

7 et 8 Avril 2011 Meudon



Les chasubles et dossards :

4 chasubles par équipe + 4 dossards (à accrocher devant, avec 4 épingles à nourrice) et 2 plaques de cadre (1 par VTT, à fixer au guidon avec les 3 colliers Rilsan).

L'ordre alphabétique des académies détermine la numérotation des équipes.

Ex : collège académie Aix-Marseille (VOLX), équipe 1.

- Le numéro du relayeur correspond au 2ème chiffre du numéro de dossard.
- Les numéros des dossards des collégiens seront de couleur noire et les chasubles de couleur bleue (garçons) et rouge (les filles).
- Les numéros des dossards des lycéens seront de couleur rouge et les chasubles de couleur noire (garçons) et rouge (les filles).

30 équipes collège et 28 équipes lycée

| Catégories | exemple | N° | | ex | GARCON | GARCON | FILLE | FILLE |
|------------|---------|-----------|--------------|-------|--------|--------|-------|-------|
| COLLEGES | Eq 1 | 11 → 304 | CHASUBLES | Eq 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| | | | DOSSARDS | | 11 | 12 | 13 | 14 |
| | | | PLAQUES VELO | | 1 | | 1 | |
| LYCEES | Eq 31 | 311 → 604 | CHASUBLES | Eq 31 | 31 | 31 | 31 | 31 |
| | | | DOSSARDS | | 311 | 312 | 313 | 314 |
| | | | PLAQUES VELO | | 31 | | 31 | |

Les VTT :

Récupération demain matin entre 07h15 à 09h30 au local « tir a l'arc » pour ceux qui les ont laissé.

Vérification au passage dans la chambre d'appel.

REGLEMENTATION CONCERNANT LE VTT :

VTC (vélo tout chemin), Vélo de route, Vélo de cross, bi-cross et tout vélo avec des roues de 700 sont interdits.

Le port du casque à coque dure et les pneus crantés sur l'ensemble du pneu sont obligatoire.

Sont autorisés :

VTT avec roues de 24 pouces ou de 26 pouces.

Pédales automatiques.

Les embouts de guidon (sauf avis contraire au moment du contrôle).

Précautions incontournables :

Les extrémités de guidon doivent être protégées.

Les compétiteurs doivent suivre le parcours tracé par l'organisateur*.

Les compétiteurs doivent respecter les règles élémentaires du code de la route*.

Aucune forme d'accompagnement et d'aide extérieure n'est autorisée. (VTT, à pied ou autres...)*

Le ravitaillement sauvage est interdit.*

Pas de réparation des vélos prévue par l'organisation.

Reconnaissance du parcours :

Demain matin entre 07h30 à 08h00

Le programme :

| Catégories | Horaires Appel | Horaires Courses | Protocole |
|------------|----------------|------------------|-----------|
| COLLEGE | 08h30 | 09h00 | 13h |
| LYCEE | 10h30 | 11h | |

Chambre d'appel :

- Contrôle du matériel : VTT, casques, chasubles, dossards, plaques vélos.

- Contrôle des licences :

Les licences sont conservées par l'organisateur au moment de l'entrée dans le parc après vérification.

Elles seront restituées avec le chèque de caution à chaque responsable d'équipe à la chambre d'appel après la course contre la restitution des chasubles et des plaques de VTT.

- Après l'entrée dans le parc, la sortie est interdite.

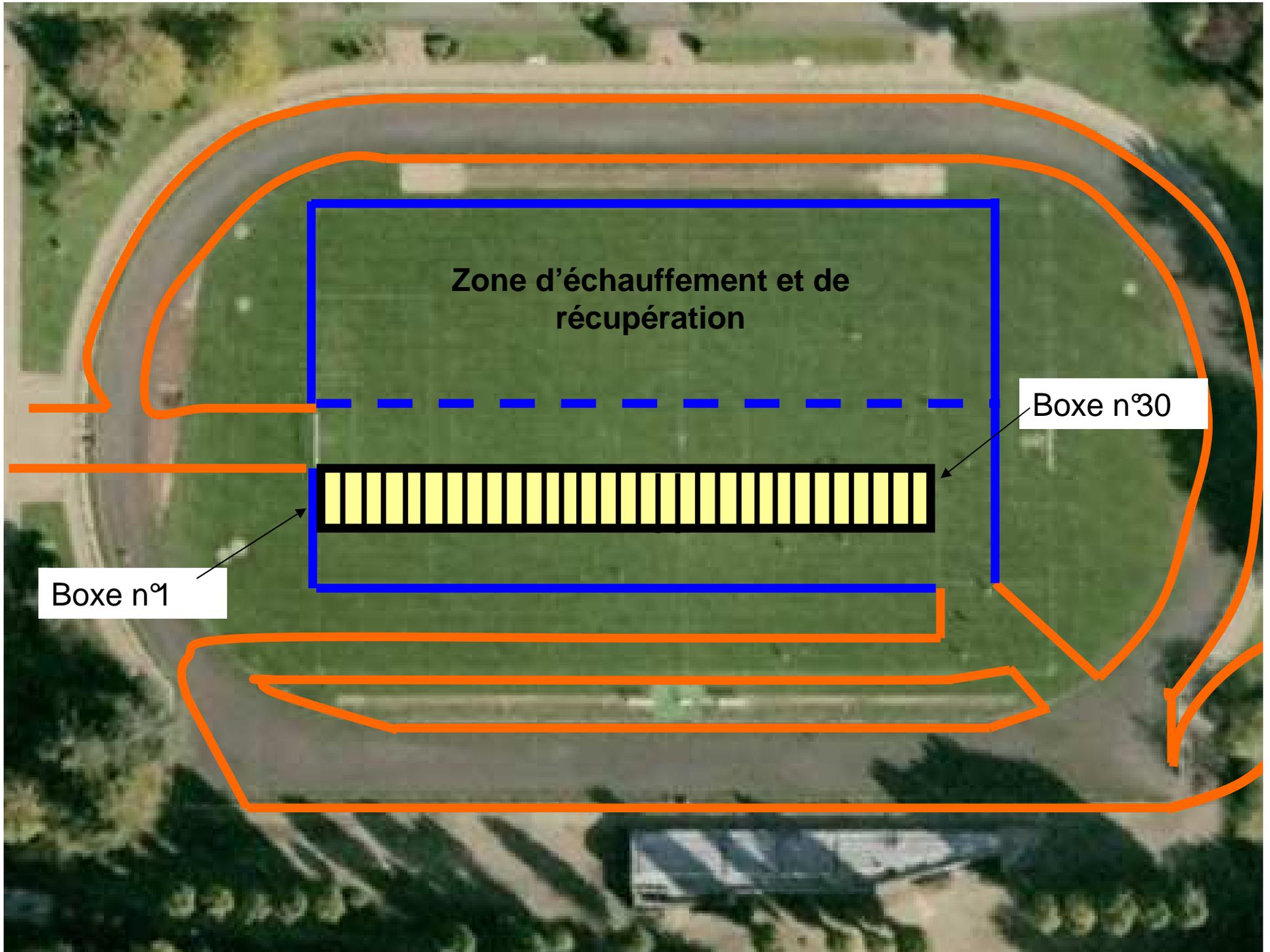
Le parc à vélos :

Les **accompagnateurs** sont autorisés dans le parc à vélos jusque 10' avant le départ.

Le parc est strictement interdit aux autres personnes (parents, amis, ...)

La circulation à pied dans toute cette zone est **obligatoire**.

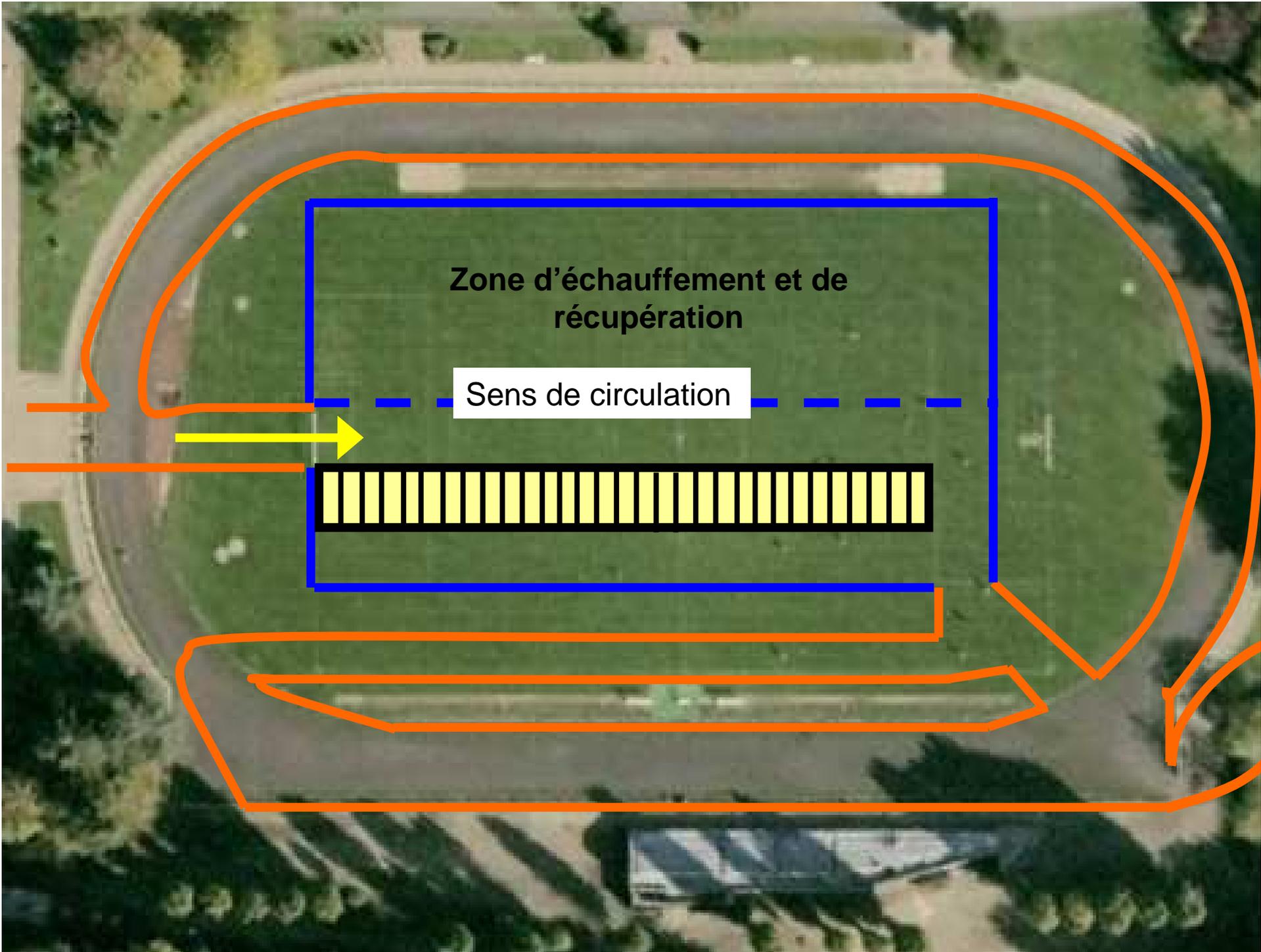
Un écran installé en zone d'échauffement/ récupération permet de connaître en direct les classements et les écarts.



