- Le constat du non-respect d'un point de règlement par les contrôleurs fixes ou volants et les signaleurs pourrait entraîner la mise hors course de l'équipe.

## III – RESPONSABILITE

Les organisateurs sont couverts en responsabilité civile par une police d'assurance et adhèrent à la charte des courses sur route. Les licenciés FFTRI ou FFA bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence, il incombe aux autres participants de s'assurer individuellement.

L'organisation décline toute responsabilité en cas de perte, vol ou bris de matériel.

Le concurrent autorise les organisateurs à exploiter des images vidéo et photos qui pourront être réalisées durant l'épreuve pour la promotion de l'événement.

Les concurrents traverseront un espace naturel. Ils devront respecter la nature et les promeneurs.

## IV. PARCOURS et CATÉGORIES

Quatre épreuves sont proposées avec briefing obligatoire sur la ligne de départ :

- **21 km** (2 boucles de 10 km) ouverte aux catégories Cadets (1995 et avant) à Vétérans. Départ 9 h.
- **11 km** ouverte aux catégories Minimes (97) à Vétérans. Départ 9 h 15.
- **6 km** "Loisirs tout public" ouverte à tous, à partir de 10 ans (nés en 2001 ou avant). Départ 10 h 15.
- **6 km** "Enfants" ouverte aux enfants Pupilles et Benjamins nés en 98, 99, 2000, 2001. Départ 10 h 30.

## V. RAVITAILLEMENT

Ravitaillements proposés aux participants sur le parcours.

## VI. RECOMPENSES

Un tee-shirt est offert à chaque participant 11 km et 21 km. Les trois premières équipes masculines, féminines et mixtes des parcours "6 km Enfants", 11 et 21 km seront récompensées. Les trois premiers temps scratch du "6 km Loisirs Tout public" font l'objet d'une récompense sur le podium. Un lot par tirage au sort.

## VII. INSCRIPTIONS

- **Pour les inscriptions à l'avance jusqu'au 15 octobre**, le montant est de **11 €** par équipe pour le 11 km, **16 €** pour le 21 km, **gratuit** pour les épreuves 6 km.

- **Pour les inscriptions le jour de la course**, le montant est de **16 €** par équipe pour le 11 km, **21 €** pour le 21 km, **4 €** pour les épreuves de 6 km.

Il sera possible de retirer les dossards et de s'inscrire lors d'une **permanence** qui aura lieu le **Samedi 15 octobre, de 10 à 12 h, sous la Halle de Mions**.

**Se munir d'épingles à nourrice** le jour de la course pour fixer son dossard sur la poitrine.

Pour obtenir des renseignements complémentaires, il est possible de contacter : l'ALM au **04 78 21 34 96** ou [alm.mions@gmail.com](mailto:alm.mions@gmail.com), le Service des Sports de la Ville de Mions au **04 72 23 62 65** et de se connecter au site internet [www.ville-mions.fr](http://www.ville-mions.fr) (possibilité de téléchargement du bulletin d'inscription).