

RUN & BIKE

FORÊT DOMANIALE DE CREUSE

BY **CUJA** BIKE

Facebook : Team Cuja Bike

Tél : 0769299541



Présentation

Le Run and Bike (R&B) est un sport qui se pratique en équipe de deux. Le but est d'effectuer un parcours ensemble, en alternant la course à pied et le VTT. L'équipe dispose uniquement d'un VTT qu'elle doit se partager.



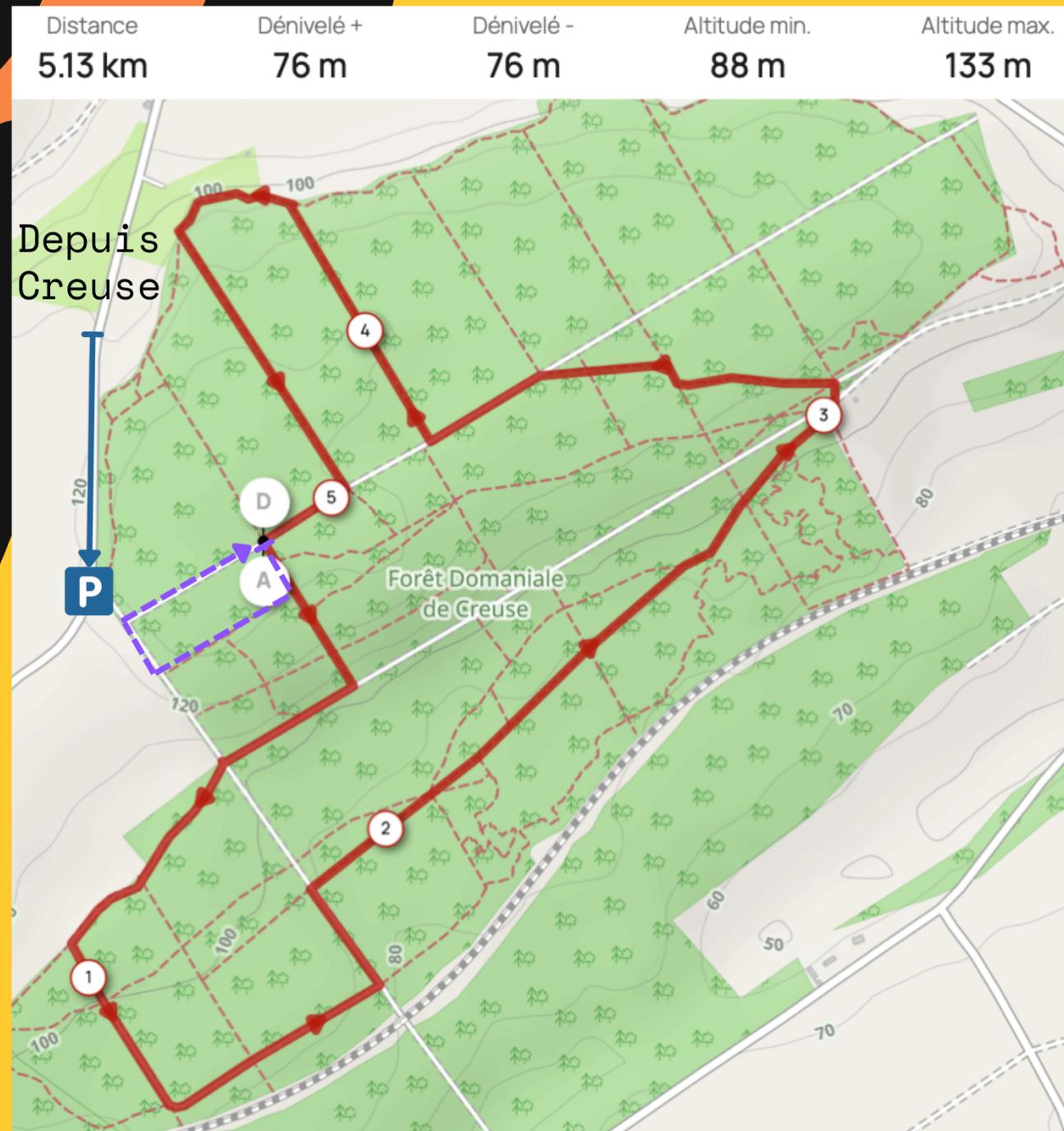
QUAND? OU?