Zone d'échauffement et de récupération

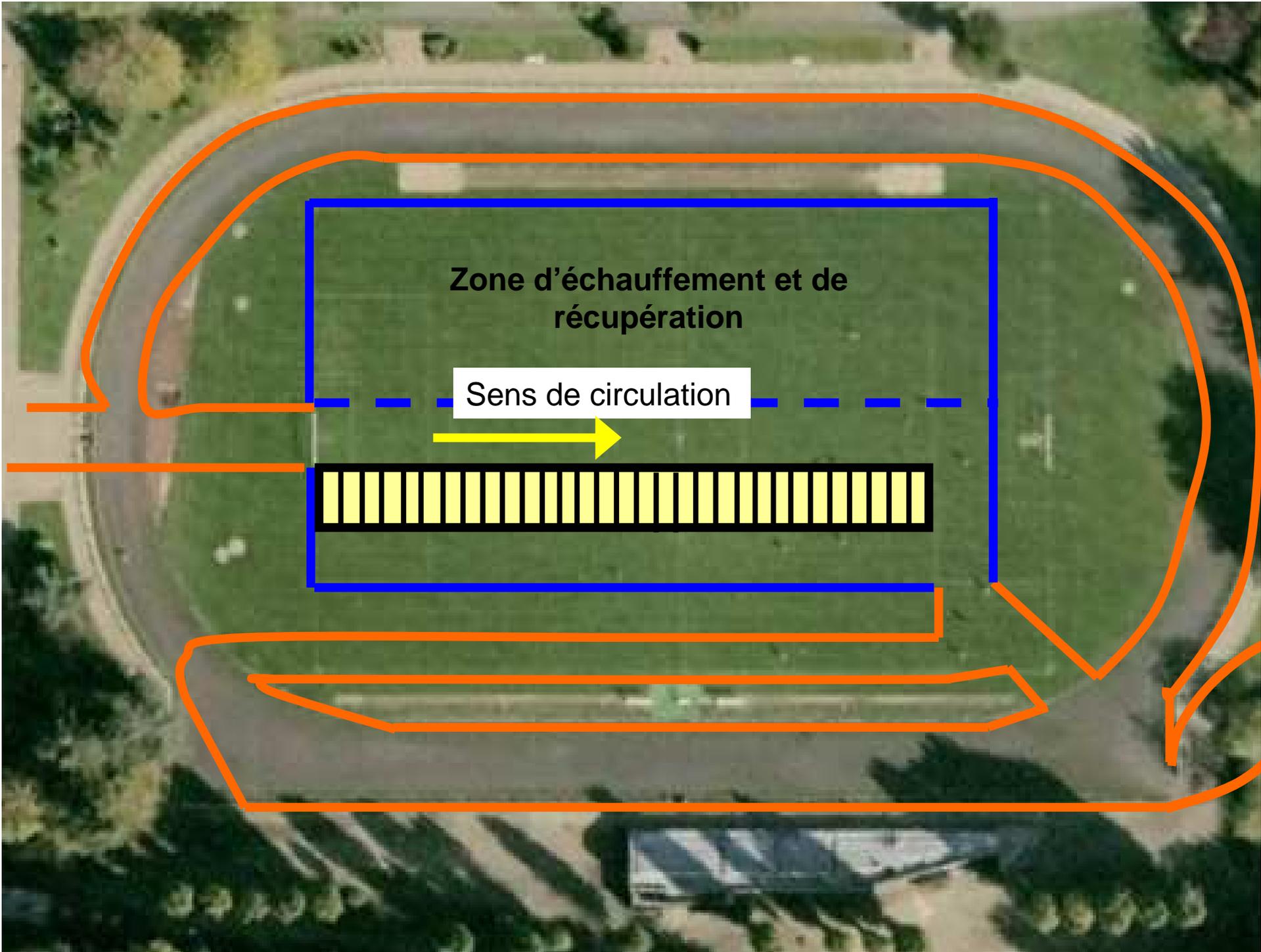
Boîte n°30

Boîte n°1



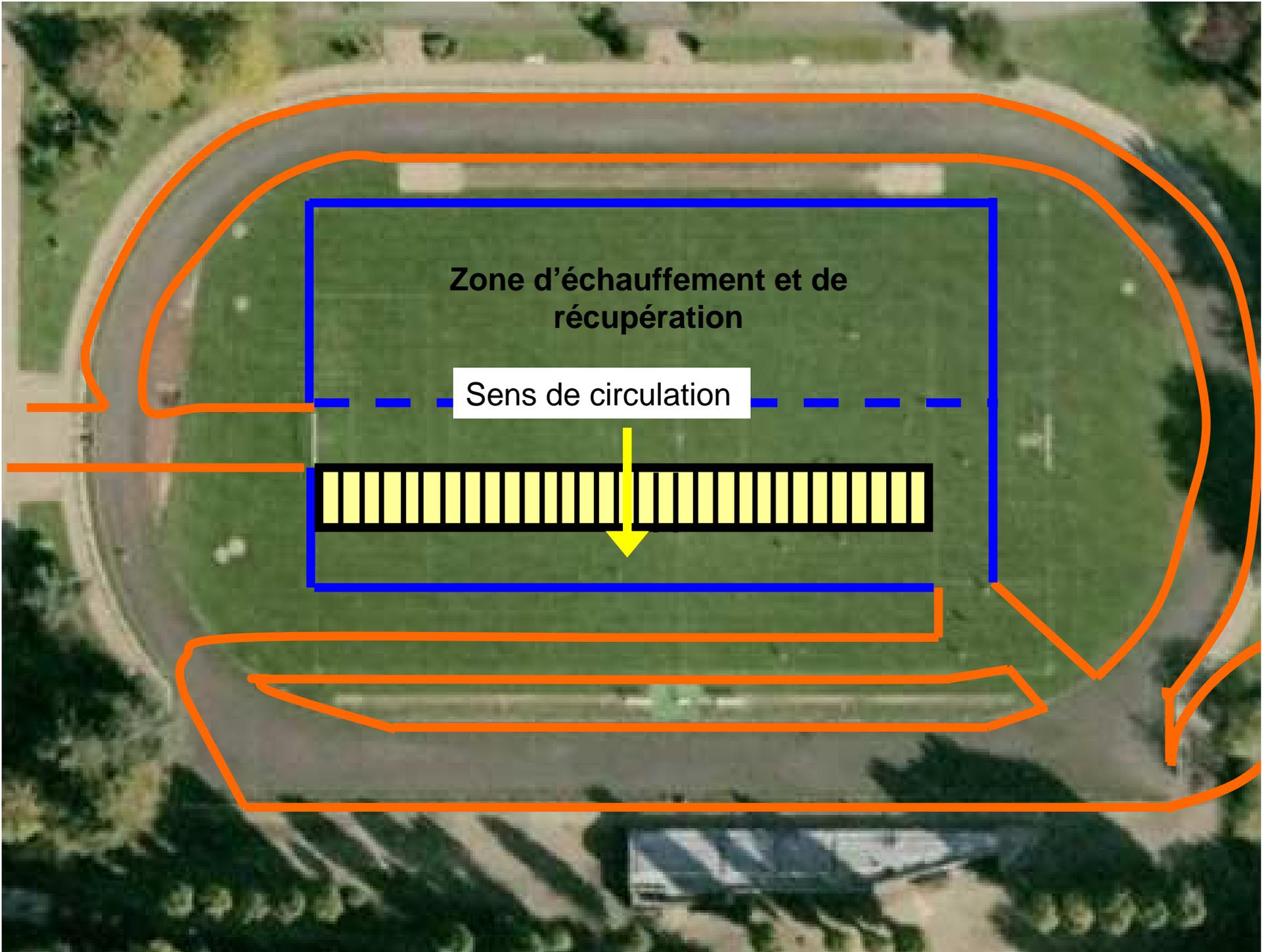
Zone d'échauffement et de récupération

Sens de circulation



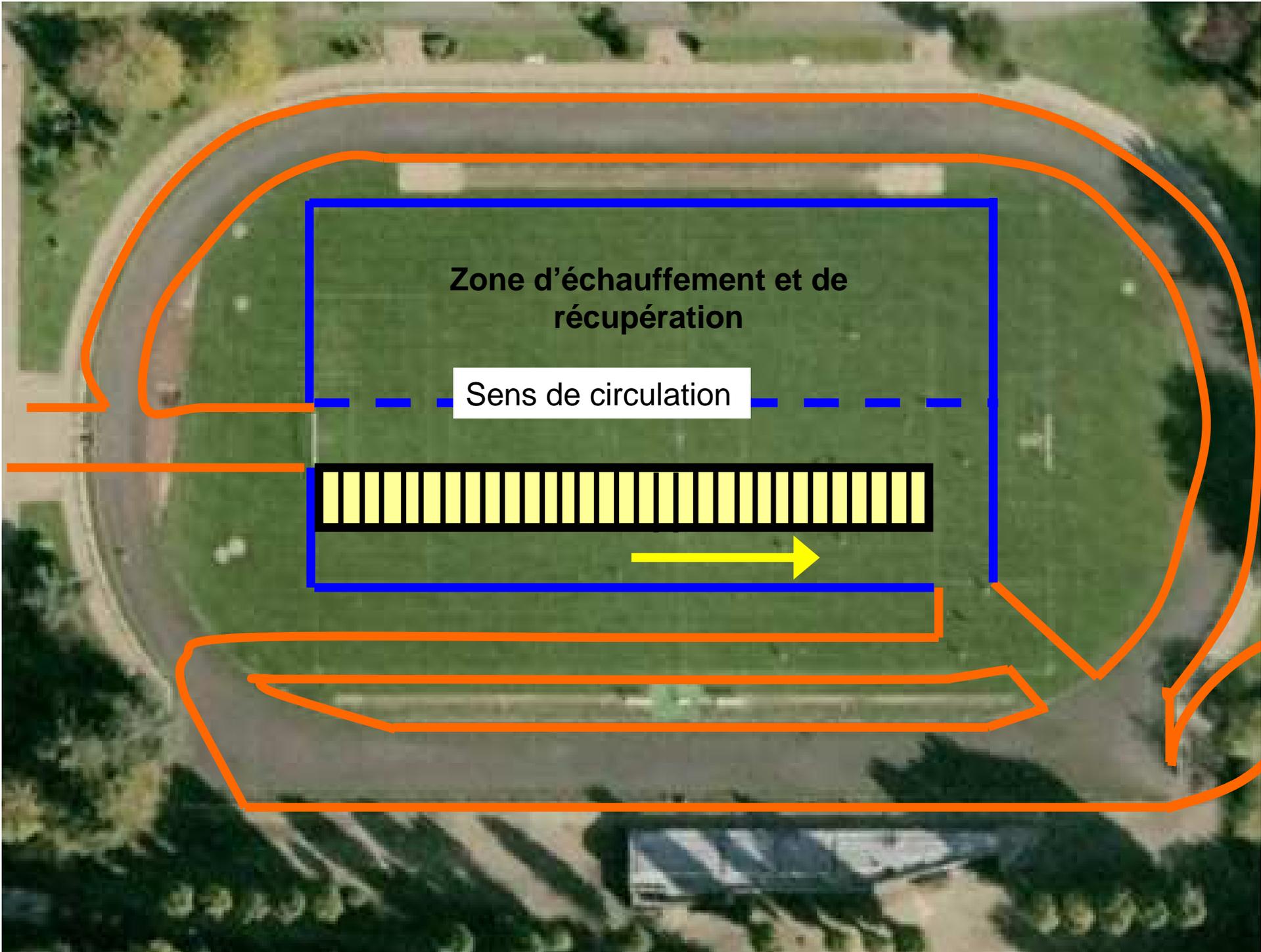
Zone d'échauffement et de récupération

Sens de circulation



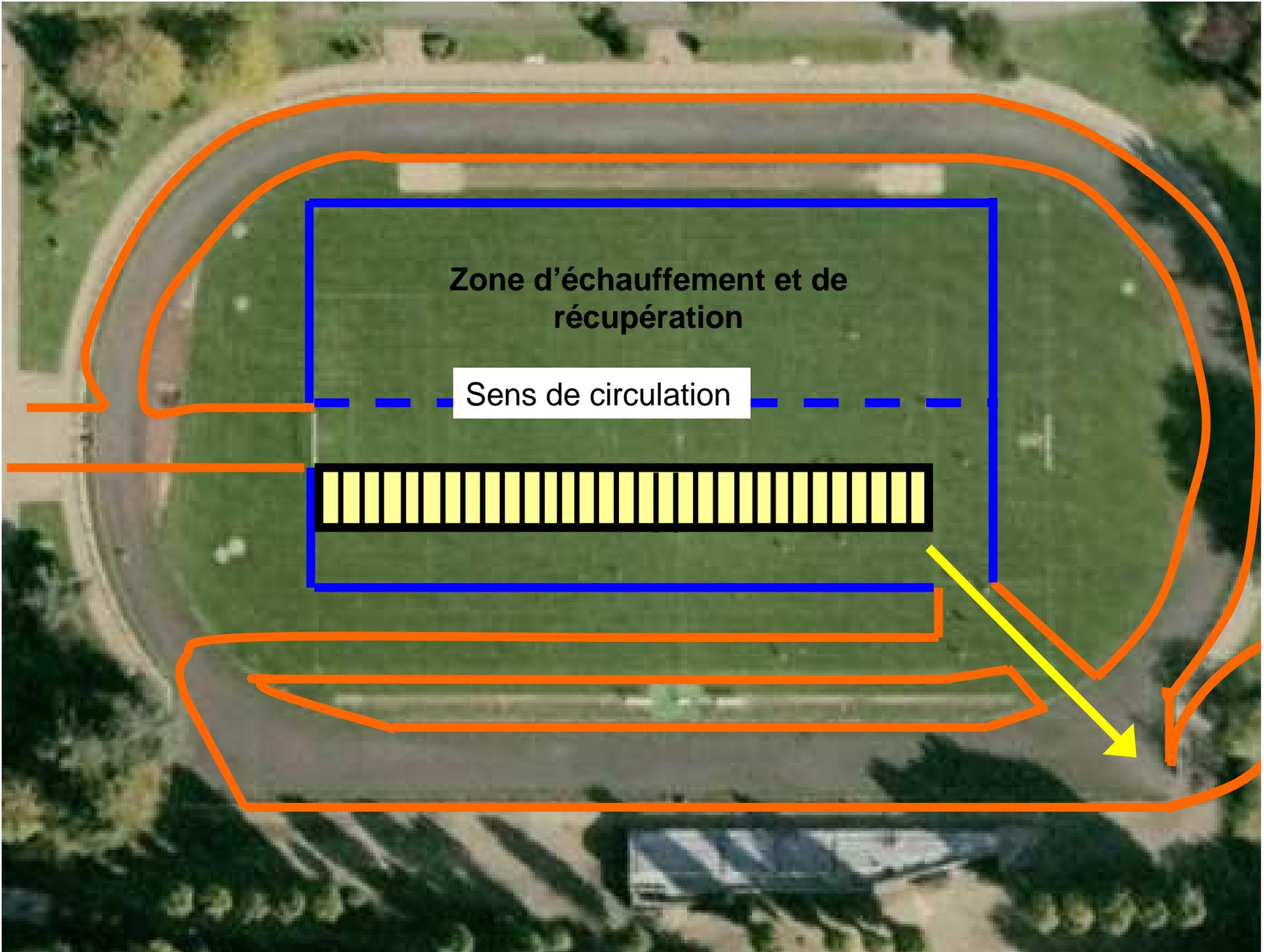
Zone d'échauffement et de
récupération

Sens de circulation



Zone d'échauffement et de
récupération

Sens de circulation

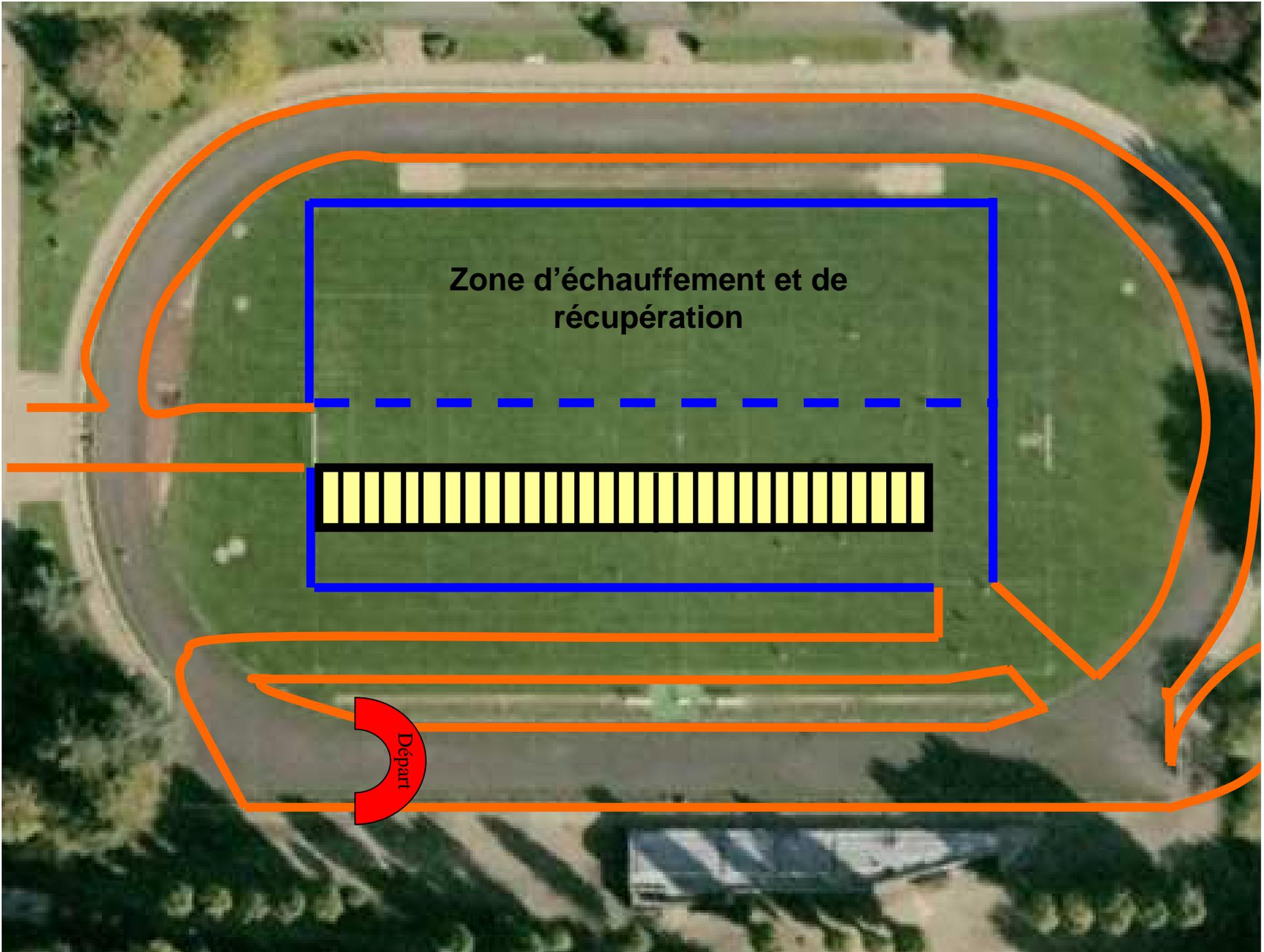


Zone d'échauffement et de récupération

Sens de circulation

Déroulement de l'épreuve





Zone d'échauffement et de récupération

Départ

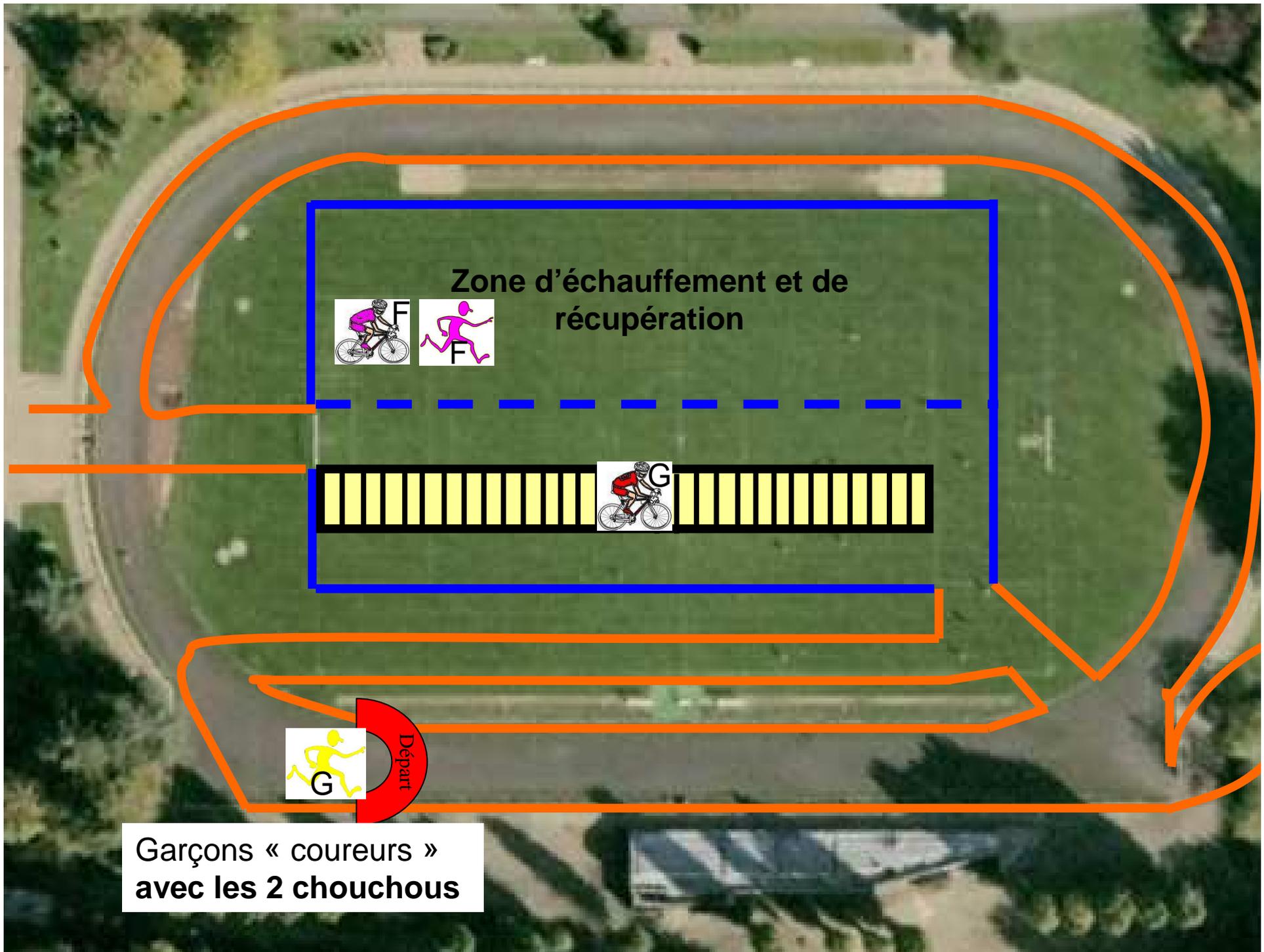
Le départ :

DEPART DU COUREUR A PIED GARCON

Un garçon de chaque équipe se positionne sur la ligne de départ avec les 2 chouchous à son poignet de la même couleur.

Départ en masse des 30 (ou 28) coureurs à pied au coup de pistolet (déclenchement du chronomètre) pour la boucle pédestre de 350m.

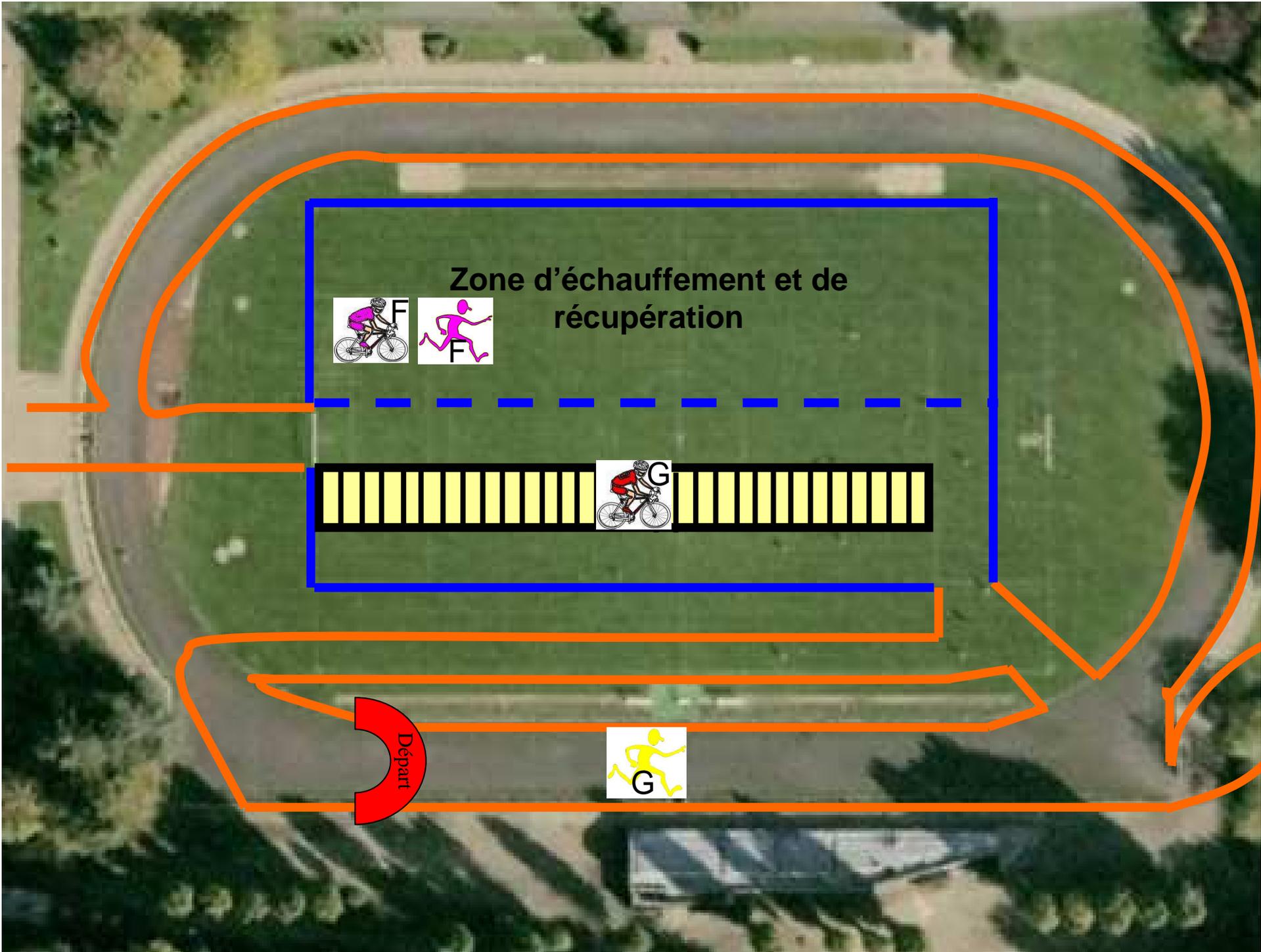
Casque coiffé, jugulaire serrée obligatoire pour toute la durée de l'épreuve, pour les 2 concurrents en course.



