



Bike and Run

Le mercredi 18 octobre 2017

Au parc de loisirs de la Colmont de Gorrion



- **Engagement des équipes nominatives seront à donner pour le mercredi 11 octobre auprès de Uqselmayenne@orange.fr avec sur tableau excel (donné AG) ou sur usport si vos bases d'élèves sont remontées sur ugselnet : Usport onglet VTT**
 - **Engagement maximum** de 5 équipes par catégories, par genres et par établissements (ex en Benjamin un maximum de 5 équipes BF + 5équipes BG + 5équipes BMixtes). Le quota par établissement pourrait augmenter si l'établissement amène ses vélos. **Toutes les équipes inscrites auprès de l'Uqselmayenne avant le 6 octobre 2017 seront acceptées**
 - **Location des VTT:** une participation financière sera demandée par équipes pour la location des vélos (gratuit si vous amenez vos vélos), elle sera mise dans les comptes généraux de votre établissement. **Les frais de location engendrés pour la journée divisés par le nombre d'équipes utilisatrices** ; 7€ maxi par équipe de deux.
 - **Encadrement** : minimum un professeur par établissement au mieux 2.
 - Possibilité de pique-niquer à l'abri dès 11h30 sous le chapiteau
- ❖ **Règlement :**
- Une équipe est composée de 2 élèves de même catégorie, mixte ou par genre.
 - Il faut un vélo par équipe (fourni par la base de Loisir ou amené par les collègues.)
 - **Chaque élève apporte son casque.**
 - Les coureurs partent en 1^{er} du point de départ et les vélos attendent quelques centaines de mètre plus loin sur le parcours et ne peuvent démarrer la course que lorsque le coureur passe à leur hauteur.
 - On ne peut pas laisser le vélo sur le parcours seul, il faut toujours un des concurrents qui tient le vélo.
 - Les élèves doivent rester proches de leur binôme
 - Il n'y a pas possibilité d'aide extérieure
- ❖ **Distances :**
- Effort de 18 à 24 minutes pour les benjamins, benjamines, équipes mixtes benjamines, minimex filles et équipes minimex mixtes
 - Effort de 24 à 30 minutes pour les minimex garçons, lycéens et lycéennes.

❖ **Classement :**

- Un classement benjamines
- Un classement benjamins
- Un classement Benjamin(e)s mixte
- Un classement Minimes Filles
- Un classement Minimes Garçons
- Un classement Minimes mixte
- Un classement Lycéens
- Un classement Lycéennes
- Un classement Lycéens mixtes

❖ **Récompenses** : En fonction des effectifs : Tee-shirts.

❖ **Horaires :**

- 11h30 : Arrivée des élèves
- 12h15 : récupération des dossards et des vélos par équipe
- 13h30 : Course Cadettes, Minimes Filles, Minimes Mixtes et Benjamins garçons
- 14h15 : Course Benjamines et Benjamins Mixtes
- 15h : Course Minimes Garçons, Cadets et Juniors
- 16h00 : Restitution et nettoyage des vélos
- 16h30 : Goûters et résultats
- 16h45 : Fin de la compétition

Ne pas oublier les épingles nourrices pour les dossards