RUN AND BIKE

3 février 2013 — Lannion — Parc du Stanco

RÉGLEMENT

A HORAIRES, COORDONNÉES, DÉFINITIONS

A.1 HORAIRES

9h00	Accueil des participants et inscriptions de dernière minute
10h00	Course enfants animation de 1.4 km (en 4 boucles de 350m) (mini-poussins / poussins, (G,F) nés entre 2004 et 2007)
10h20	Course enfants animation de 3 km (en 6 boucles de 500m) (pupilles / benjamins, (G,F) nés entre 2000 et 2003)
11h15	Course "Découverte" de 10 km (en 4 boucles de 2.5km) (minime, cadet, junior, senior, vétéran, (H,F,Relais) nés en 1999 ou avant)
11h15	Course "des AS" de 15 km (en 6 boucles de 2.5km) (cadet, junior, senior, vétéran, (H,F,Relais) nés en 1997 ou avant)
12h45	Remise des récompenses

A.2 CATÉGORIES

Catégories	Années de naissance
Mini-poussin	2006-2007
Poussin	2004-2005
Pupille	2002-2003
Benjamin	2000-2001
Minime	1998-1999
Cadet	1996-1997
Junior	1994-1995
Sénior	1974-1993
Vétéran	1973 et avant

A.3 COORDONNÉES

Coordinateur de l'épreuve : LANNION TRIATHLON
M.L'HER - 28 avenue de Lorraine - 22300 Lannion - 06 74 19 23 77 / 02 96 48 77 41
Partenaire Inscriptions : ENDURANCE SHOP Lannion
ZA Crec'h Quillé 22700 St-Quay Perros - 02 96 15 96 80 - lannion@enduranceshop.com

B INSCRIPTIONS

Pièces à fournir :
- Enfants : 1 certificat médical de moins de 1 an de non contre-indication à la pratique d'un sport
- 1 certificat médical de moins de 1 an de non contre-indication à la pratique de la course à pieds et/ou du vélo en compétition, ou la copie d'une licence FFTRI, FFA ou FFC en cours de validité
- 1 bulletin d'inscription rempli et signé
- le règlement en chèque ou en espèce du prix de l'engagement à l'ordre de Lannion Triathlon
- Tarifs : Licenciers FFTRI (6€/pers), autres (8€/pers), enfants (GRATUIT)

Tout dossier incomplet ne sera pas accepté.

Le nombre maximum d'équipes est fixé à 100.

Tous les documents sont disponibles sur le site
www.lannion-triathlon.fr

Ville de Lannion
Kêr Lannuon
ENDURANCE SHOP
AVIS
OPEL
Wir leben Autos.
JEAN-CLAUDE BIGUINE
www.biguine.com
Crédit Mutuel de Bretagne
la banque à qui parler

C RÈGLES DE SÉCURITÉ ET DE RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT

C.1 RÈGLES DE SÉCURITÉ

Les circuits ont lieu en partie dans le parc du Stanco de Lannion. De ce fait, plusieurs rues seront traversées ou empruntées.

Pour la sécurité des coureurs, le port du casque de vélo, jugulaire fermée, sera obligatoire avant de toucher le VTT et, bien entendu, sur le VTT.

Pour la sécurité des coureurs, des spectateurs et des usagers de la route, il est demandé à chaque coureur de veiller à suivre les consignes données par l'organisateur de la course pendant le briefing qui sera donné juste avant les départs, ainsi que celles données par les signaleurs présents le long des parcours. Il est demandé également à chaque coureur d'éviter, dans la mesure du possible, de risquer de provoquer un accident ou même un simple incident, par exemple en modérant son allure au passage des croisements de rues ou de virage à faible visibilité.

C.2 RÈGLES DE COURSE

Le retrait des dossards se fera de préférence le samedi (veille de la course) au magasin Endurance Shop ou le matin même sur le site de la course, au moins 15min avant le début de chaque course.

Le briefing de début de course est obligatoire. Il se tiendra quelques minutes avant le début de chaque course au niveau du podium.

Dans la zone de transition, entre chaque boucle, tout déplacement ne se fera que à pieds, VTT à la main. Il faut donc descendre du vélo avant d'entrer dans la zone, et sortir de la zone avant de monter sur le VTT.

A chaque boucle, les coéquipiers s'échangent le casque et le VTT, de la main à la main dans la zone de transition. Les 2 coéquipiers doivent sortir ensemble de la zone.

C.3 RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT

Le parc du Stanco est un espace naturel.

Il est demandé aux coureurs de respecter l'environnement en ne jetant ou ne perdant rien. Tout objet perdu devra être récupéré immédiatement. Tout déchet produit par un coureur sera conservé par celui-ci jusqu'à ce qu'il puisse s'en débarrasser dans une poubelle.

Il est demandé également aux coureurs de respecter l'organisation de la course, les bénévoles (les signaleurs entre autres), les autres coureurs, et bien évidemment les spectateurs et autres riverains.

Tout non respect de la section C du règlement de la course pourra faire l'objet d'une disqualification immédiate sans préavis de la part de n'importe quel membre de l'organisation, ainsi que d'éventuelles poursuites de la part de l'organisateur ou d'un représentant légal.

Inscriptions auprès d'ENDURANCE SHOP Lannion
ZA Crec'h Quillé 22700 St-Quay Perros
02 96 15 96 80 - 09 66 92 96 80
lannion@enduranceshop.com
Chèque à l'ordre de l'organisateur : LANNION TRIATHLON

Tous les documents sont disponibles sur le site
www.lannion-triathlon.fr

Ville de Lannion
ENDURANCE SHOP
AVIS
OPEL
Wir leben Autos.
JEAN-CLAUDE BIGUINE
www.biguine.com
Crédit Mutuel de Bretagne
la banque à qui parler