Zone d'échauffement et de récupération



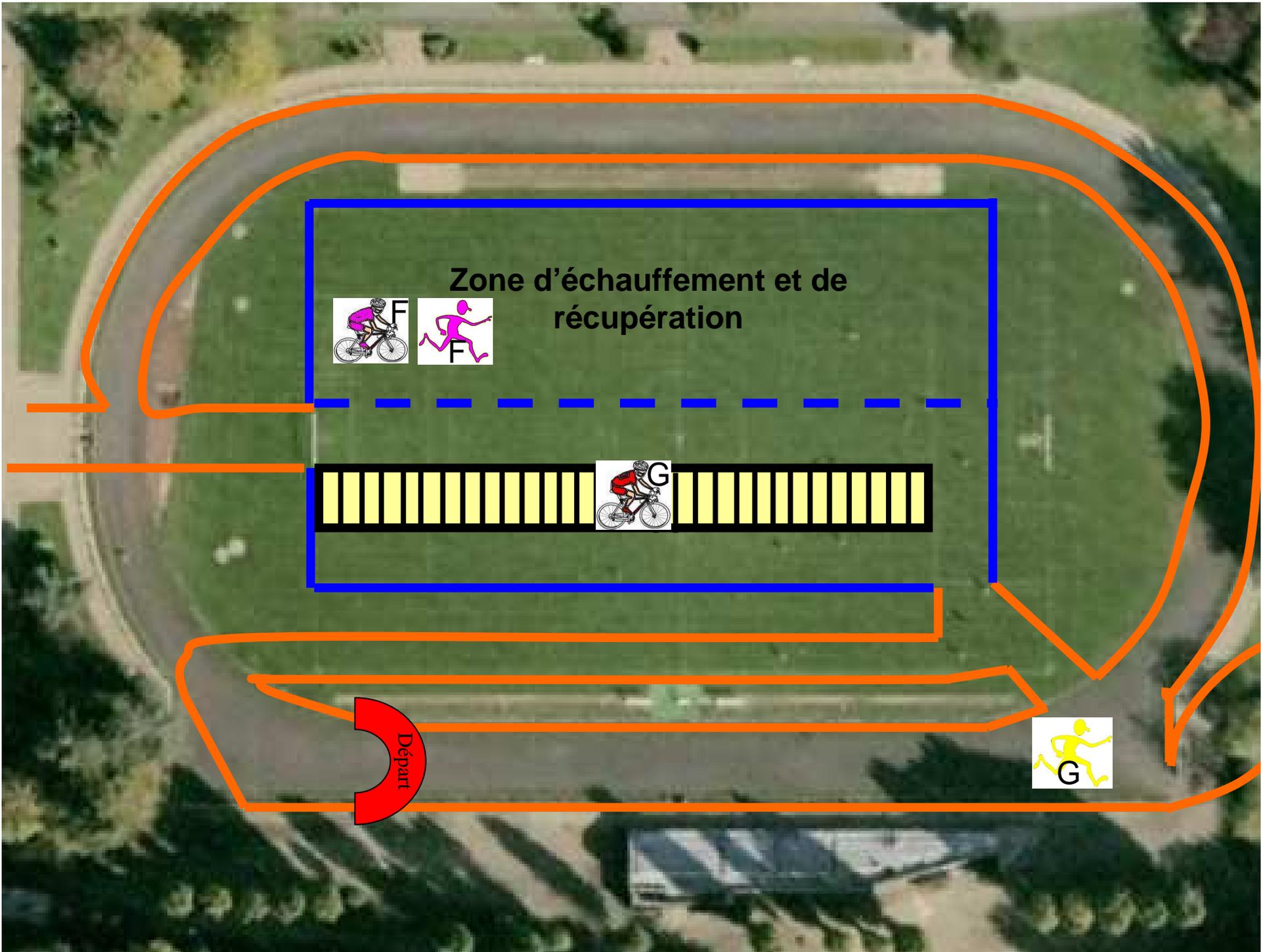
Garçons « coureurs »
avec les 2 chouchous



