

# Le Run & Bike c'est quoi ?

Courrez et pédalez avec un vélo pour deux ! Un sport ludique qui peut se pratiquer dès l'âge de 6 ans. Sa pratique permet aux plus jeunes de développer leur motricité et leur sens de l'orientation, mais aussi l'endurance.

Ayez l'esprit d'équipe !

Sur une distance donnée, les deux partenaires s'échangent le vélo, de main à main quand ils le souhaitent comme bon leur semble, le but étant de franchir la ligne d'arrivée ensemble. Une façon ludique de développer l'esprit d'équipe et de renforcer la cohésion.

---

## Le règlement de l'épreuve

Le règlement:

Art.1 : les épreuves du Run & Bike du Domaine de Candé à MONTS sont organisées par l'association TOURS'N AVENTURE le **dimanche 8 AVRIL 2018**

Art. 2: épreuves compétitions: 2 parcours sont proposés

- Run & Bike ouvert aux femmes et aux hommes et jeunes à partir de 14 ans : parcours de 8 km (2 tours de 4 kms environ)
- Run & Bike ouvert aux femmes et aux hommes et jeunes à partir de 16 ans: parcours de 16 km (4 tours de 4 kms environ)

Art. 3 : L'engagement se fait par binôme. Il n'est définitif qu'à réception du dossier complet, accompagné du règlement (par chèque à l'ordre du TOURS'N AVENTURE) ; ou par inscription en ligne via les sites Internet [www.ikinoa.com](http://www.ikinoa.com) ou [www.toursnaventure.com](http://www.toursnaventure.com)

Art. 4 : Le dossier d'engagement doit comprendre pour la participation aux épreuves compétitions:

- Pour les licenciés FFTRI / FFC ou FFA: la fiche d'inscription, une photocopie de la licence 2018 et les frais de participation
- Pour les non-licenciés: la fiche individuelle d'inscription, un certificat médical précisant l'aptitude à la pratique du vélo ou de la course à pied en compétition, une autorisation parentale pour les mineurs et les frais de participation.

Art. 5 : Les organisateurs ont contracté une assurance auprès de la MAIF qui leur garantit une couverture au titre des risques « service d'ordre » et responsabilité civile d'organisation. L'association organisatrice « **TOURS'N AVENTURE** » décline toute responsabilité en cas d'accident consécutif à un mauvais état de santé (certificat médical obligatoire conformément à la loi 99.223 du 23 mars 1999). Les coureurs qui participent au RUN &BIKE courent sous leur propre responsabilité.

Art. 6 : En cas d'impossibilité pour un athlète de participer, les droits d'inscription restent acquis à l'organisateur

Art. 7 : Les épreuves se disputent selon les règles édictées par la FFTRI :

7.1 Principe de base :

Le Run & Bike est une pratique qui consiste à enchaîner le vélo et la course à pied par équipe, avec un seul vélo pour deux

7.2 Modalité de course :

Permutation libre des équipiers (ils ont toute liberté pour décider de la conduite de la course) et course au contact (équipiers groupés),

7.3 Départ :

Les départs seront organisés de la manière suivante :

Départ des coureurs à pieds sur une boucle pédestre de 500 à 1000m puis les cyclistes ne prennent le départ qu'au passage de leur partenaire devant eux **OU** départ décalé coureurs à pieds et vététistes (choix fait le jour de l'épreuve)

7.4 Matériel remis aux concurrents

L'organisateur remettra à chaque équipe une plaque de cadre par vélo à placer sur le guidon du vélo et une chasuble par concurrent

7.5 Composition des équipes

La composition des équipes est libre en fonction de l'accessibilité de la distance à la catégorie d'âge concernée.

7.6 Condition de course

- **Le port du casque est obligatoire pour tous les concurrents sur l'intégralité du parcours.**
- **Les concurrents porteront en permanence leur chasuble.**
- **Un seul concurrent à la fois est autorisé à monter sur le vélo. Le vélo doit effectuer la totalité du parcours.**
- **Passage du VTT de « Main à Main ». Interdiction de laisser le VTT seul pour le coéquipier**

7.7 Ravitaillement :

Il y aura un ravitaillement situé dans zone de départ / arrivée (Eau /nourriture)

7.8 Arrivée

Pour qu'une équipe soit classée, la ligne d'arrivée doit être franchie par les équipiers et le vélo.

Le temps du dernier concurrent de l'équipe à passer la ligne d'arrivée servira de référence au classement.

Art. 8 : Un jury est constitué pour appliquer le présent règlement et apprécier tous litiges éventuels. Ses décisions sont sans appel durant les épreuves.

Art. 9 : Les sanctions et pénalités possibles sont celles prévues par le règlement de la FFTRI. Les arbitres veillent scrupuleusement à ce que ce règlement soit respecté et comptent aussi sur la sportivité et le "fair-play" des athlètes.

Art. 10 : Le chronométrage est assuré par l'organisateur.

Art. 11 : Conformément au règlement de la FFTRI et par respect pour l'environnement, les concurrents veillent à ne rien laisser sur les parcours.

Art. 12 : La sécurité/assistance médicale est assurée par une équipe d'ambulanciers mis à la disposition des concurrents par l'organisation.

Art. 13 : Un lot de participation sera remis à l'ensemble des participants.

Des lots sont attribués aux 3 premières équipes (HOMME/FEMME/MIXTE). Dans le cas où il n'y aurait 5 équipes concurrentes ou moins il n'y aura que la 1ere équipe de récompensée

Art. 14 : Par son inscription à l'épreuve, chaque concurrent autorise expressément l'association TOURS'N AVENTURE et ses partenaires et médias à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles il pourrait apparaître, prises à l'occasion de sa participation au Run & Bike, 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.

Art. 15 : l'association TOURS'N AVENTURE se réserve la possibilité de modifier les épreuves en cas de force majeure. Dans ce cas, aucun remboursement des frais d'inscription ne sera effectué.

Art. 16. charte

**Amis coureurs :**

- Prendre conscience que le milieu naturel que vous traversez est fragile et sensible,
- Respecter la faune et la flore : ne pas jeter bouteilles et autres sachets de barres énergétiques usagés sur le sol et ne pas crier intempestivement,
- Respecter le balisage, seul garant de votre bonne orientation,
- Respecter les bénévoles, sans lesquels la course ne pourrait avoir lieu,

L'organisation n'est nullement responsable des habits et objets personnels des coureurs laissés sur les stands de ravitaillement.

- Respecter l'intégralité du Règlement 2018,
- Venir en aide à un concurrent en situation dangereuse,
- La population locale vous accueille, remerciez-là : un sourire et un petit bonjour suffisent.

**Amis Accompagnateurs :**

- Respecter les zones autorisées au public,
- Ecouter les indications des signaleurs,
- Penser que si l'accès à certains sites est interdit, c'est pour des raisons de sécurité évidentes,
- Soutenir tous les concurrents : la valeur de l'encouragement ne doit pas être en relation avec la valeur du coureur,
- Respecter les bénévoles : n'oubliez pas qu'ils sont là avant tout pour les concurrents,
- Regroupez-vous pour former des voitures complètes : le trafic sera d'autant moins dense sur les sites autorisés,
- Ne pas fumer sur les zones de ravitaillement,