

# INSCRIPTIONS

Par Internet **AVANT LE JEUDI 26 FEVRIER 2015 (23h59)** :

[www.e-inscrit.fr/evenements](http://www.e-inscrit.fr/evenements)

*Inscriptions sur place le jour de la course  
avec majoration de 1,50€ /jeune et 3€/adulte*

Pour les licencié(e)s FFTRI : Présentation de la licence 2015

Pour les non licencié(e)s : Certificat médical de non contre indication à la pratique en compétition du Bike & Run, du triathlon ou du duathlon datant de moins de 1 an à la date de l'épreuve

Renseignements : 06 87 01 14 57 ou [bikeruntcml@orange.fr](mailto:bikeruntcml@orange.fr)

TARIF PAR PERSONNE	Jeunes 6/9ans & 10/13 ans	Distance XS	Distance S
Licencié	3 €/pers	6 €/pers	10 €/pers
Non licencié	5 €/pers	10 €/pers	14 €/pers



**Retrait des dossards à partir de 9h00**



# 5ème BIKE & RUN des Monts du Lyonnais



Organisé par le Triathlon Club des Monts du Lyonnais

## DIMANCHE 1er MARS



Salle Jean Moulin

	Distance XS	Jeunes 6/9	Jeunes 10/13	Distance S
Distances	7 km	1,5 km	2,8 km	15,7 km
Départ	11h00	12h00	12h30	14h00

Au cœur des Monts du Lyonnais, à 800m d'altitude, Le village d'Aveize et tous les membres du TCML vous attendent dans des conditions optimales !

**Vestiaires & douches chaudes !!**  
Soupe, sandwiches, buvette  
Jeux couverts pour enfants



# Règlement de course

L'épreuve est agréée par la FFTRI et respecte la réglementation générale 2015. Les différentes courses sont ouvertes aux licenciés FFTRI et aux non licenciés. **L'épreuve S est support des Championnats du Rhône 2015 Master et toutes catégories.**

Le Bike & Run est une épreuve qui se pratique par équipe de deux, avec un seul VTT et deux casques. Les 2 équipiers s'échangent le VTT comme bon leur semble : pendant que l'un court, l'autre pédale.

Permutation libre des équipiers avec passage du vélo de main à main.

Les 2 équipiers doivent obligatoirement traverser la zone de contrôle (matérialisée sur le parcours) côte à côte.

Le vélo doit effectuer la totalité du parcours et passer la ligne d'arrivée avec les 2 équipiers.

L'organisateur remet à chaque équipier un dossard à porter devant.

Les embouts du guidon du VTT doivent être bouchés (cornes interdites). Contrôle à l'entrée du parc à vélos.

Le port du casque est obligatoire pour les 2 équipiers sur l'intégralité du parcours.

Pour les courses avec plusieurs boucles, un bracelet de contrôle sera remis à l'un des 2 équipiers.

Un ravitaillement (solide et liquide) est prévu sur chaque course.

Au retrait des dossards, présentation obligatoire de la licence FFTRI ou pour les non licenciés FFTRI d'un certificat de non contre indication à la pratique en compétition du triathlon, bike & run ou du duathlon datant de moins de un an le jour de l'épreuve.

Les non licenciés devront remplir et s'acquitter du pass compétition fourni par l'organisateur. Les équipiers mineurs non licenciés FFTRI devront aussi fournir une autorisation parentale au moment du retrait des dossards et présenter une pièce d'identité officielle.

Retrait des dossards jusqu'à 30 min avant chaque épreuve.

Un briefing arbitrage et organisation sera fait 15 min avant chaque course.

Chaque participant mineur ou majeur autorise la prise, la reproduction et la publication de photos ou d'images le représentant, prises lors de cette manifestation, pour en rendre compte. Les images ne devront porter atteinte ni à sa réputation ni à sa vie privée.

Remboursement des droits d'inscription sur présentation d'un justificatif médical.

# Epreuves ouvertes aux licenciés FFTRI & aux non licenciés

**DISTANCE XS :** A partir de minime (né en 2001 et avant)  
**JEUNES 6/9 ANS :** Mini-poussins et Poussins (2006 à 2009)  
**JEUNES 10/13 ANS :** Pupilles et Benjamins (2005 à 2002)  
**DISTANCE S :** A partir de cadet (né en 1999 et avant)

Sur les épreuves jeunes les 2 équipiers doivent être de même catégorie d'âge ou de deux catégories d'âge successives. Sur les distances S et XS, la composition des équipes est libre en fonction de l'accessibilité à la catégorie d'âge concernée.

## Récompenses

« **SCRATCH** » : Podium des 3 premières équipes au scratch et 1ère équipe de chaque catégorie (garçon/fille et mixte). Pas de cumul des podiums

« **RECOMPENSE CLUB** » : au plus grand nombre de licencié(e)s inscrits sur toutes les courses (2 courses jeunes + XS + S)

*Une récompense pour tous les jeunes franchissant la ligne d'arrivée.*

## Pour venir !!!