Zone d'échauffement et de récupération

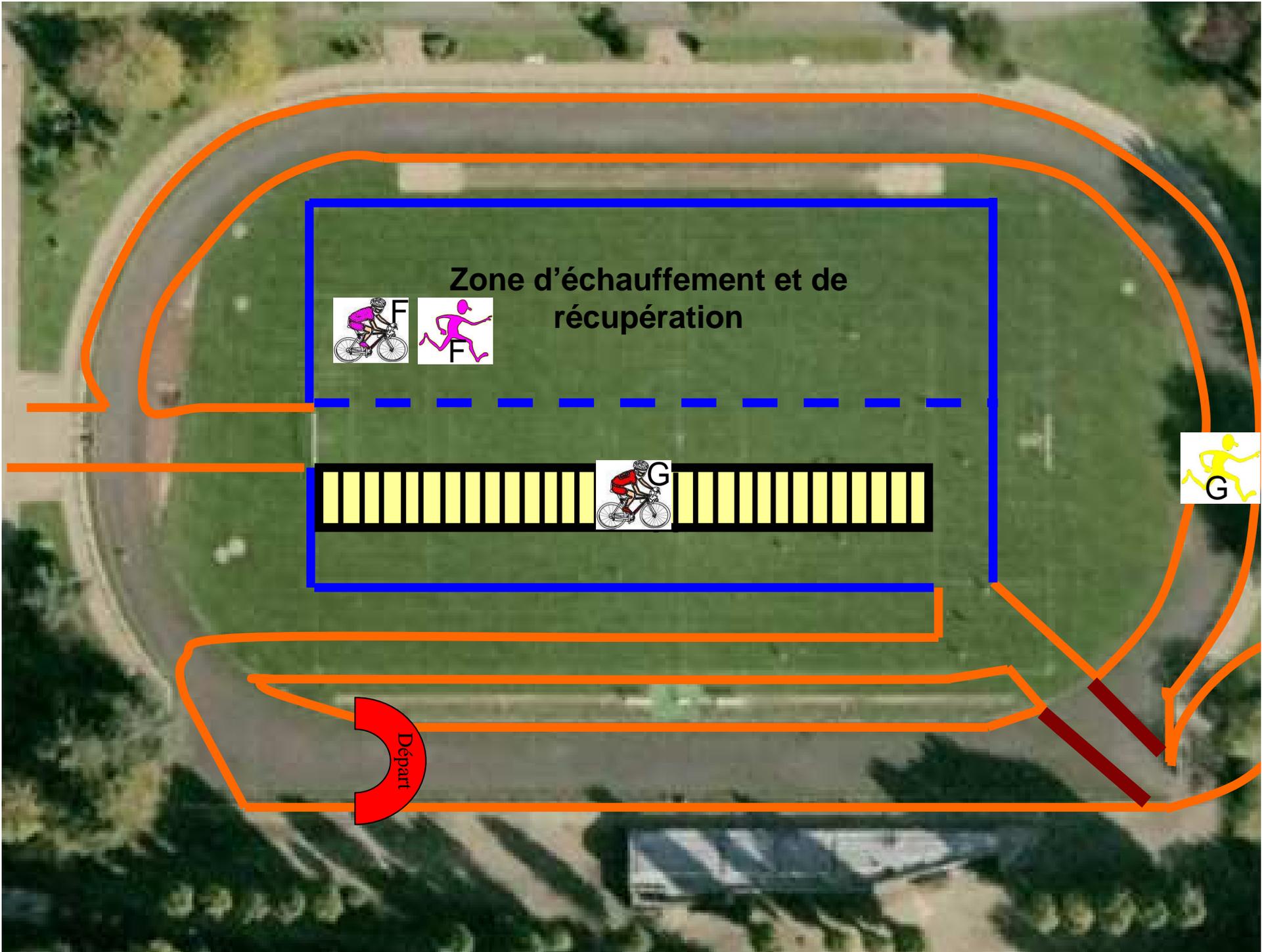


Départ



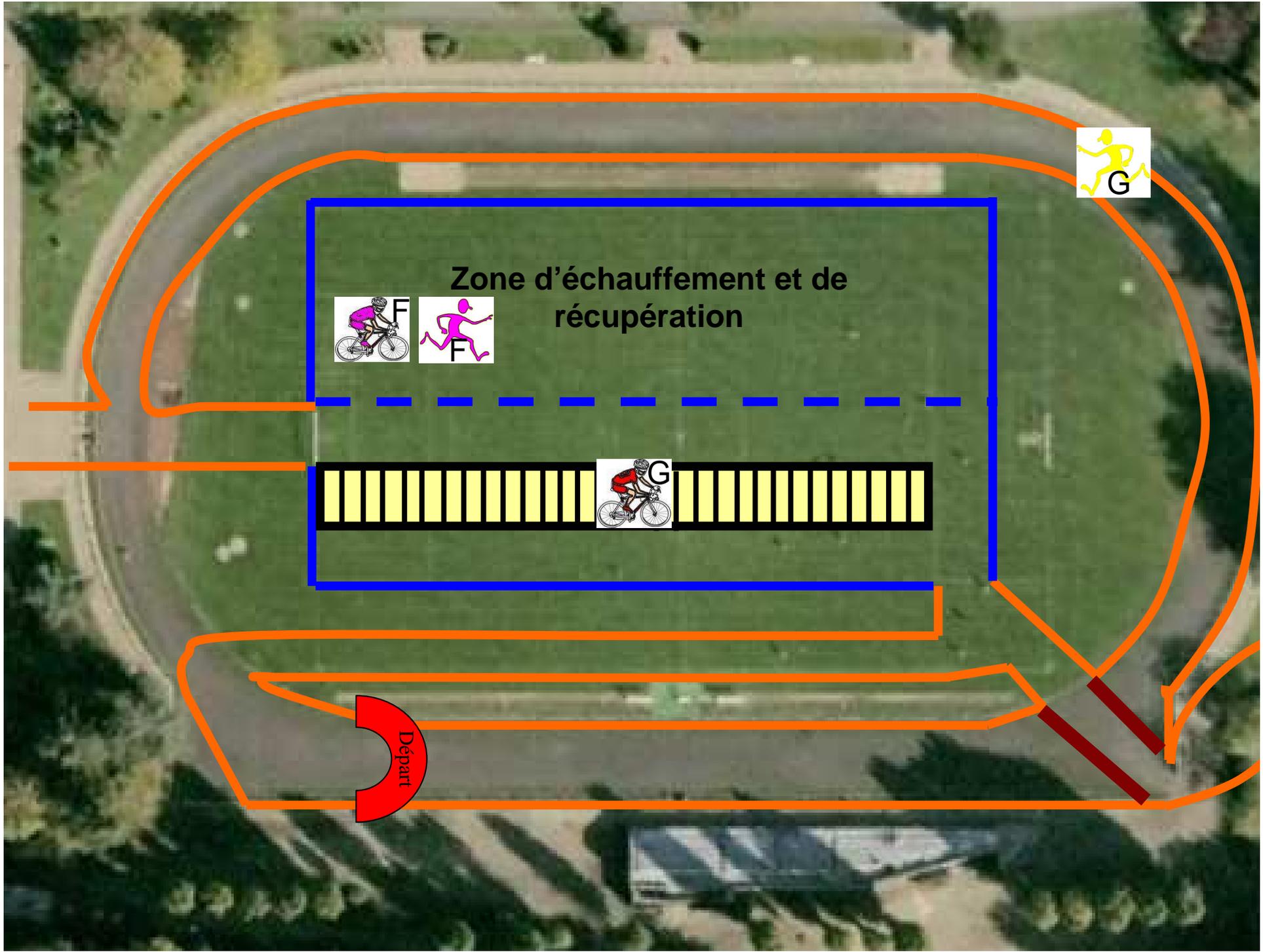
Zone d'échauffement et de récupération





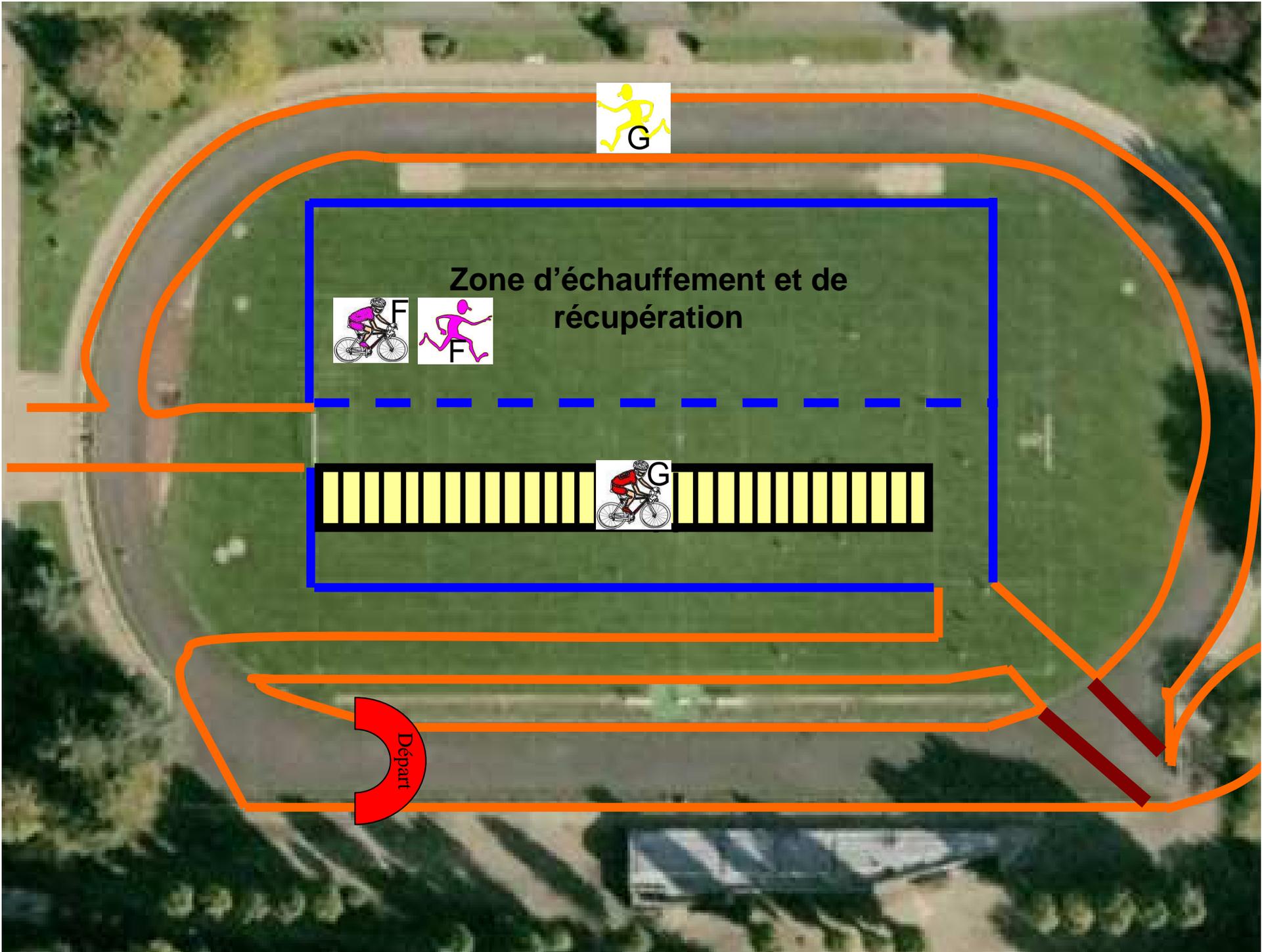
Zone d'échauffement et de récupération





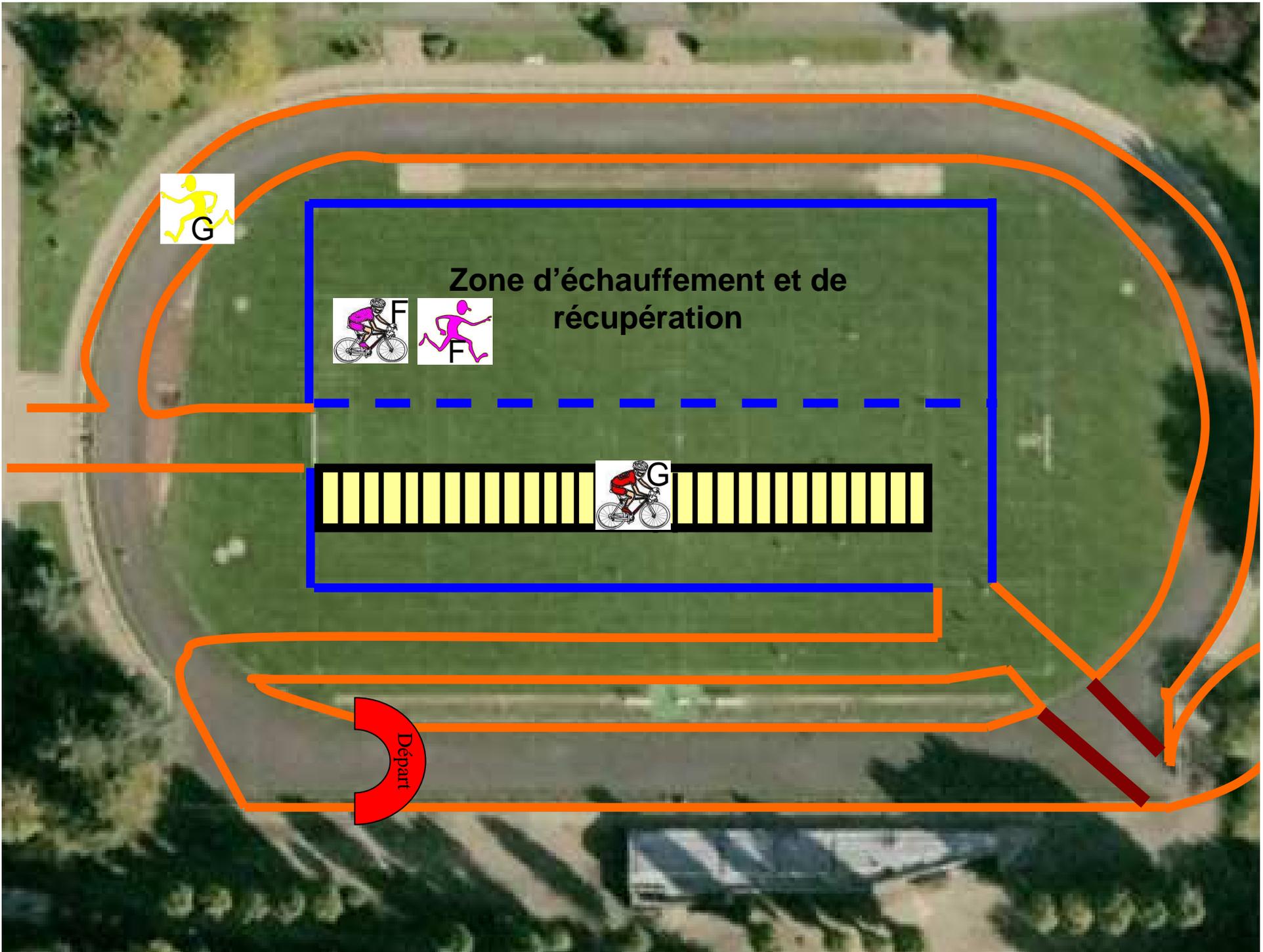
Zone d'échauffement et de récupération





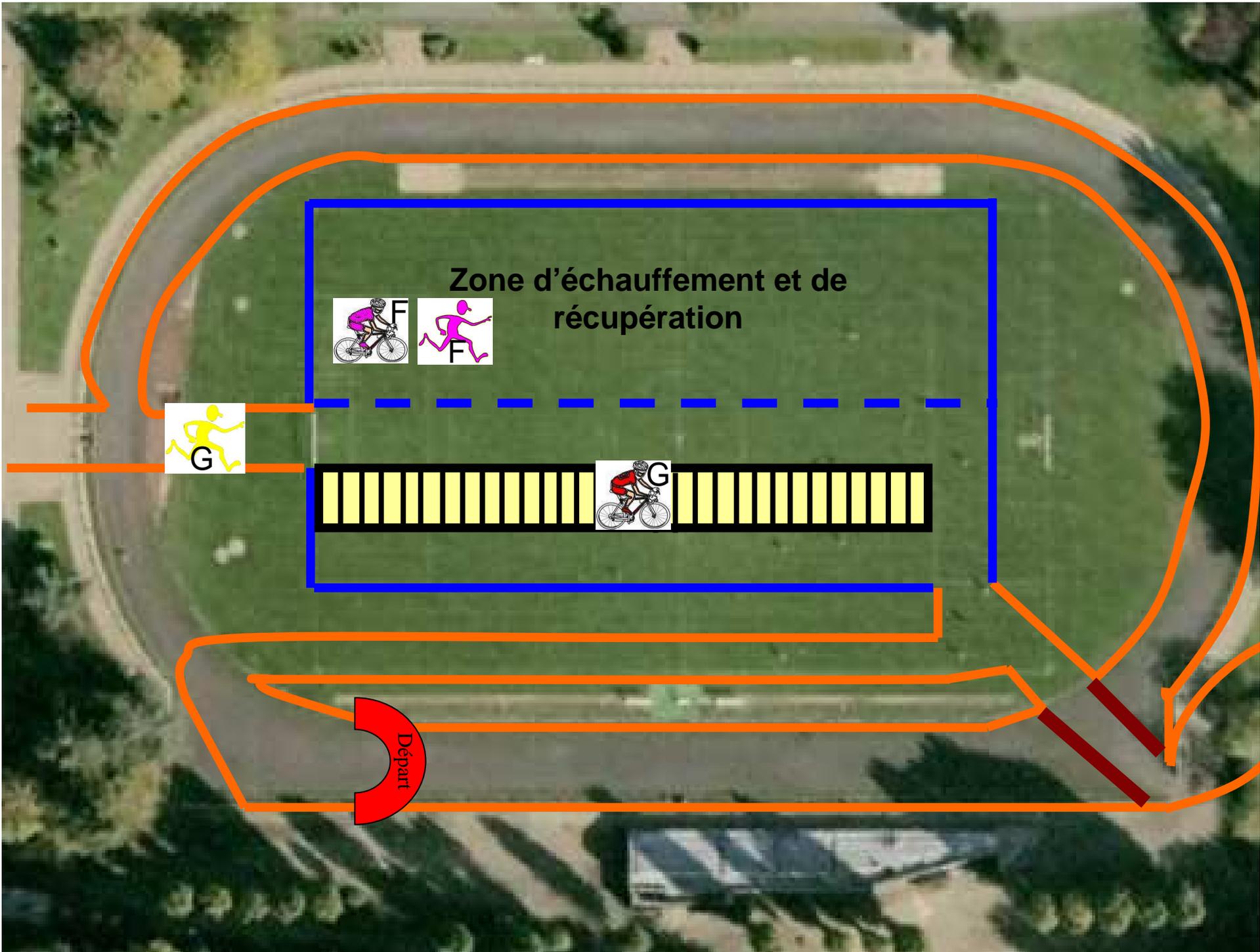
Zone d'échauffement et de récupération





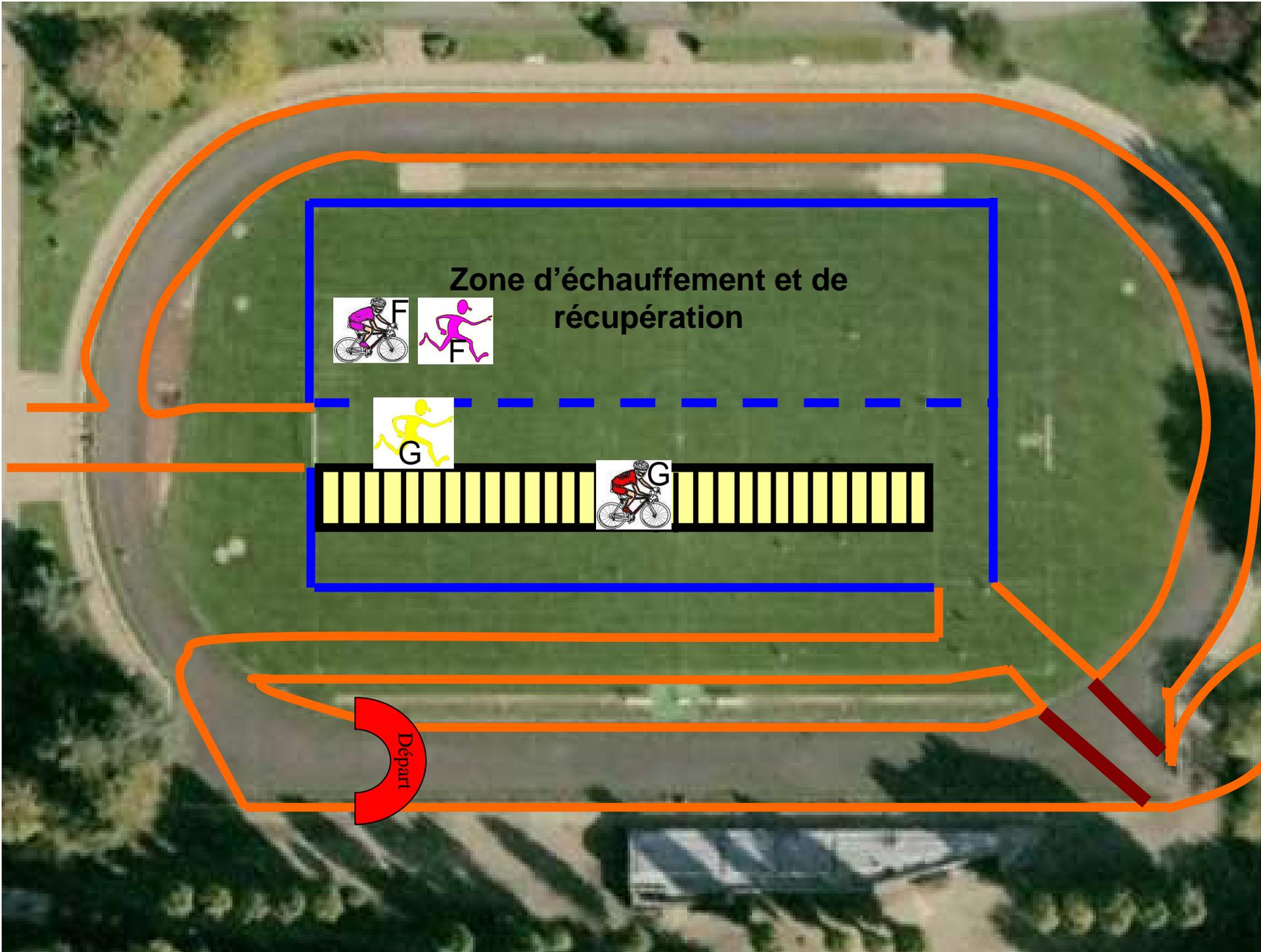
Zone d'échauffement et de récupération





Zone d'échauffement et de récupération





Zone d'échauffement et de récupération



DEPART DU CYCLISTE GARCON

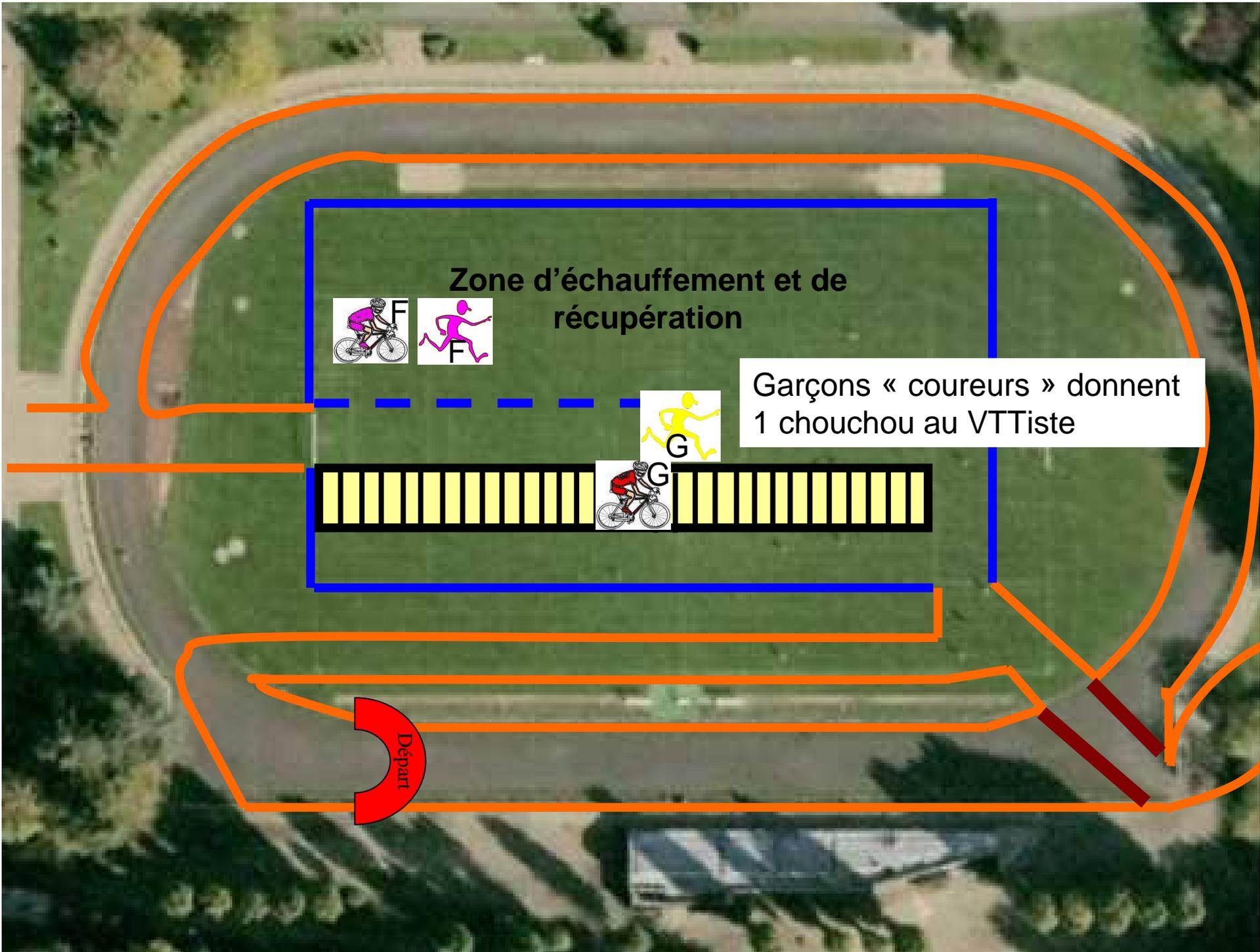
Le coéquipier cycliste attend à pied, à côté du vélo, dans la boîte de l'équipe.

Le coureur à pied donne un chouchou à son cycliste.

Le cycliste peut quitter la boîte une fois le chouchou enfilé à son poignet.

Jusqu'à la sortie du parc, le coureur reste avec le cycliste qui circule obligatoirement à pied à côté du VTT.

Une fois la ligne de pied à terre franchie, le cycliste peut enfourcher le vélo et l'équipe peut s'organiser librement (séparation)

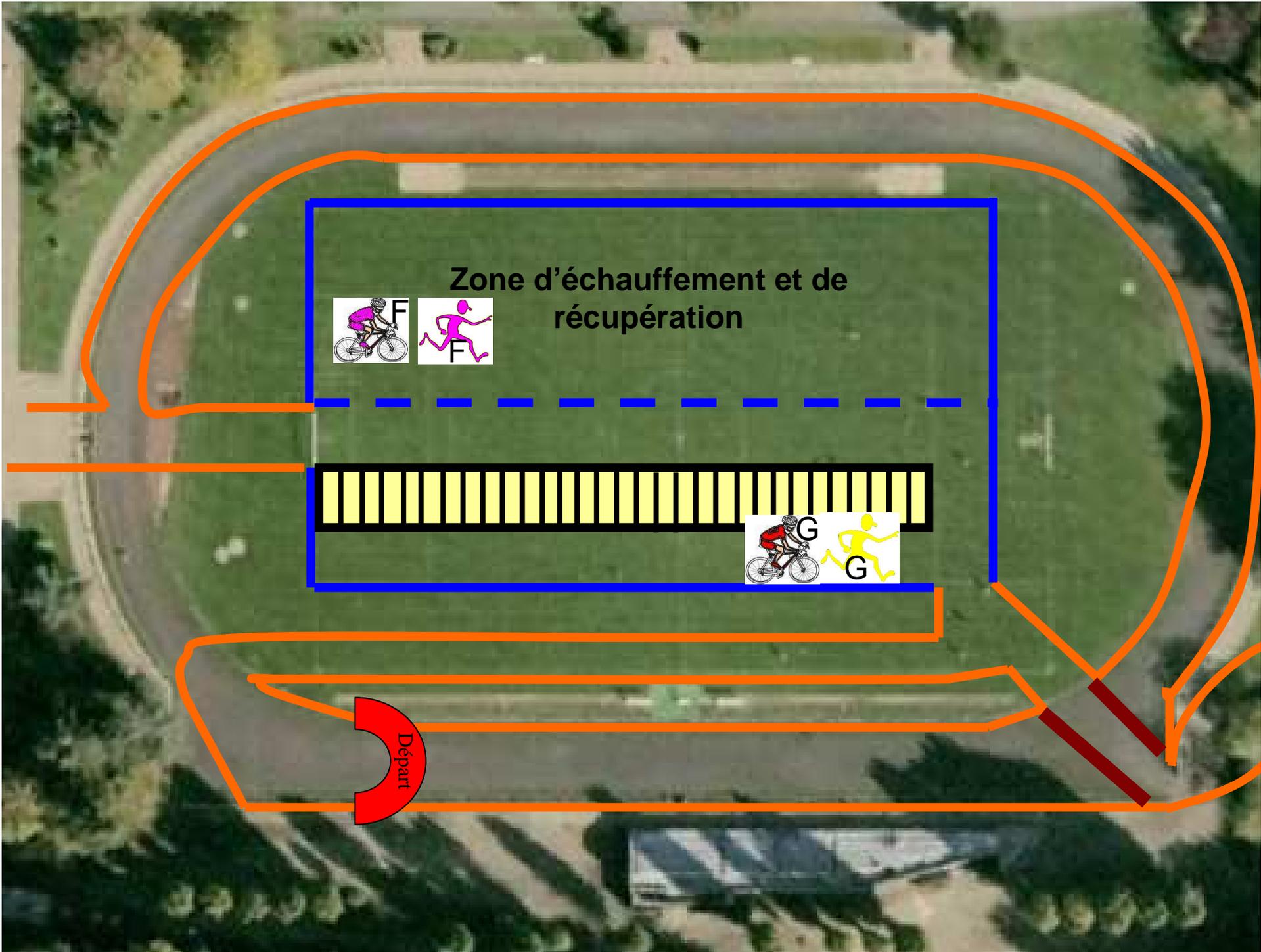


Zone d'échauffement et de récupération

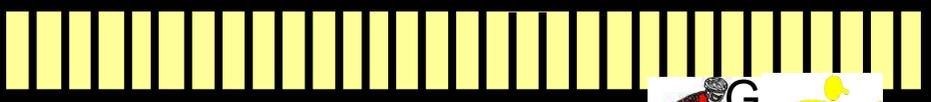


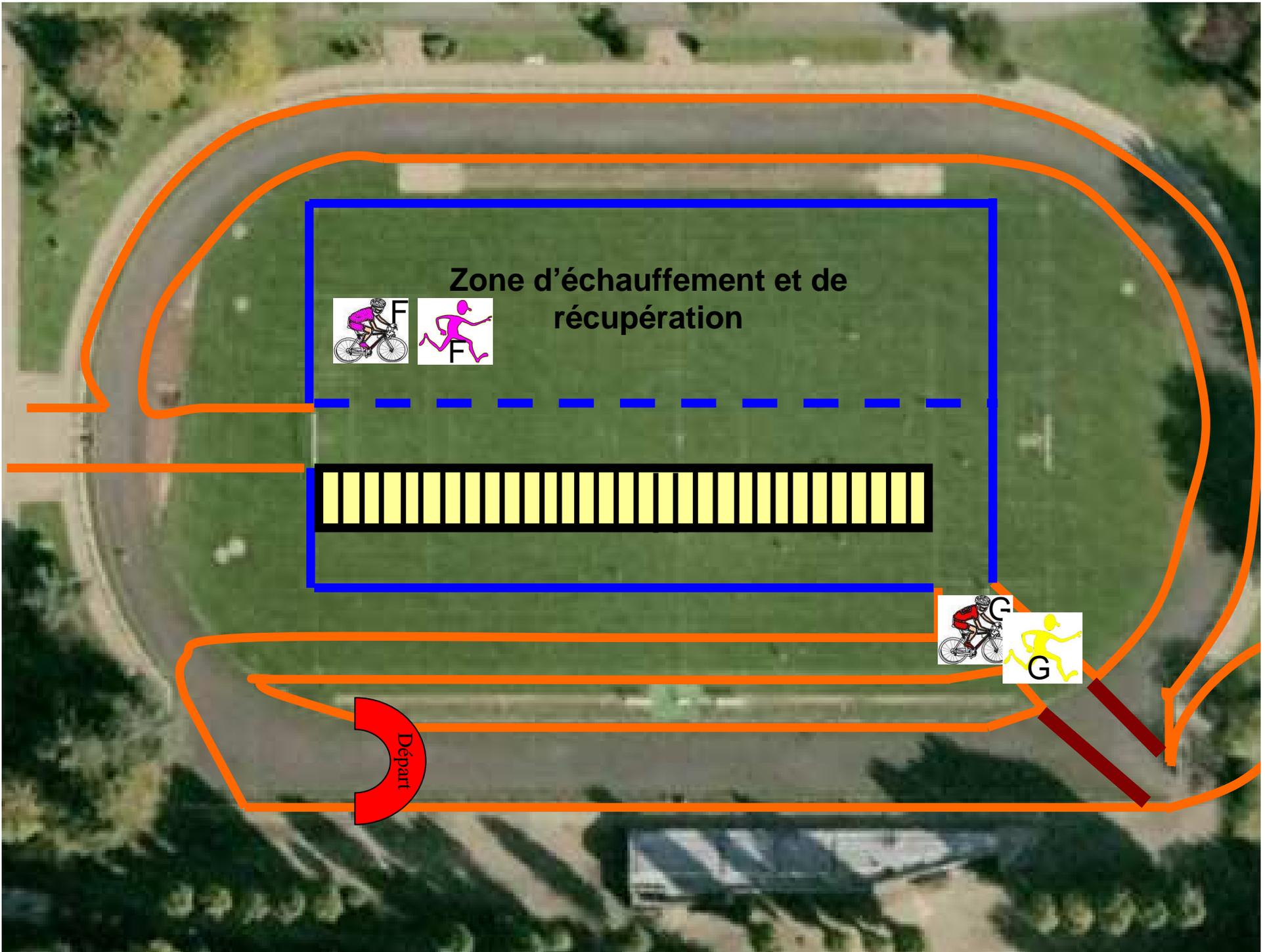
Garçons « coureurs » donnent 1 chouchou au VTTiste



