

Run and Bike LA FOUILLOUSE – Samedi 3 juin 2023

REGLEMENT

LE RUN AND BIKE DE LA FOUILLOUSE – EDITION 2023 - *vous est proposé* par l'OMS de FOUILLOUSE, *une association régie par la loi 1901.*

Les épreuves sont ouvertes : aux coureurs licenciés FFA, triathlon mais aussi à tous les non licenciés.

Le présent règlement s'applique aux épreuves nommées :

- **ENDURANCE**
- **DÉCOUVERTE**
- **FAMILLE**

1- Les parcours :

LE PARCOURS « ENDURANCE » 20 km est accessible aux jeunes nés avant 2005 (18 ans le jour de l'épreuve).

LE PARCOURS « DÉCOUVERTE » 14 km est accessible aux jeunes nés avant 2007 (16 ans le jour de l'épreuve)

Pour être valide, toute inscription à ces deux distances devra être accompagnée :

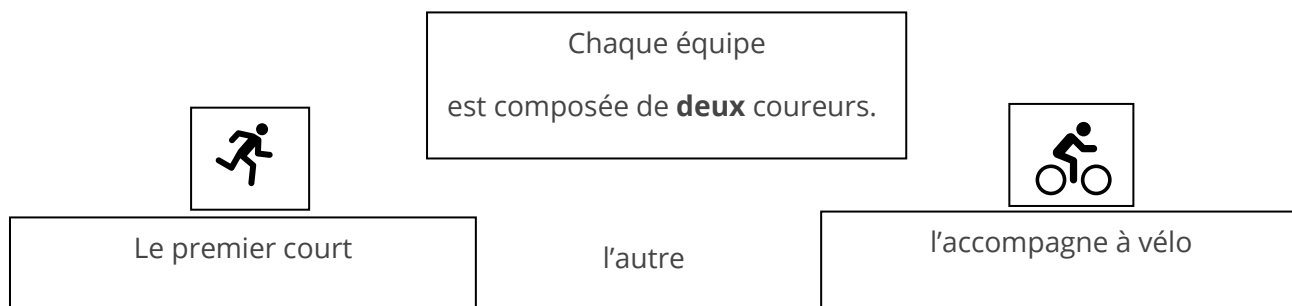
- soit de la photocopie d'une Licence FFTRI**
- soit de deux licences (FFA et FFC)**
- soit, d'un certificat médical.** Ce certificat médical doit mentionner l'absence de contre-indication à la pratique de « la course à pied et du vélo en compétition » ou du « sport en compétition ». Il doit dater de moins d'un an à la date de l'événement !

LE PARCOURS « FAMILLE » 6 KM est ouvert à tous, il se fera sous forme de découverte du Run and Bike, sans chrono (**pas de limite d'âge** et certificat médical non obligatoire).

Sur chaque course, différents challenges sont proposés :

- Challenge des associations de La Fouillouse
- Challenge entreprises
- Challenge collectivités
- Challenge étudiants
- Challenge grand public

2- Les équipes :



3- Le relais :

Il consiste à inverser les rôles entre coureur et cycliste, attention :

LE VÉLO NE DOIT JAMAIS ETRE POSE AU SOL, il fait office de témoin relais.

- Aucun relais n'est permis avant le **2ème** kilomètre correspondant au 1^{er} point de rassemblement des vélos pour le 14 et 20 km.
- Aucun relais n'est permis avant les premiers 500m pour le 6 km.
- Au-delà, les relais sont libres
- Le cycliste et le coureur doivent rester ensemble tout au long du parcours, 150 m d'écart seront autorisés dans les parties techniques.
- Un point de contrôle sera mis en place sur chaque partie goudronnée et lors des traversées de routes.
- Les deux équipiers sont tenus de suivre exactement le même parcours.
- Les cyclistes veilleront à ne pas gêner les coureurs à pied des autres équipes.
- **Le code de la route doit être scrupuleusement respecté**, l'organisation veillera particulièrement au fait que les coureurs se maintiennent à droite sur les routes et ne coupe pas les virages. L'organisation se réserve le droit d'arrêter tout coureurs qui ne respectent pas le code de la route.
- Les parcours sont entièrement balisés.
- Sur les rares portions de route, chaque participant est tenu de respecter le code de la route et sera seul responsable d'un éventuel manquement à ses règles. Il est expressément demandé aux participants de ne jeter aucun emballage sur le trajet.

4- Sécurité

4-1 Participants

- Le port du **CASQUE OBLIGATOIRE pour TOUS, coureurs et cyclistes.**
- Le vélo utilisé doit être du type VTT (mountain bike) sauf sur le parcours famille ou l'utilisation d'un VTC peut suffire.
- L'utilisation de vélo électrique n'est pas interdit mais l'équipe utilisant ce matériel ne sera pas classée.
- Les deux équipiers doivent franchir la ligne d'arrivée ensemble.
- Tout accompagnement (à pied, à vélo ou autre ...) est formellement interdit.

- Une tenue identique pour les équipiers est conseillée.
- Un numéro de téléphone à contacter en cas de besoin sera inscrit sur le dossard de chaque coureur ou sur un bracelet remis lors du retrait des dossards.
- Des postes de sécurité seront implantés en plusieurs points du parcours. Ces postes seront en liaison radio avec le PC de la course. Une équipe médicale sera présente pendant toute la durée de l'épreuve. Elle sera en mesure d'intervenir sur le parcours par tout moyen approprié. L'équipe médicale officielle est habilitée à retirer le dossard et à mettre hors course tout concurrent inapte à continuer l'épreuve.