26 février 2023



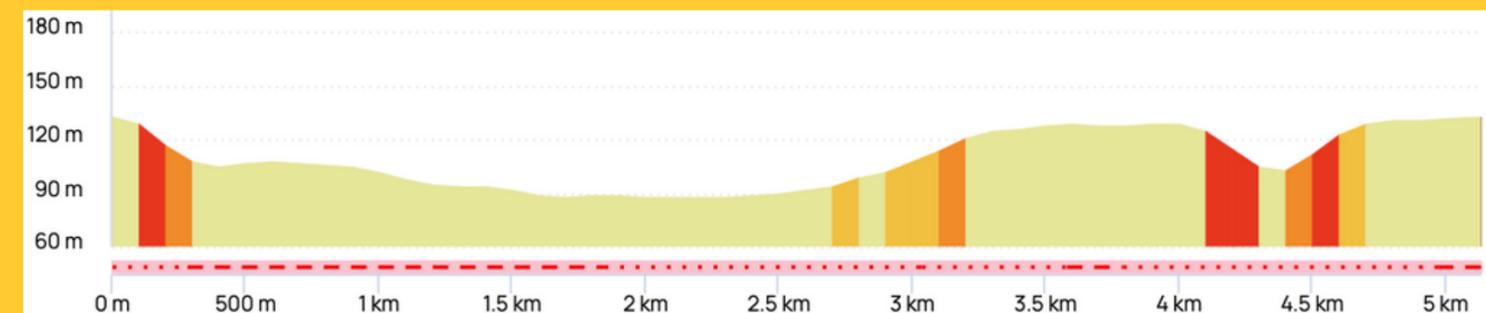
Forêt domaniale
de Creuse

PARCOURS?



**5km/10km/15km
(1 à 3 boucles)**

Parcours empruntant le tracé de la Randonnée du Chevreuil
Uniquement dans les bois !



---> Prologue & Course enfants
(3 tours)

REGLEMENT SPORTIF?



- Dossards fournis pour l'équipe (femmes/hommes/mixtes) avec pour caution une pièce d'identité
- Tenue la plus semblable possible pour l'équipe
- Le port du casque (avec jugulaire fermée) est obligatoire en VTT et en course à pied
- Un seul concurrent est autorisé sur le VTT
- Les 2 équipiers devront franchir la ligne d'arrivée ensemble
- L'échange du vélo peut se faire à tout moment, mais le passage de celui doit se faire de la main à la main (pas de pose)
- Prologue : le départ est donné pour le coureur qui récupère son partenaire (environ 700m - voir parcours) et ils s'élancent ensemble pour la suite de l'épreuve
- Il est interdit de se débarrasser de ses déchets ou tout autre objet
- Conditions de participation : licence (FFA/FFTRI/UF0LEP) ou certificat médical de non contre-indication à la pratique sportive en compétition

PROGRAMME ?

- **10km (à partir de 16ans/2007) et 15km - 15€**

Départ 10h - Prologue + 2 ou 3 boucles

- **5km (à partir de 11 ans/2012 à 15 ans/2008) - Gratuit**

Départ 10h05 - Prologue + 1 boucle

- **Enfants (jusque 10 ans/2013) - Gratuit**

Départ 11h30 - 3 tours du prologue (2100m)

Ouverture du secrétariat, retrait des dossards à partir de 8h

Clôture des inscriptions sur place 9h30

Inscription Helloasso jusqu'au vendredi 24 février 2023

Inscription sur place : 20€ par équipe



APRES COURSE?

- Chronométrage et classement à l'arrivée
- Podiums et récompenses (filles/garçons/mixtes pour chaque course)
- Un beau ravitaillement sitôt passé la ligne d'arrivée : gâteaux maison, dans la tradition CUJA et boisson offerte



A NOTER...

- Les organisateurs se dégagent de toute responsabilité en cas de vol, de dégradation, de perte de matériel ou de défaillance matérielle ou physique avant, pendant et après l'épreuve (diplômés PSC1 présents)
- Les concurrents (ou leurs parents pour les mineurs) autorisent par défaut les organisateurs à prendre des photos et à les publier

AUTORISATION PARENTALE

Je soussigné(e)

Autorise ma fille/mon fils mineur(e) nommé(e) ci-dessous :

NOM : Prénom :

Né(e) le :

A participer au Run&Bike CUJA qui se déroulera le 26/02/2023

Fait à

Le

Signature du responsable légal