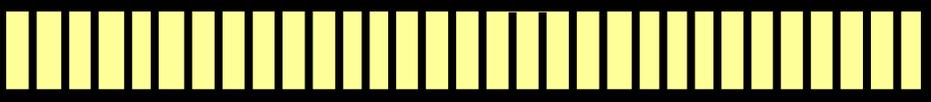


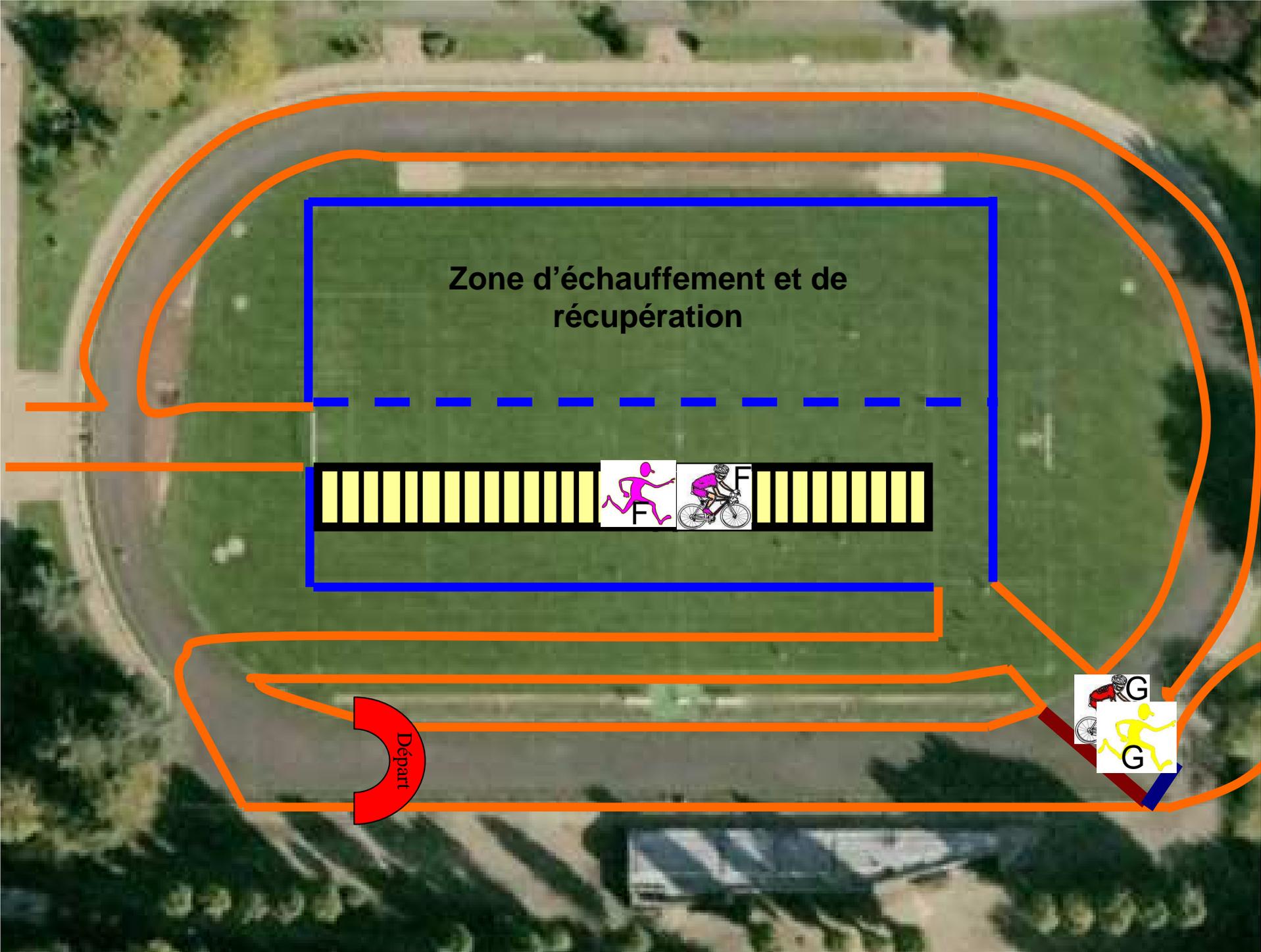
Zone d'échauffement et de récupération





Zone d'échauffement et de récupération





Zone d'échauffement et de récupération

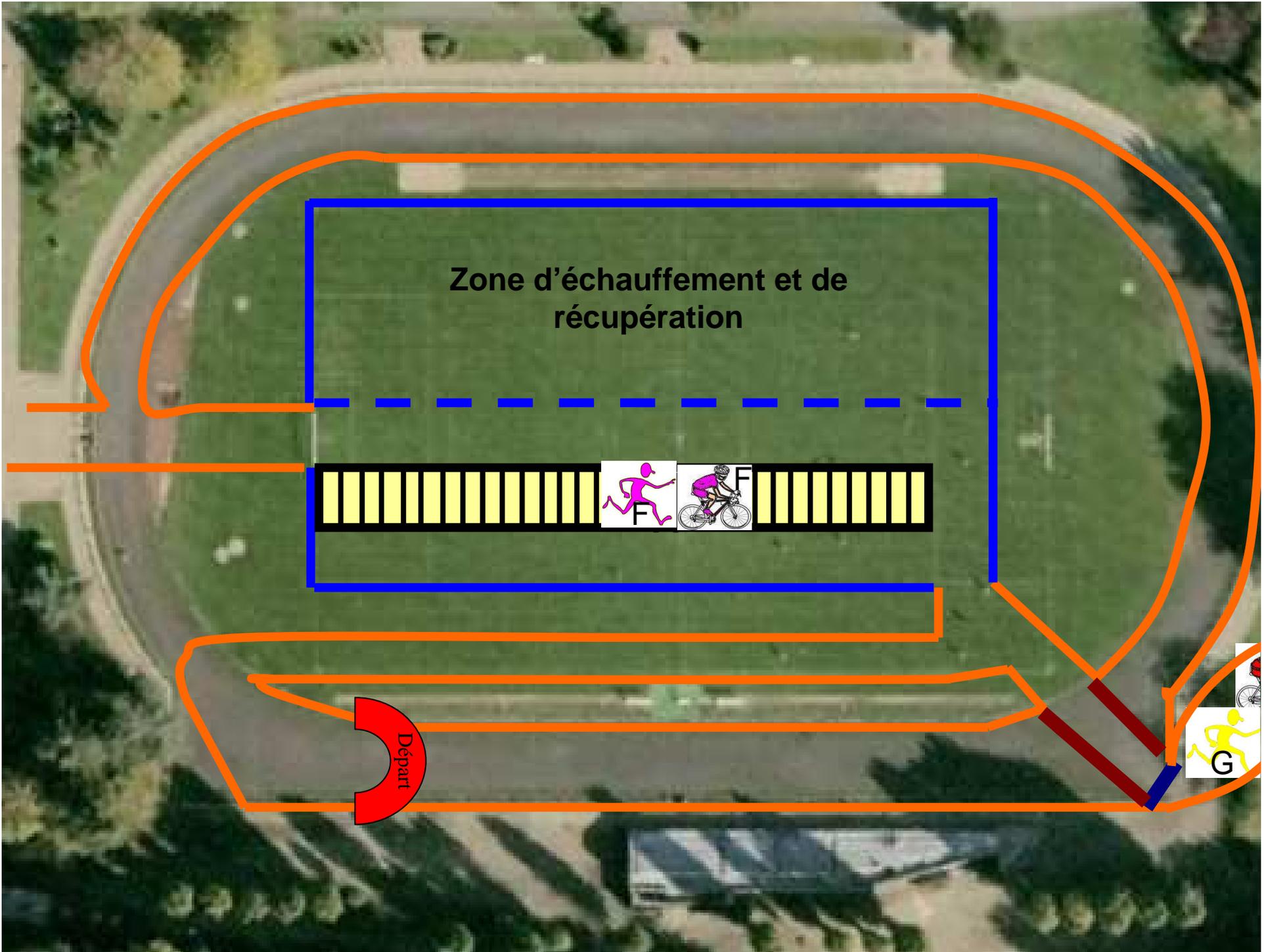
Départ

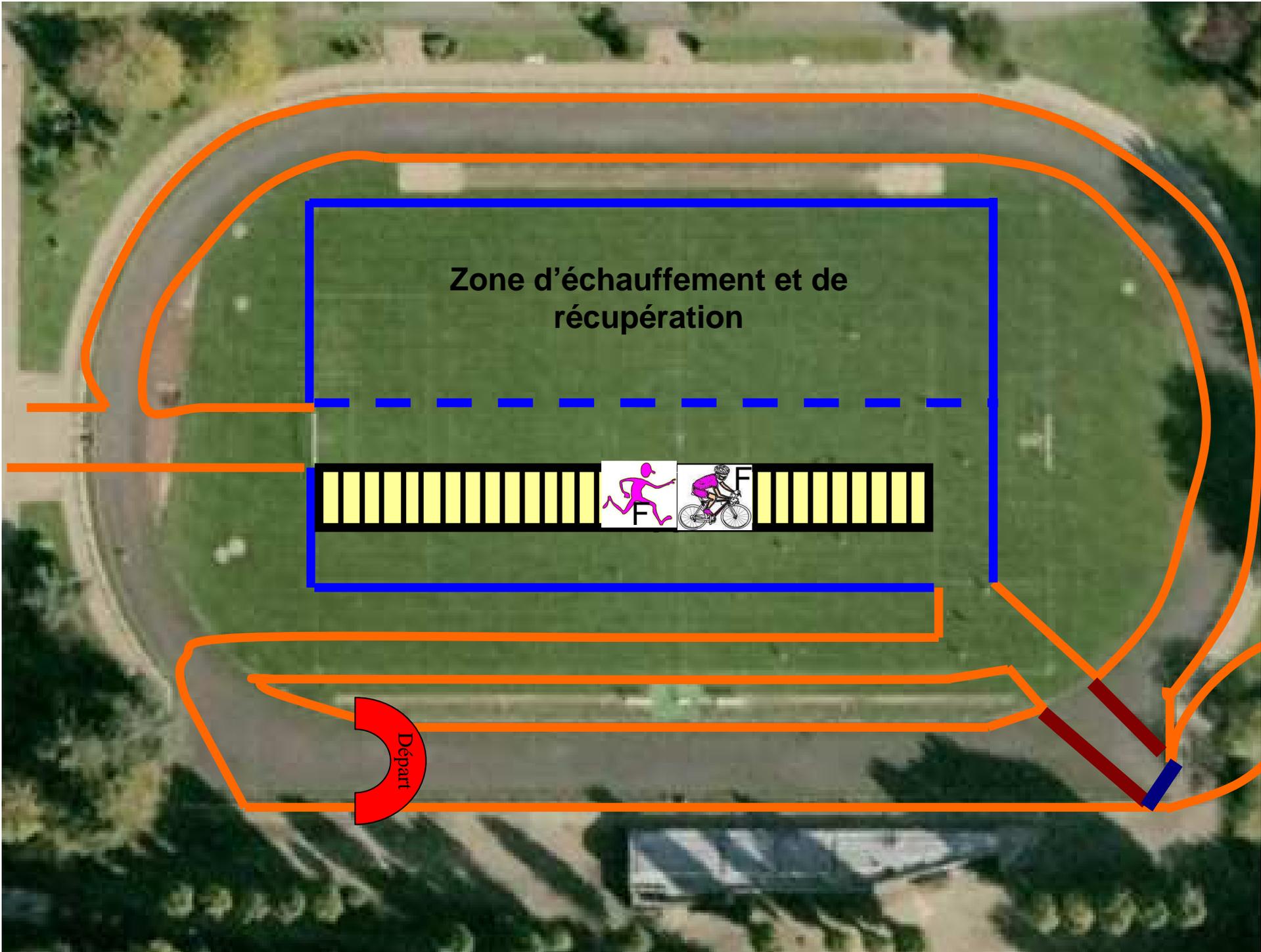
F

F

G

G





Zone d'échauffement et de récupération

Départ



F

F



950m : Parc 3

600m : Parc 2

1300m : Parc 4

400m : Parc

1500m : Parc 5

1630m :
Zone de
pied à terre

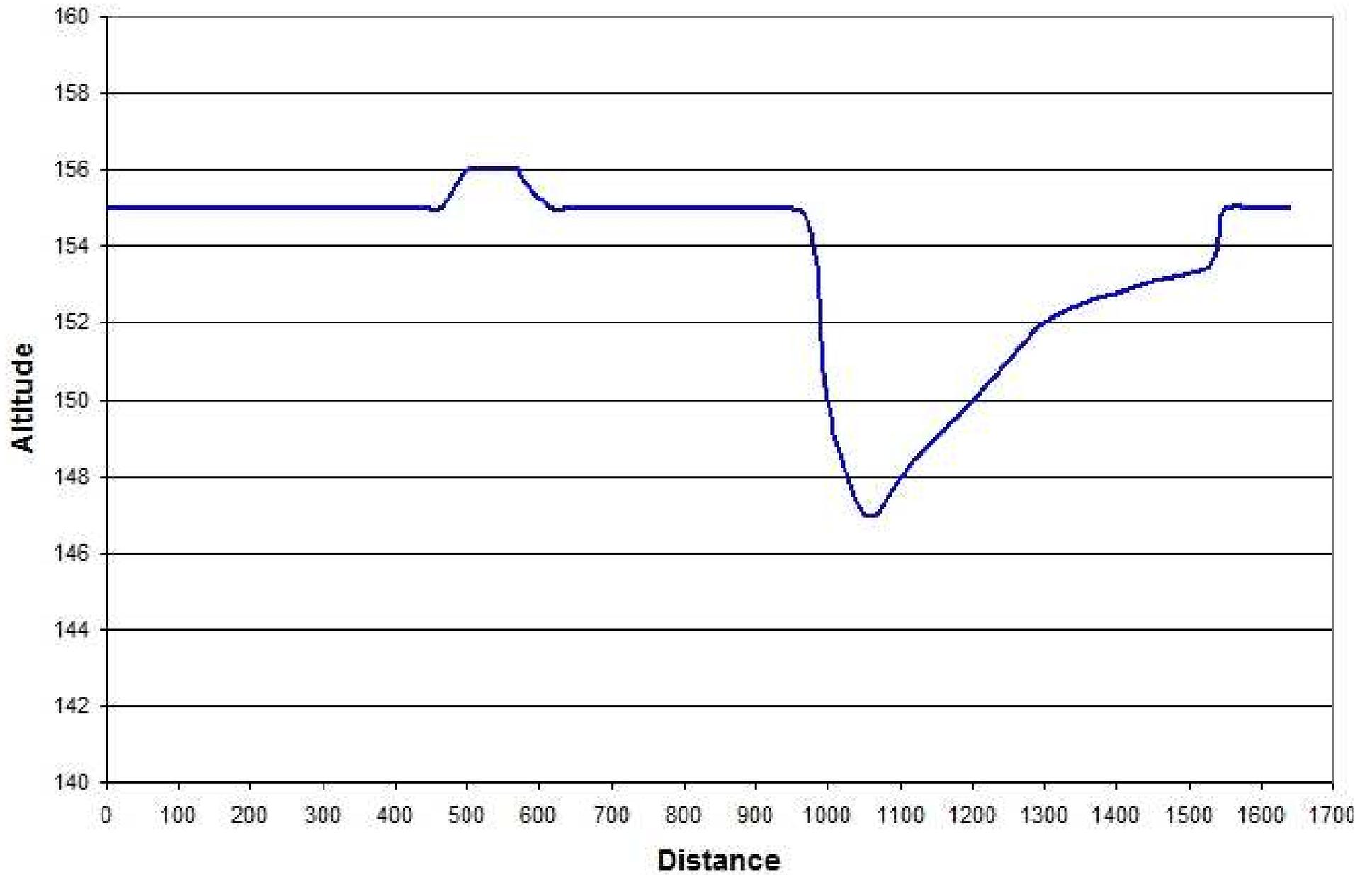
Zone d'échauffement et de
récupération

Parc à vélos

Tribunes, vestiaires,
WC, douches

0m : Fin de zone
de pied à terre

Profil du parcours





LES ZONES DE DEPOSE DES VELOS (PARKING VELOS)

Deux types d'échanges possibles :

- Transmissions libres du vélo de mains à mains sur tout le parcours ou
- Echange en gagne-terrain dans les 5 « zones parking », de type « triparc »

La dépose sauvage en dehors de ces zones est interdite.

Suspendre le vélo par la selle en marche avant ou en marche arrière.