4-2 Sécurité routière :

- La sécurité routière sera assurée par la Police Municipale et par les signaleurs mis à la disposition de l'organisation.
- des signaleurs positionnés sur des zones dangereuses auront le pouvoir de signaler les coureurs ne respectant pas le code de la route et ayant une attitude dangereuse.
- Les coureurs évoluant au milieu de la chaussée ou sur la gauche peuvent être pénalisés de 1min par décision de l'organisateur.

5- Les droits d'engagement comprennent :

- Les dossards
- Un lot de participation distribué à chaque participant
- Des ravitaillements

5-1 Retrait des dossards :

Les dossards seront à retirer Salle Polyvalente à La Fouillouse, le samedi 03 juin 2023 de 11h00 à 14h sur présentation de la licence sportive ou du certificat médical.

Ce certificat doit mentionner l'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition ou de l'athlétisme ou de la course à pied datant de moins d'un an.

5-2 Ravitaillements :

Sur chaque parcours, des points de ravitaillement seront assurés ainsi qu'à l'arrivée.

- **Parcours ENDURANCE** : 2 ravitaillements prévus :

- au 6^{ème} km,
- au 11^{ème} km
- + un point d'eau au 17^{ème} km.

- **Parcours DECOUVERTE** :

- 1 ravitaillement au 5^{ème} km,
- + un point d'eau au 11^{ème} km.

- Parcours FAMILLE :

- 1 ravitaillement à l'arrivée,
- + point d'eau éventuel suivant météo.

Les participants sont considérés en autonomie totale entre chaque ravitaillement. Une réserve d'eau est vivement conseillée pour prendre le départ. Des points d'eau peuvent être ajoutés en cas de forte chaleur.

6- Chronologie de course:

- Le 3 juin 2023, de 11H à 14H **remise des dossards / puces** et lot de participation *Salle polyvalente route de St Just La Fouillouse.*
- De 14H à 14H15, **échauffement** des coureurs, finalisation mise en place avant départ des épreuves.



Parcours ENDURANCE 20 KM et DECOUVERTE 14 KM



- 14H15, **transfert** des coéquipiers avec leur Vélos tout terrain obligatoire au point de rassemblement situé à 2Km.
- 14H25, **Départ** chronométré des coureurs à pied, pour rejoindre leur coéquipier.

Les départs peuvent être fractionnés en fonction du nombre d'inscrits



Parcours FAMILLE 6 KM



- 14H30, transfert des coéquipiers avec leur Vélos au point de rassemblement situé à 500m.
- 14H40, départ non chronométré des coureurs à pied pour rejoindre leur coéquipier.

7- Modification / Annulation des épreuves :

En cas de force majeure (intempéries, absence de signaleurs, attentats ...), et pour des raisons de sécurité, l'organisation se réserve le droit d'arrêter les épreuves en cours, de modifier les horaires, les parcours, ou d'annuler les épreuves.

8- Assurance :

Responsabilité civile : Conformément à la loi, l'organisateur a souscrit une assurance responsabilité civile pour la durée de l'épreuve auprès de la compagnie **MAE N°40015538743.**

Cette assurance couvre les conséquences de leur responsabilité civile, celles de leurs préposés et de tous les participants.

Individuelle accident : Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence sportive. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement. L'organisation ne peut en aucun cas être tenue pour responsable en cas d'accident ou de défaillance consécutifs à un mauvais état de santé ou à une préparation insuffisante.

9- Contrôles / Abandons :

Des contrôles seront effectués durant l'épreuve afin d'assurer de parfaites conditions de régularité de course. Le dossard devra être entièrement lisible lors de la course. En cas d'abandon, le concurrent doit obligatoirement prévenir le responsable du poste de ravitaillement ou de contrôle le plus proche et lui remettre son dossard et sa puce.

10- Inscriptions :

- Les inscriptions se font en ligne : https://www.njuko.net/runandbike_lafouillouse2023
- Inscription sur place le jour de l'épreuve à partir de 11H00.
- Tarifs par binôme :

	Jusqu'au 15.02	Jusqu'au 24.05	Jusqu'au 2.06	Sur place
FAMILLE	6 €	12 €		15 €
DECOUVERTE	11 €	22 €	25 €	
ENDURANCE	13 €	26 €	30 €	

Tout engagement est ferme et définitif, aucune excuse provenant du participant ne fera l'objet d'un remboursement.

11- Remise des prix :

La remise des prix aura lieu 1 heure après l'arrivée des premiers participants du 20km.

12- Droit d'Image :

Chaque participant autorise expressément les organisateurs du **Run and Bike la Fouillouse – Edition 2023** à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles il pourrait apparaître, prises à l'occasion de sa participation au **Run and Bike la Fouillouse – Edition 2023**, sur tous supports y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires, dans le monde entier et pour la durée la plus longue prévue par la loi, les règlements, les traités en vigueur, y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée.

13- Loi informatique et liberté :

Conformément à la loi informatique et liberté du 6 janvier 1978, chaque participant dispose d'un droit d'accès et de rectification des données personnelles le concernant.

14- Acceptation complète du règlement :

Tout concurrent reconnaît avoir pris connaissance du règlement et l'accepte dans sa globalité.

15- Exclusion :

Tout accompagnateur (à pied, à vélo ou par tout autre moyen) est strictement interdit sur le parcours. **Le non-respect de l'un des points du règlement peut entraîner la disqualification de l'équipe** (présence de commissaires de course tout au long du parcours).

16- Jury des commissaires :

Il est désigné par le comité de pilotage et ses décisions sont sans appel.