950m : Parc 3

600m : Parc 2

1300m : Parc 4

400m : Parc

1500m : Parc 5

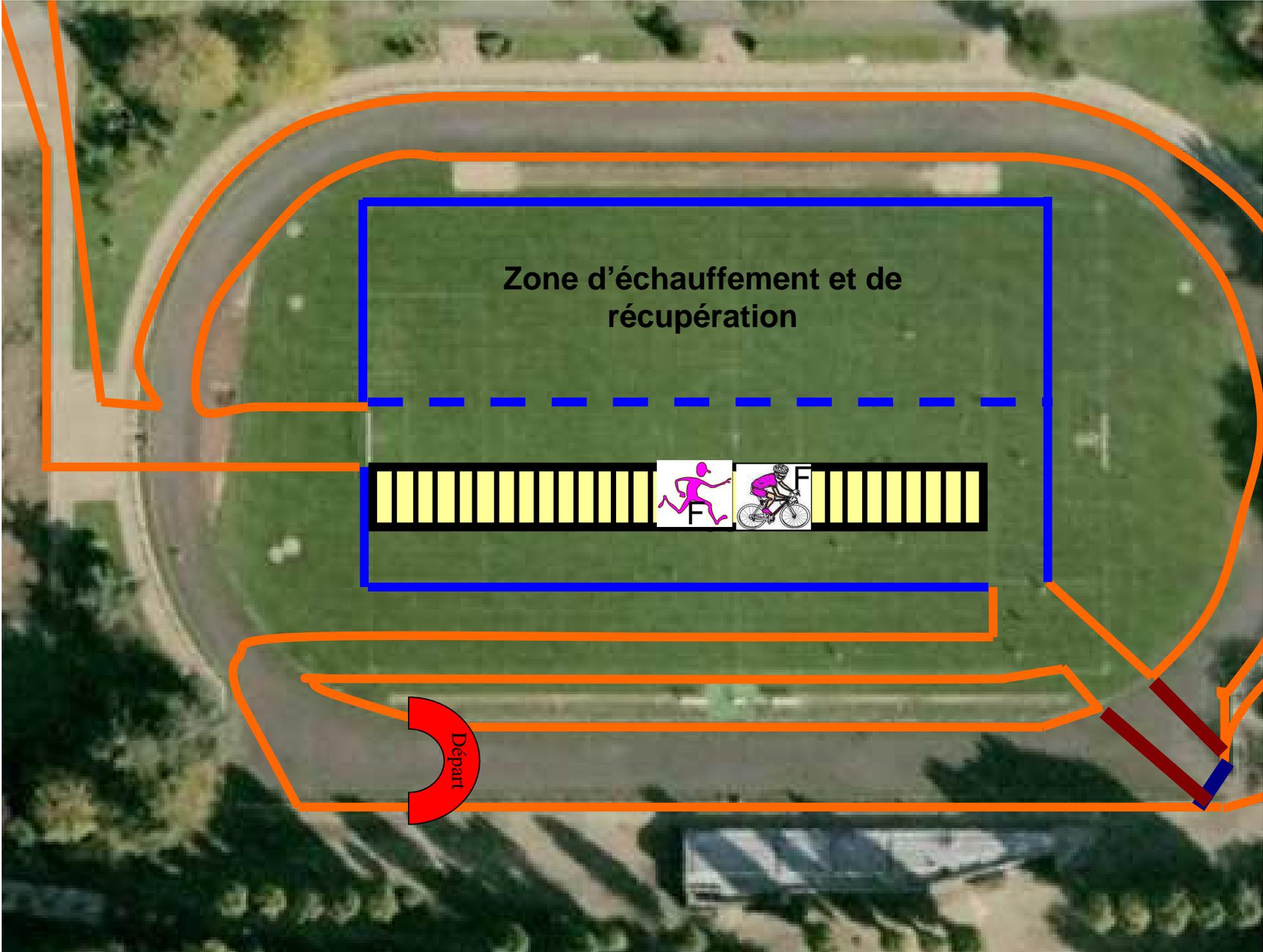
1630m :
Zone de
pied à terre

Zone d'échauffement et de
récupération

Parc à vélos

Tribunes, vestiaires,
WC, douches

0m : Fin de zone
de pied à terre

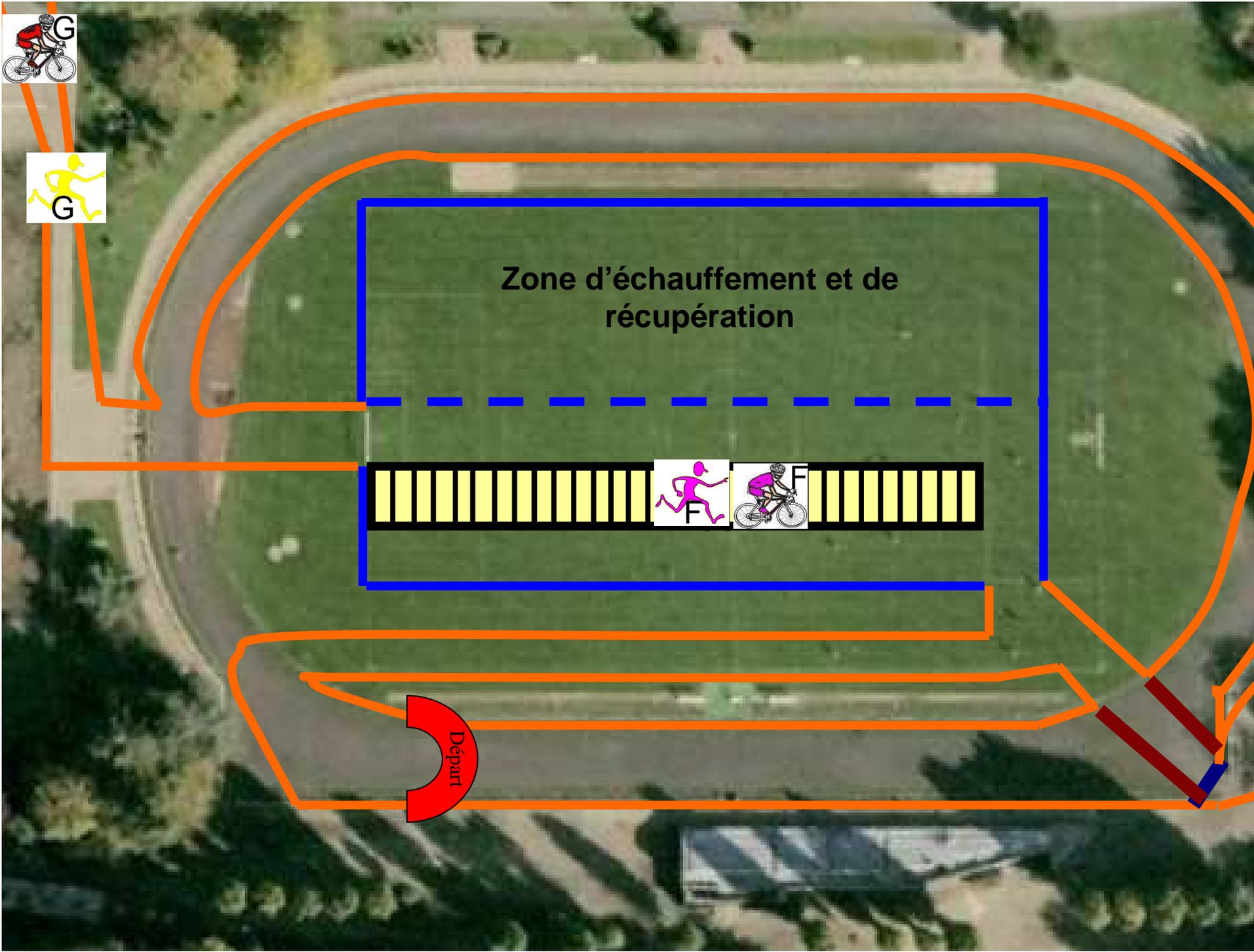


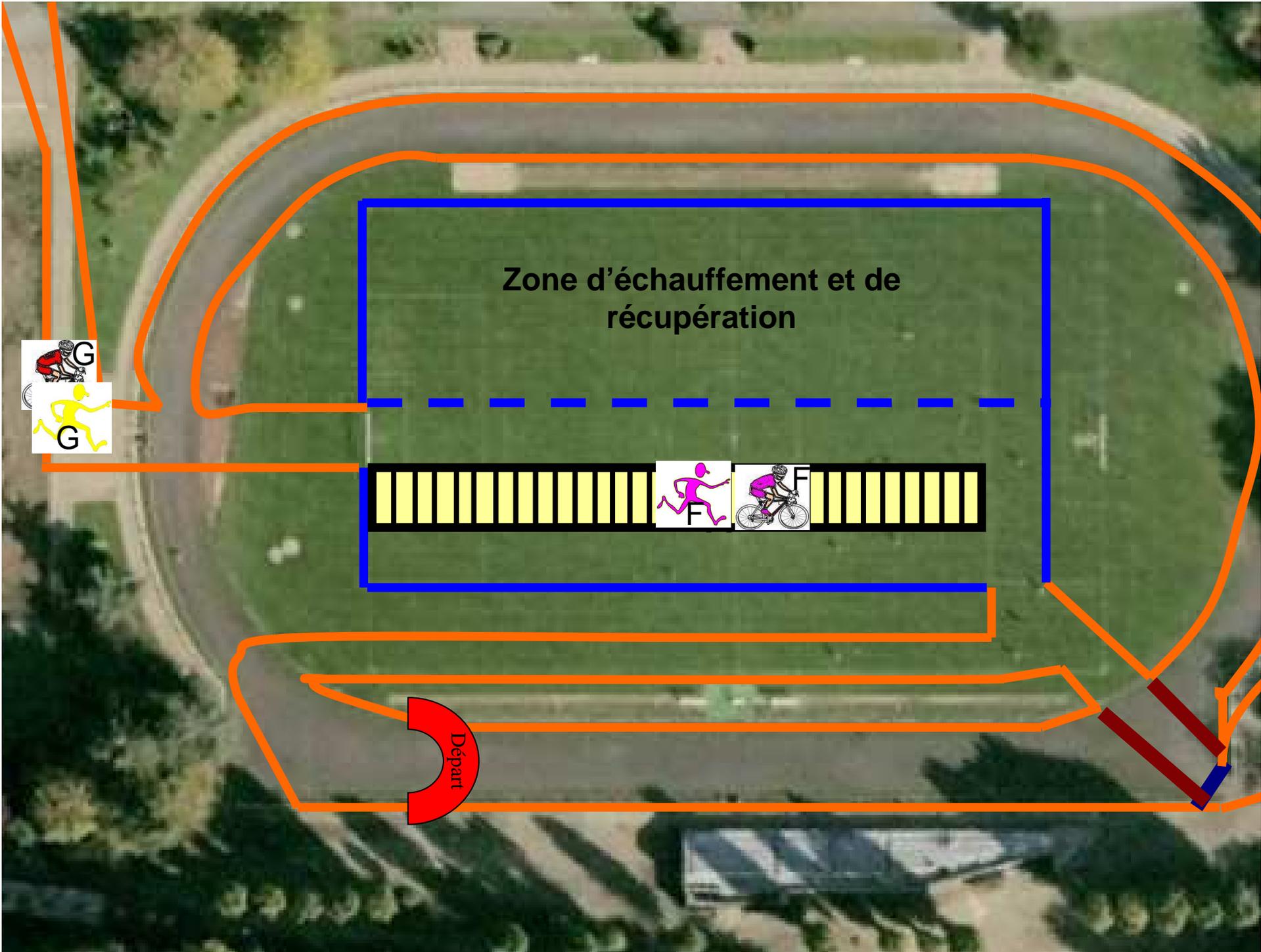
Zone d'échauffement et de récupération

Départ



Zone d'échauffement et de récupération





Zone d'échauffement et de récupération

Départ

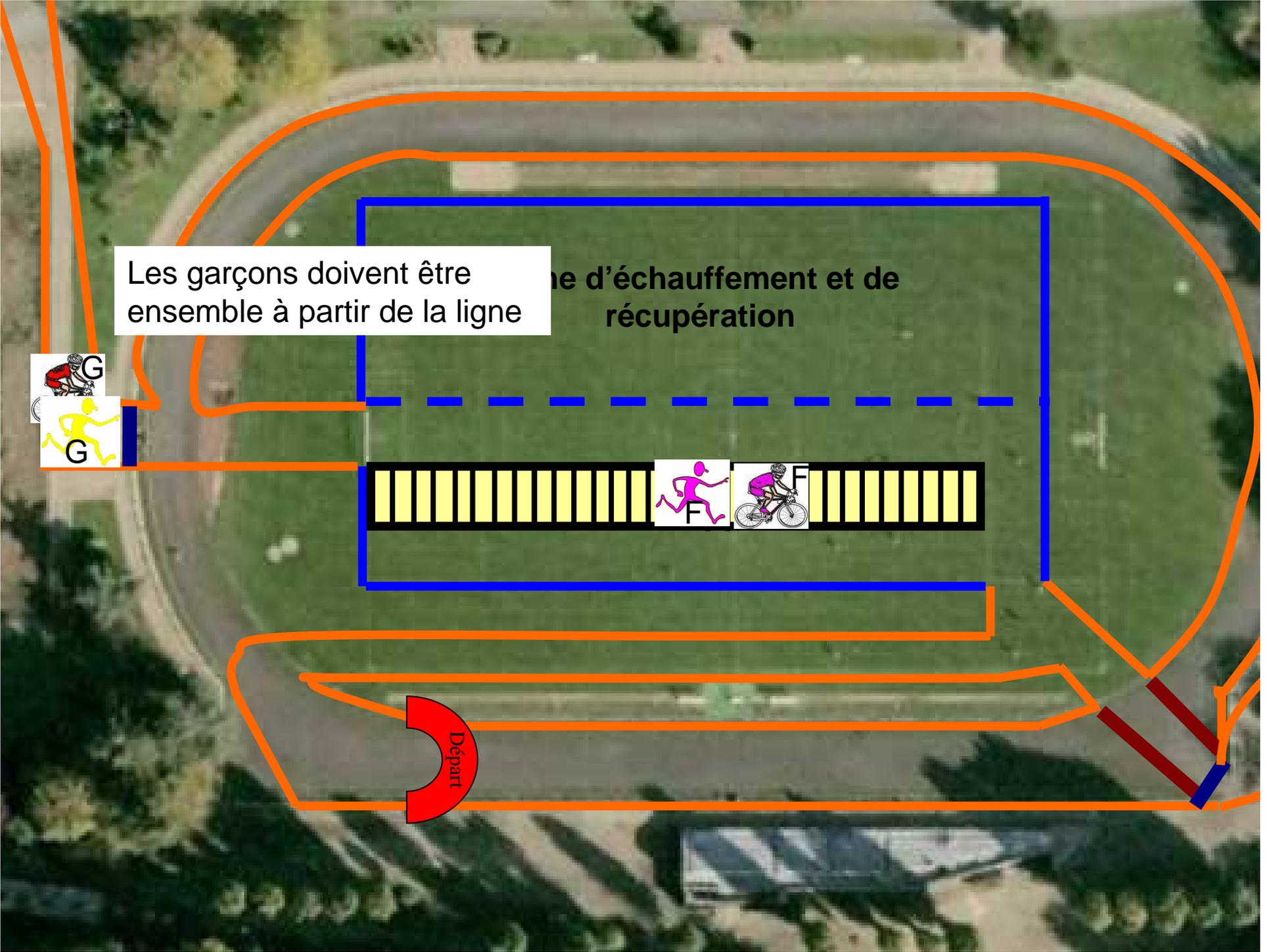
F

F

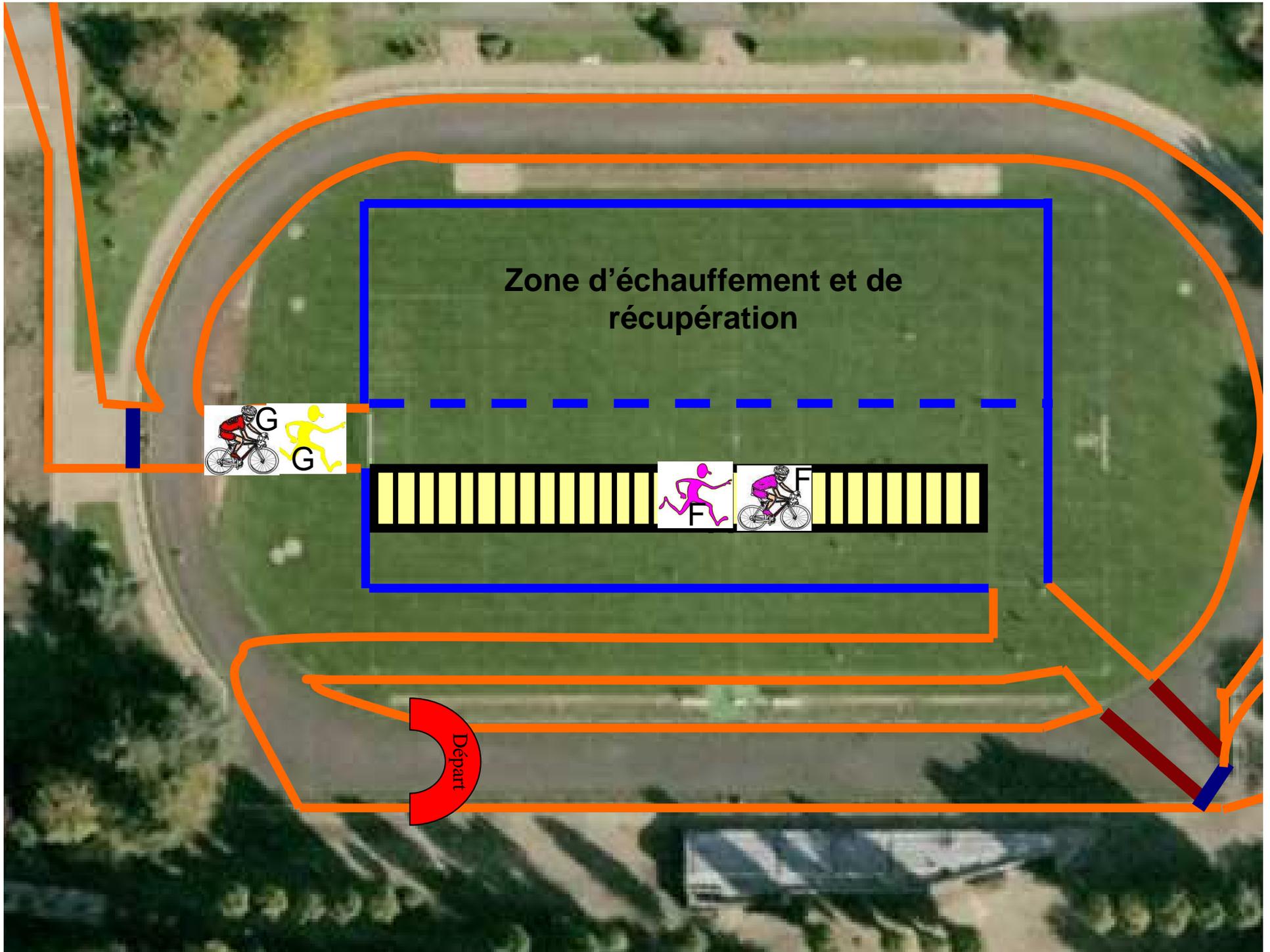
G

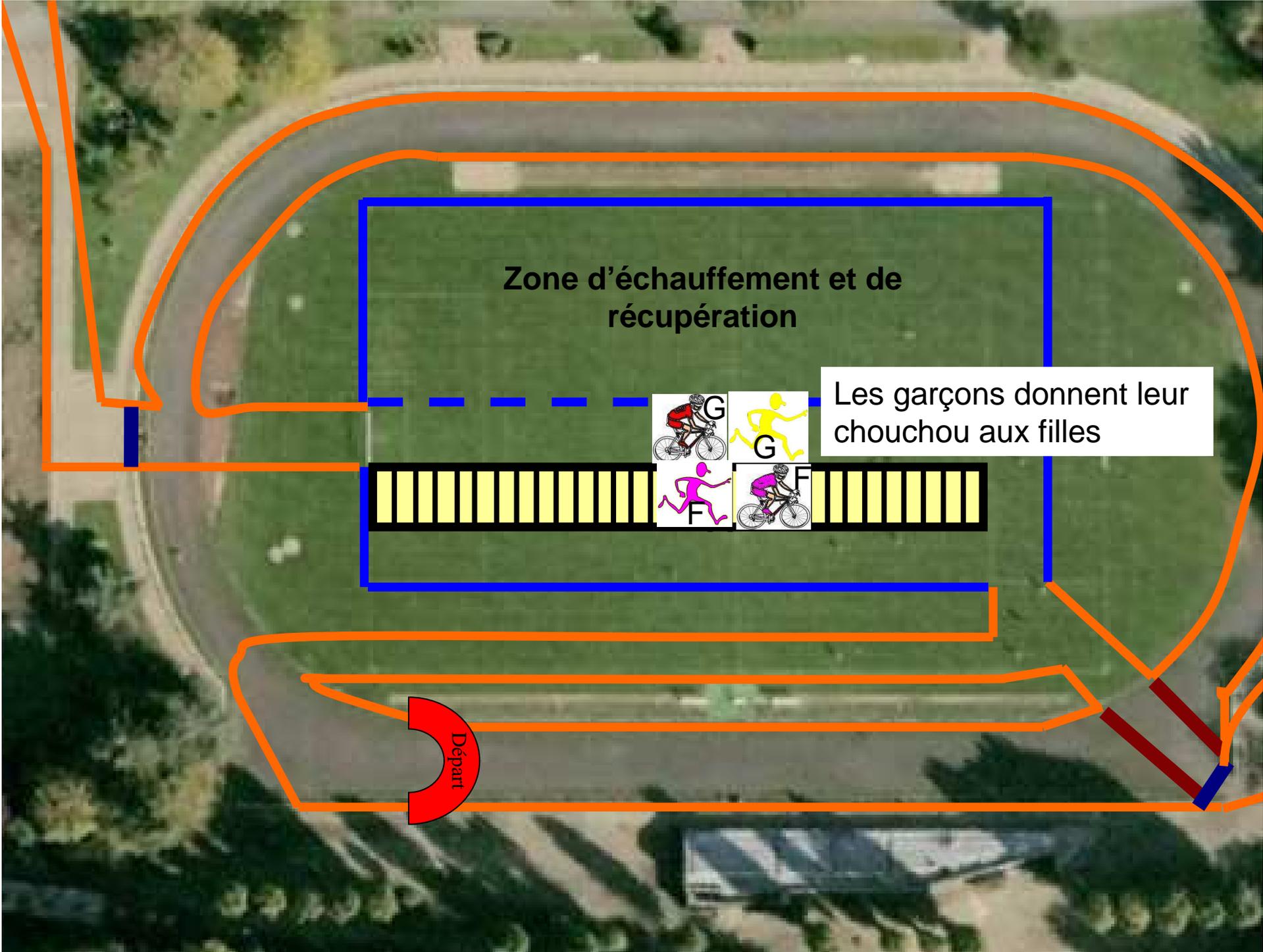
G

Les garçons doivent être ensemble à partir de la ligne de réchauffement et de récupération



Zone d'échauffement et de récupération





Zone d'échauffement et de récupération

Les garçons donnent leur chouchou aux filles



Départ

DANS LE BOXE

- TRANSMISSION DU CHOUCHOU

Les relayeurs retirent leur chouchou du poignet une fois arrivés dans le boxe.
Organisation libre de l'équipe.

- TRANSMISSION DU MATERIEL

Organisation libre de l'équipe.

- LE DEPART DES RELAYES "LE 1 POUR 1"

Les 2 relayés sont obligés d'être ensemble à la sortie du parc.

Les relayés (receveurs) quittent leur boxe uniquement s'ils ont leur chouchou au poignet.

Du boxe jusqu'à la sortie du parc, il faut passer obligatoirement à pied.

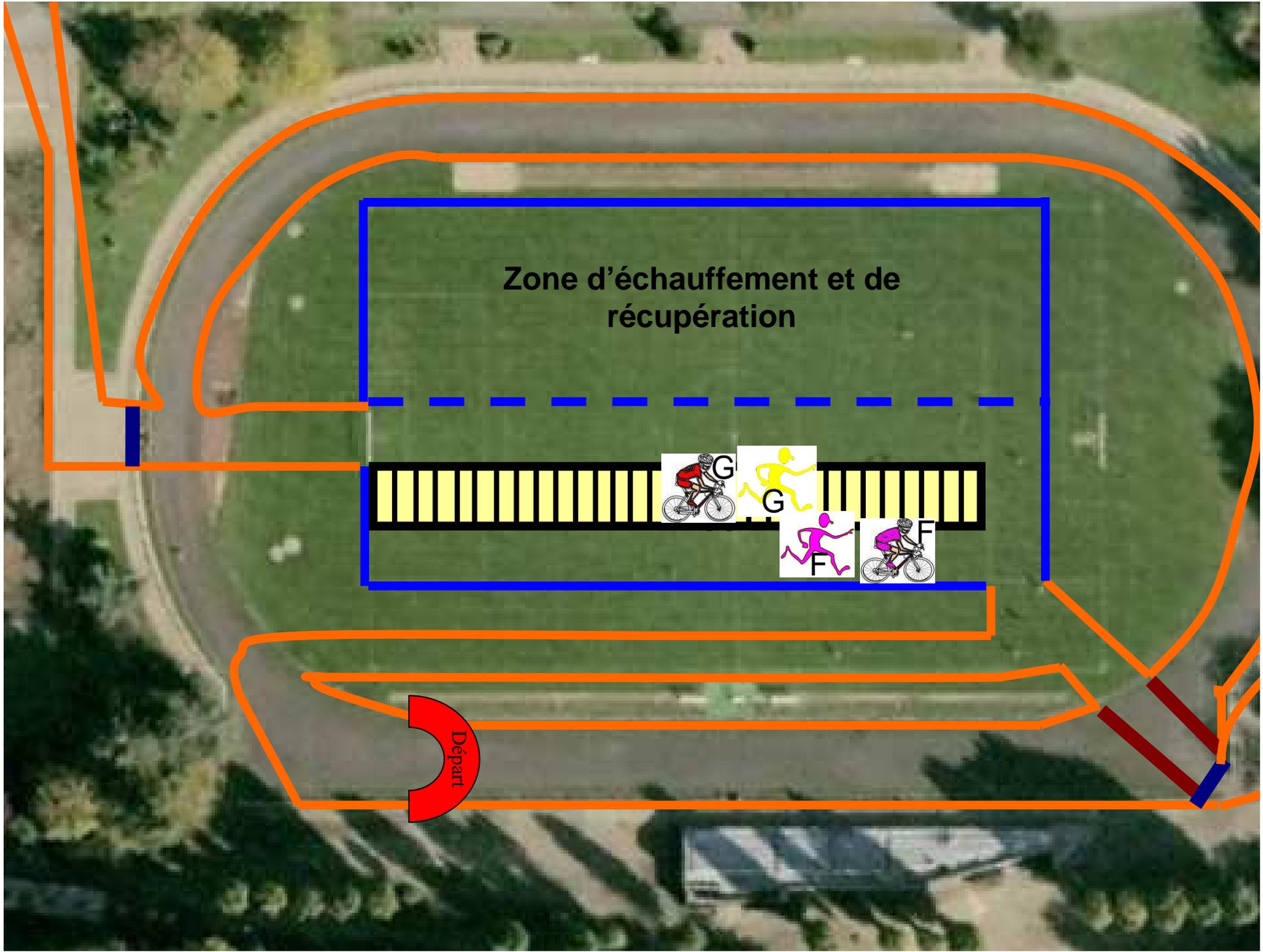
Une fois la ligne de pied à terre franchie, le cycliste peut enfourcher son vélo et les 2 relayés peuvent se séparer.

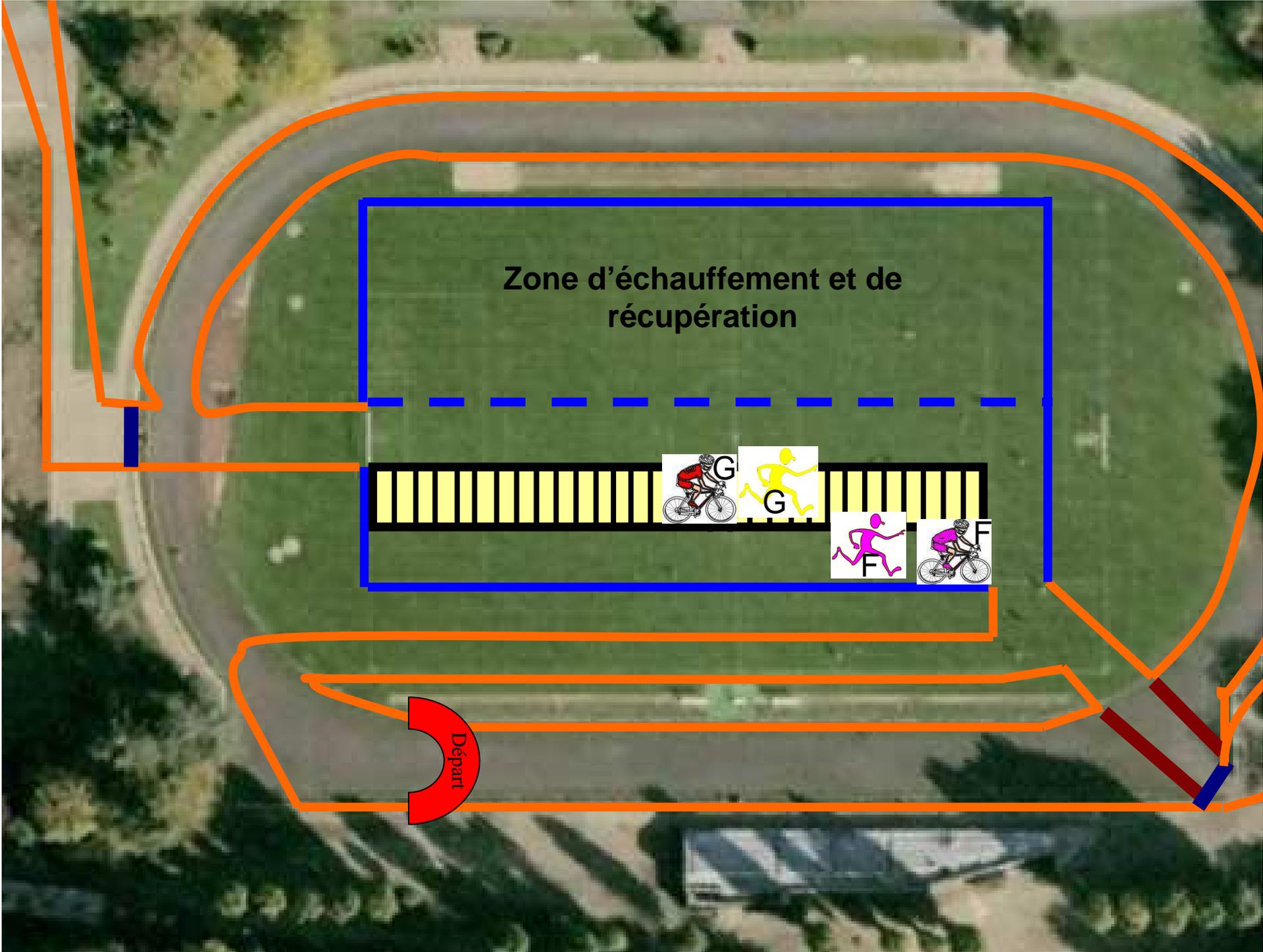
- L'ATTENTE DES 2 RELAYEURS

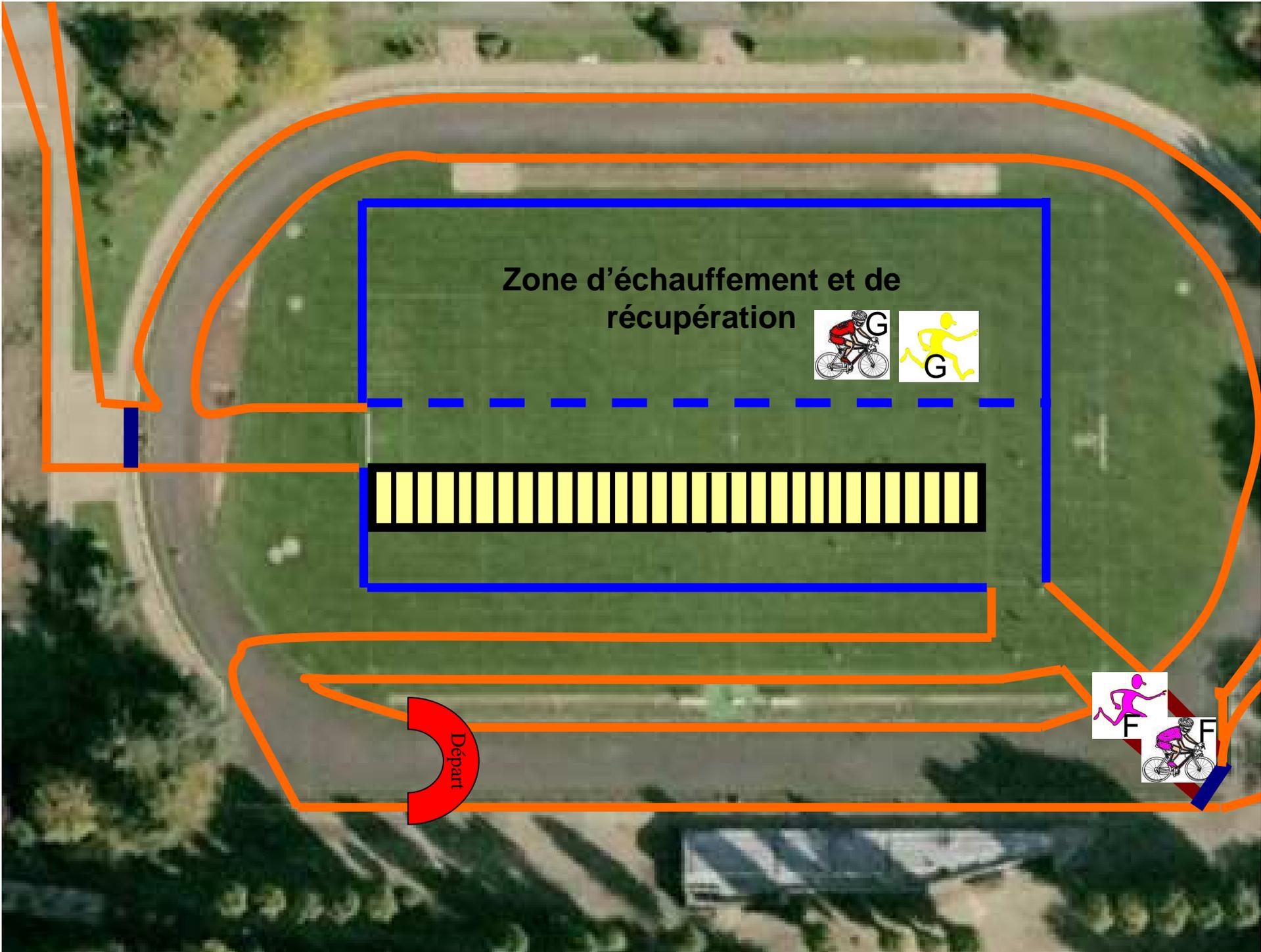
2 possibilités : attendre dans son boxe ou partir en zone d'échauffement/ récupération.
Le vélo reste obligatoirement dans le boxe.

Attention : ne pas gêner les concurrents en course en traversant le couloir de départ.

Zone d'échauffement et de récupération

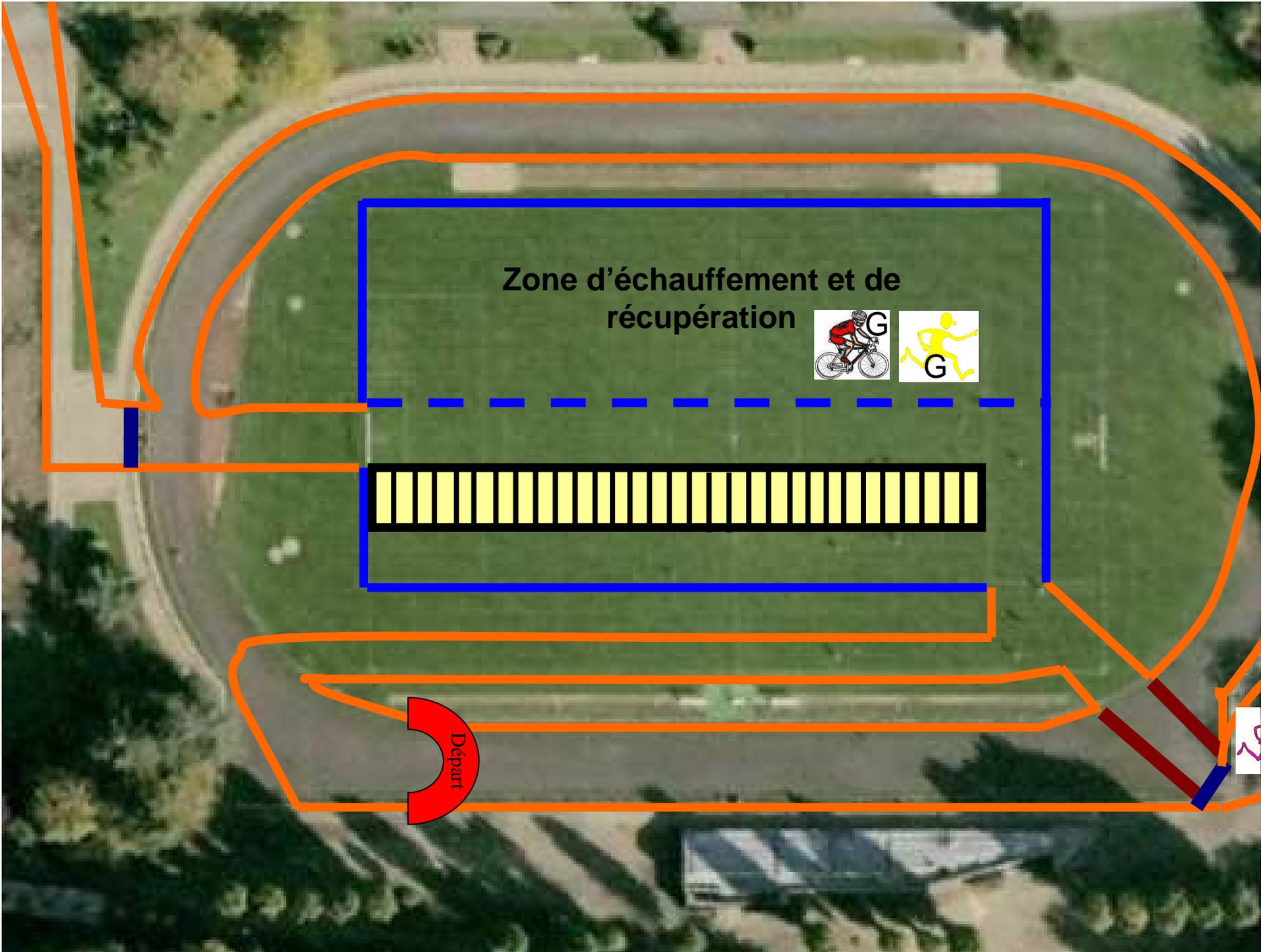






Zone d'échauffement et de récupération





Zone d'échauffement et de
récupération



Départ

27

Enchaînement des tours suivant :

- Les filles partent pour faire le tour n°2
 - Les garçons font le tour n°3
 - Les filles font le tour n°4
 - Les garçons font le tour n°5
 - Les filles font le tour n°6
 - Les garçons font le tour n°7
 - Les filles font le tour n°8
 - Les garçons font le tour n°9
 - Une fille fait la partie « arrivée »
- } Course lycée

L'ARRIVEE

A l'issue du dernier tour (7ème tour en collège, 9ème tour en lycée), les 2 garçons rentrent dans leur boxe et transmettent leur chouchou à une des 2 filles.

Une fois les 2 chouchous enfilés au poignet, cette fille s'élance seule dans le couloir d'arrivée et franchit la ligne d'arrivée située sous l'arche UNSS. C'est elle qui détermine la place et le chrono final de l'équipe.

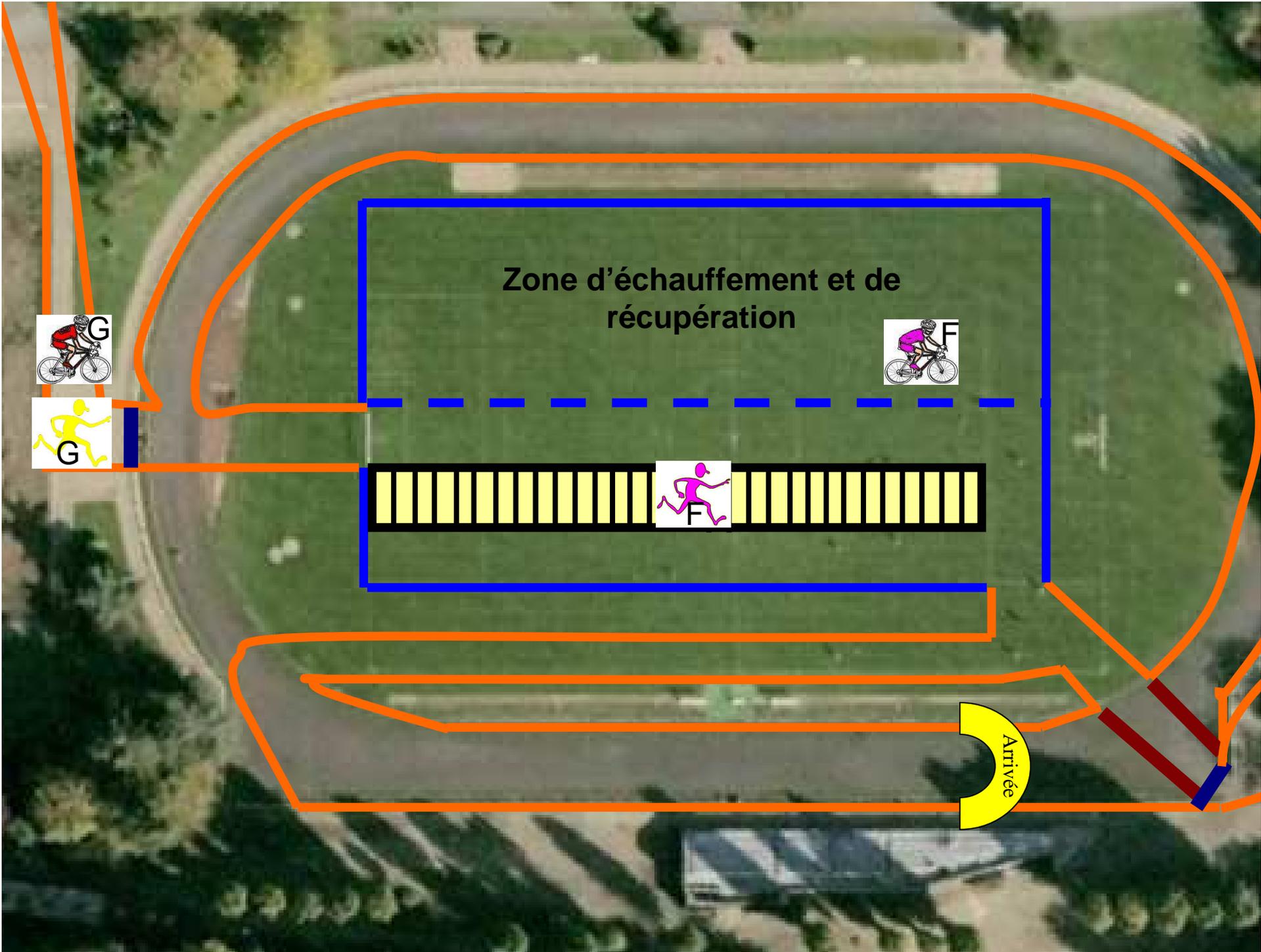
Les 4 coéquipiers pourront se retrouver dans l'air d'arrivée, pour prendre une photo.

Les chasubles et les plaques VTT seront récupérées dans cette aire.



Zone d'échauffement et de récupération

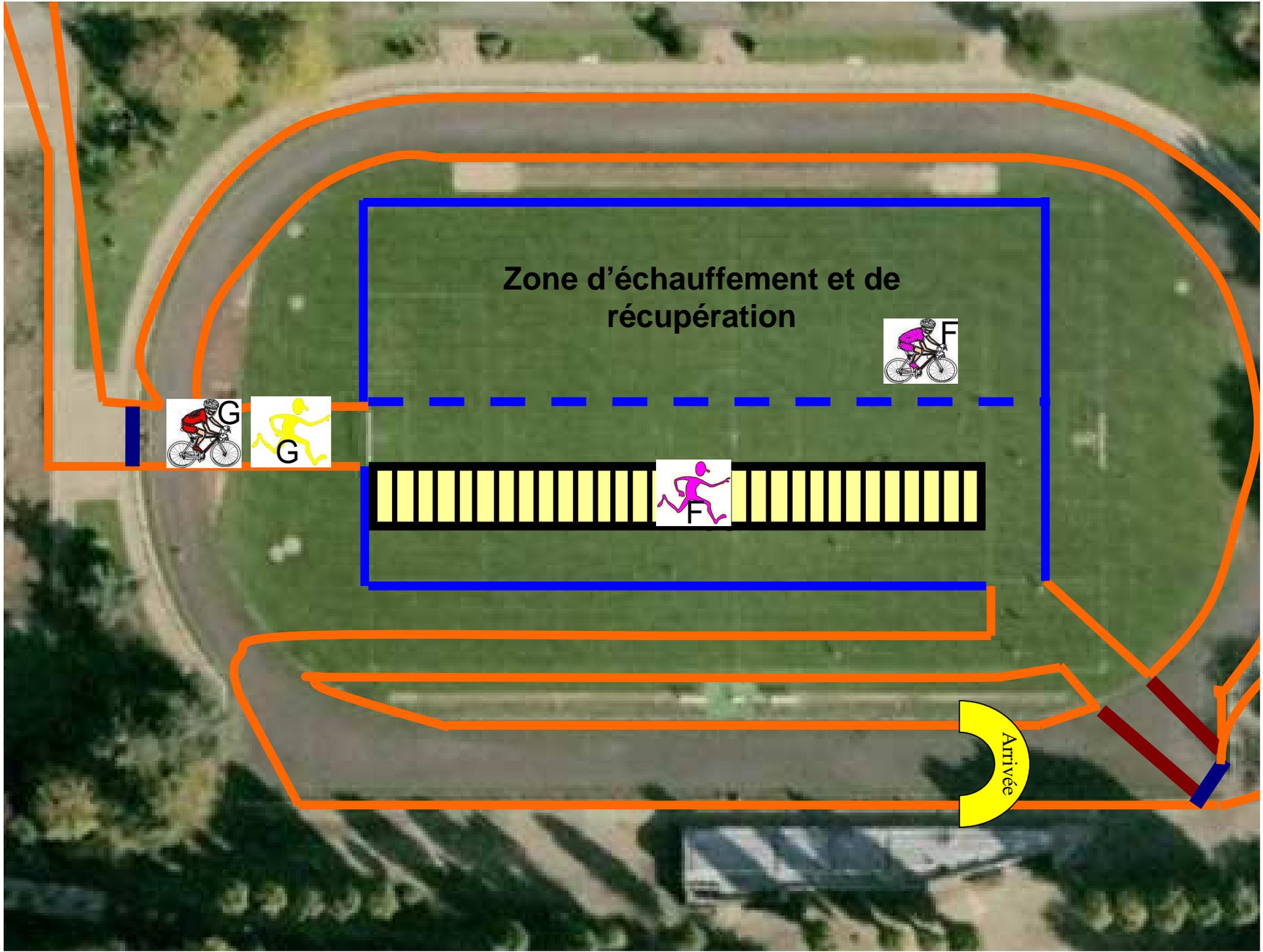




Zone d'échauffement et de récupération



Arrivée



Zone d'échauffement et de récupération



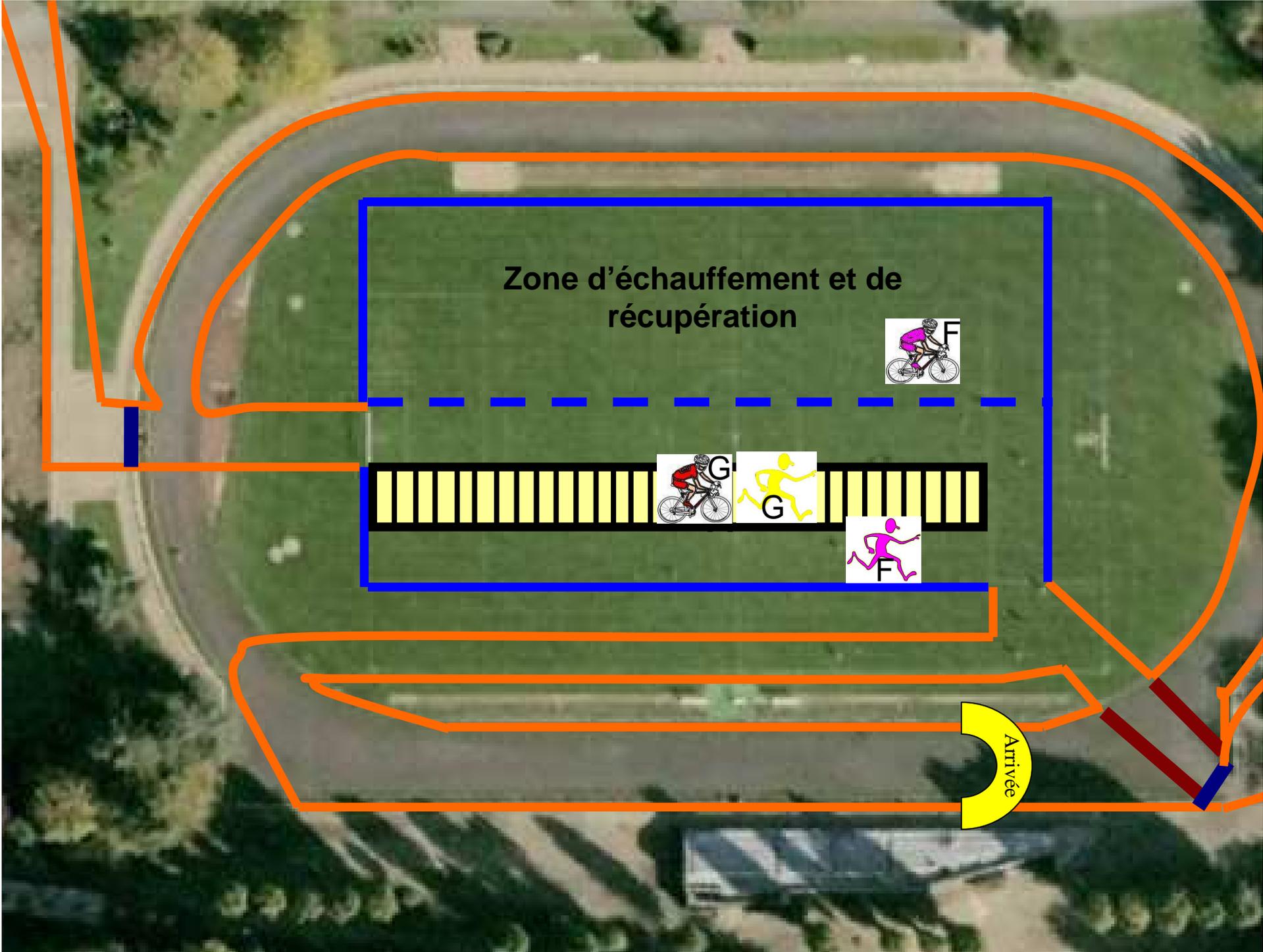
Arrivée

Zone d'échauffement et de récupération



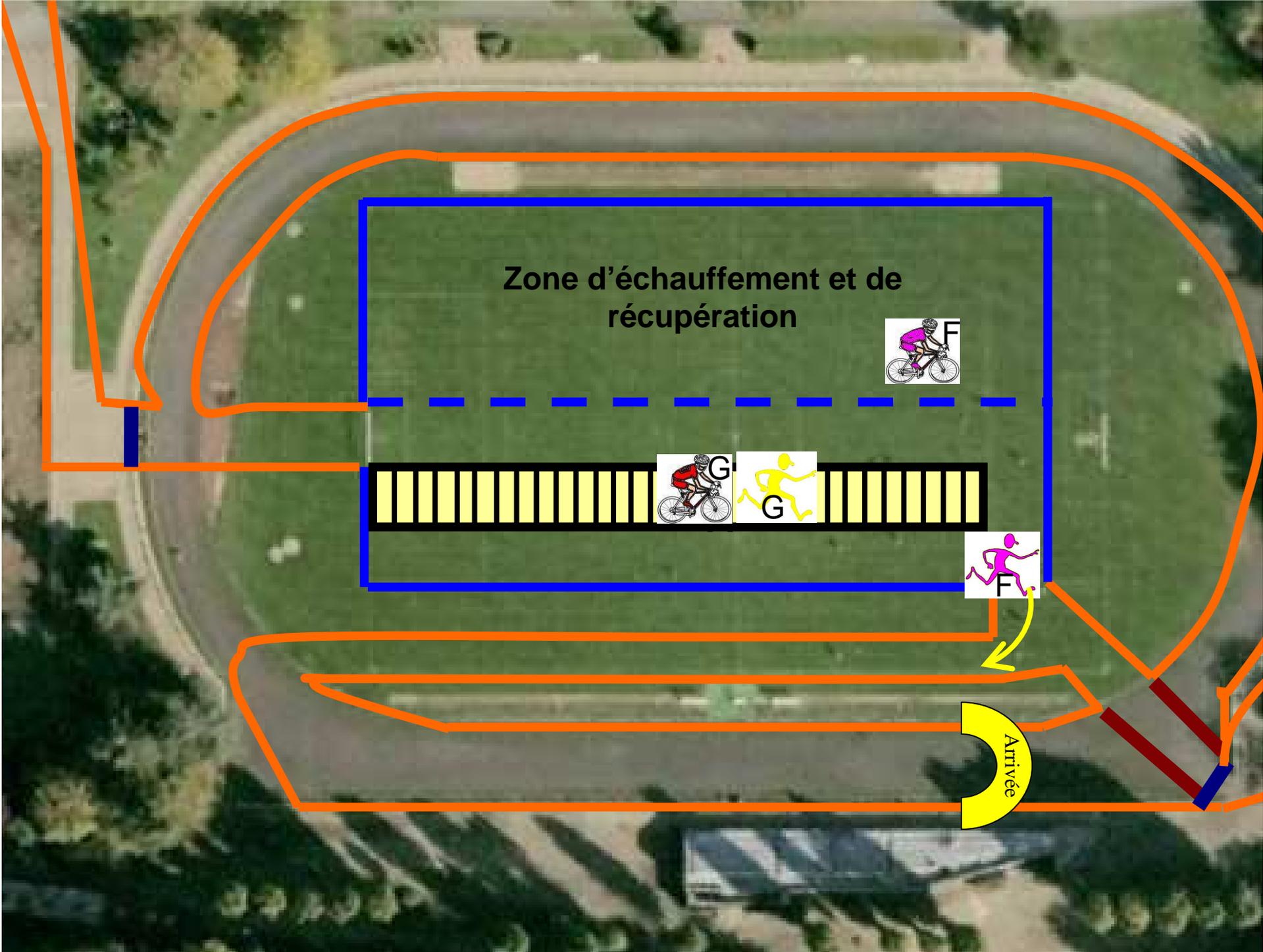
La fille « finisheuse » doit partir avec les 2 chouchous





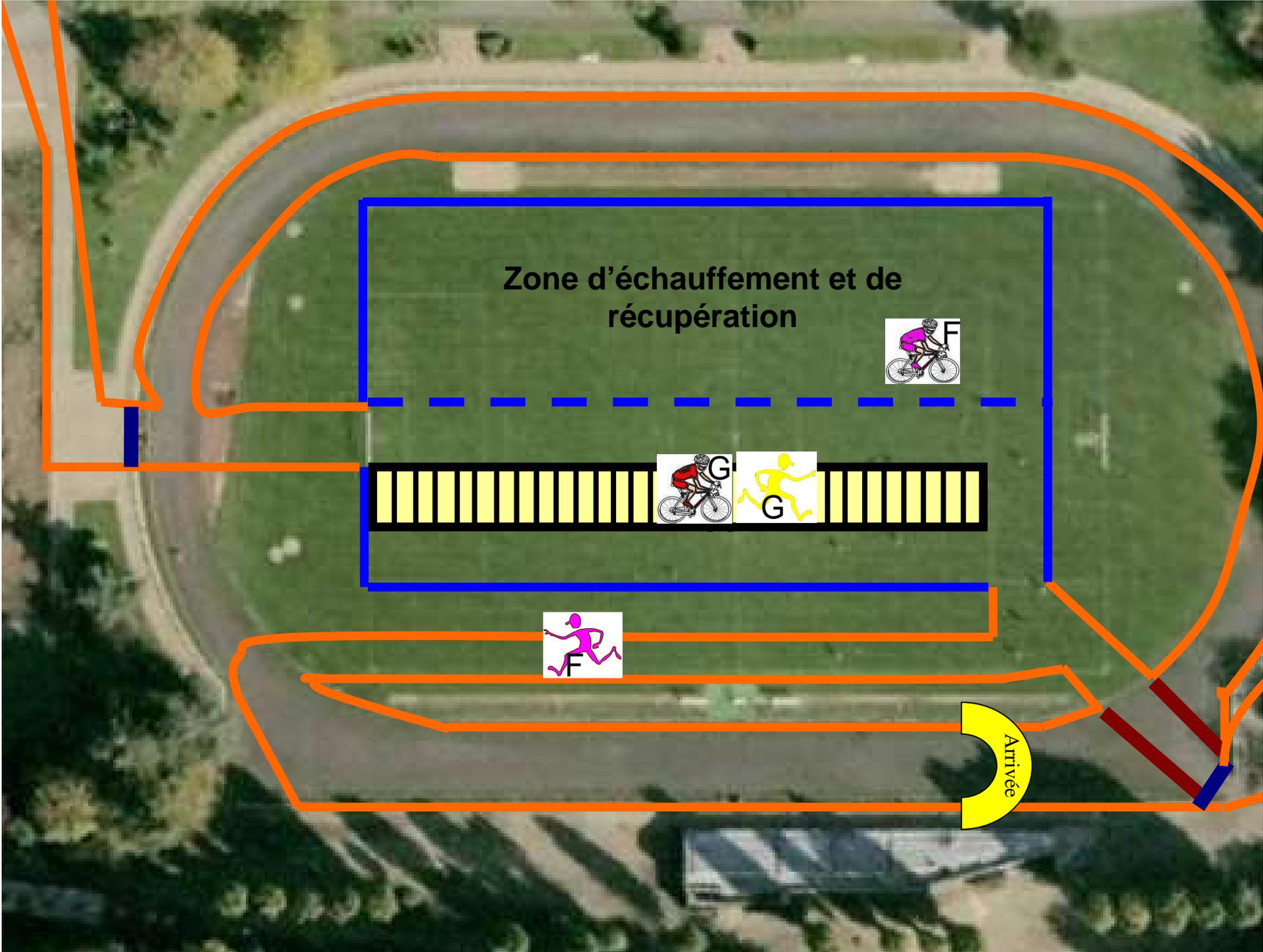
Zone d'échauffement et de récupération



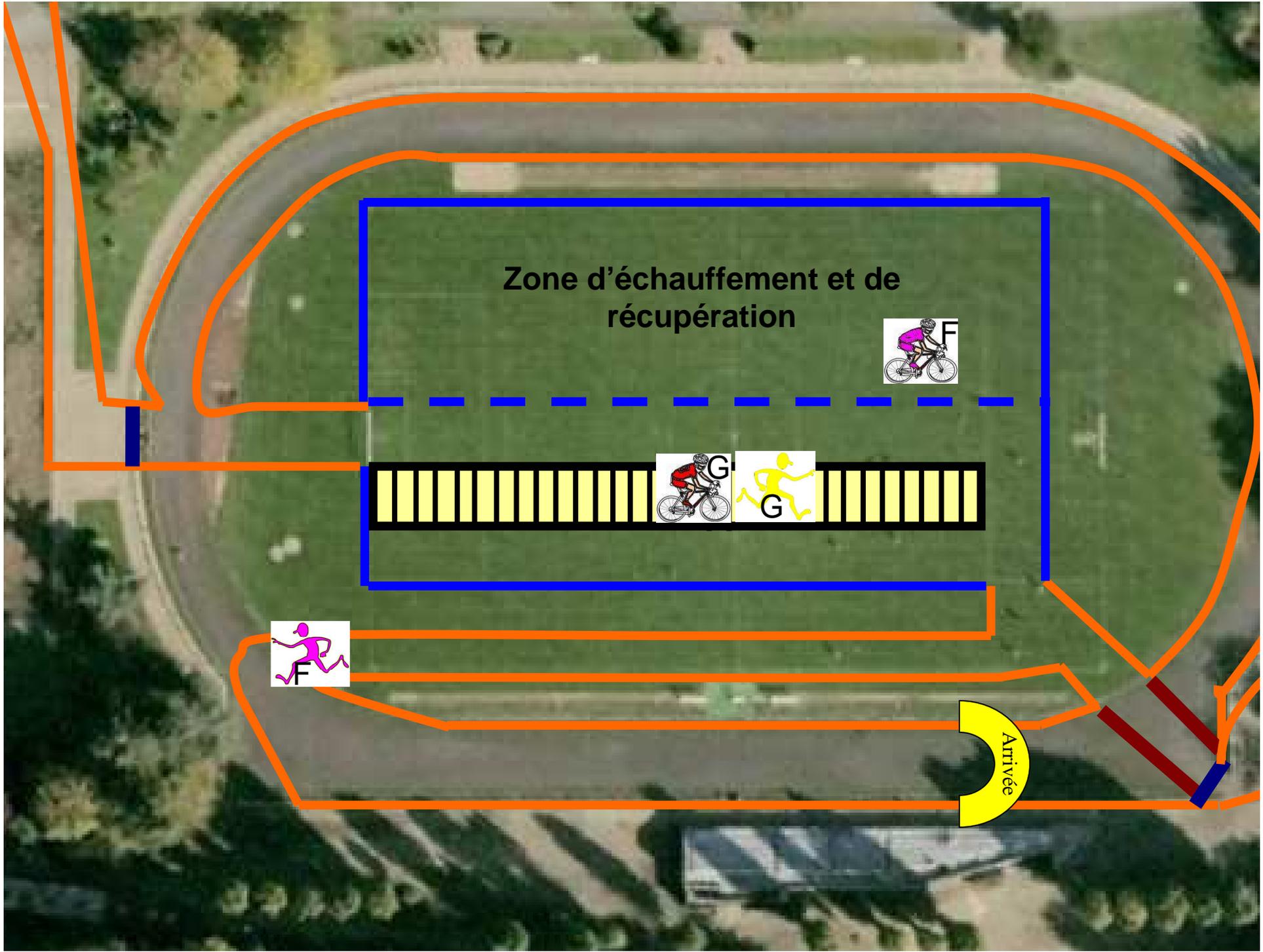


Zone d'échauffement et de récupération





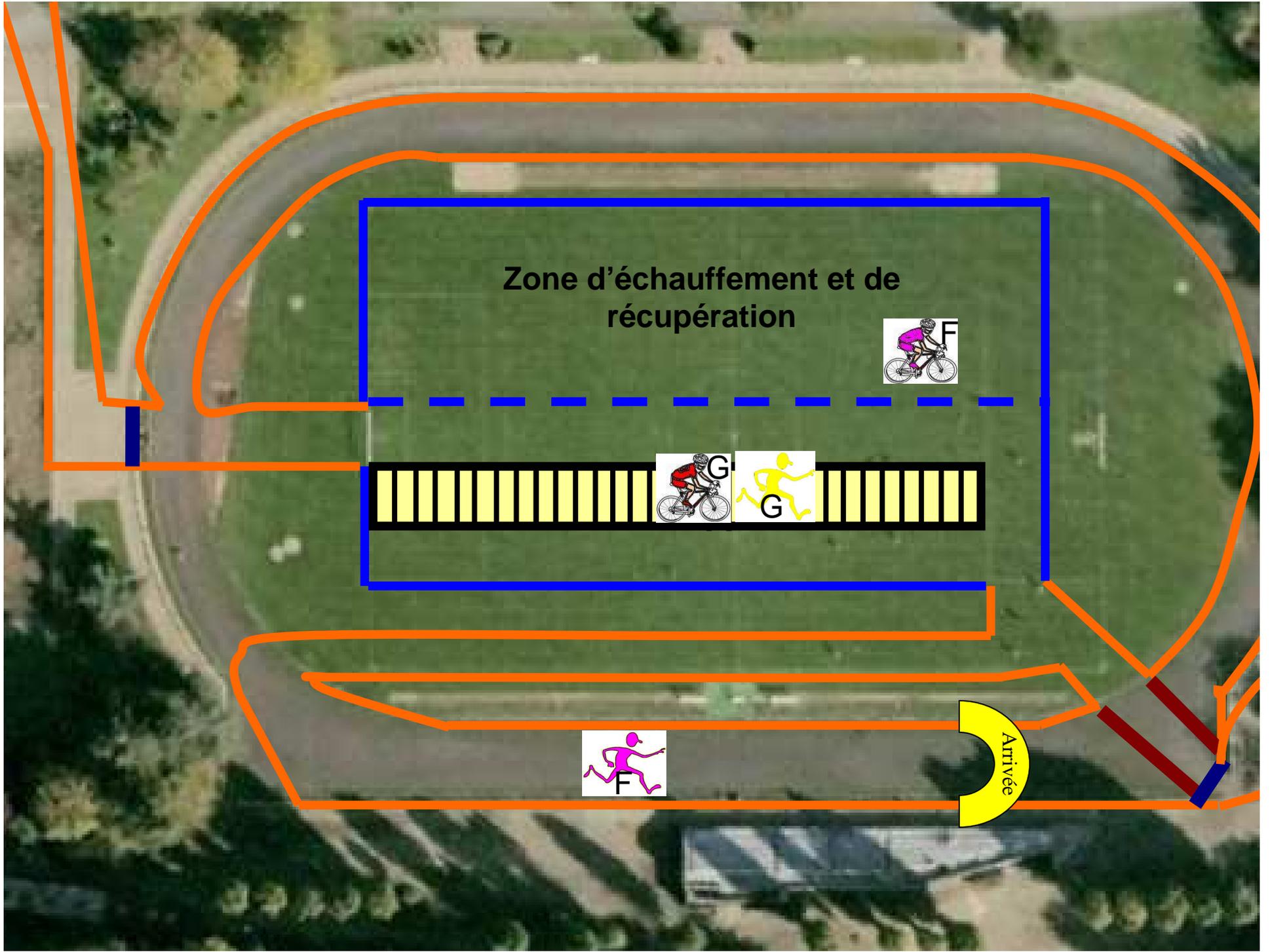
Zone d'échauffement et de récupération



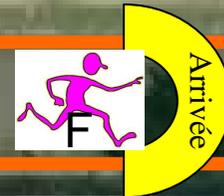
Zone d'échauffement et de récupération



Zone d'échauffement et de récupération



Zone d'échauffement et de récupération



FIN DE LA COURSE

Remarque :

Ce championnat de France accueille pour la première fois des équipes handicapées (non voyants) d'une classe handisport de l'académie de Besançon ayant eux même participer au championnat académique.

En fonction du déroulement de chacune des épreuves et en accord avec le responsable nous pourrons arrêter leur course au bout de 5 tours pour les collèges et 7 tours pour les lycées.

PODIUMS

Protocole à 13h sur le stade

FIN

7 et 8 Avril 2011 Meudon

