



RUN AND BIKE

01 mars 2015

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 2006 et 2009)
10h20 Course enfants animation de 3 km (en 6 boucles de 500m)
(pupilles / benjamins, (G,F) nés entre 2002 et 2005)
11h15 Course "Découverte" de 10 km (en 4 boucles de 2.5km)
(minime, cadet, junior, senior, vétéran, (H,F,Relais) nés en 2001 ou avant)
11h15 Course "des AS" de 15 km (en 6 boucles de 2.5km)
(cadet, junior, senior, vétéran, (H,F,Relais) nés en 1999 ou avant)
12h45 Remise des récompenses

A.2 CATÉGORIES

Catégories.....	Années de naissance
Mini-poussin.....	2008-2009
Poussin.....	2006-2007
Pupille.....	2004-2005
Benjamin.....	2002-2003
Minime.....	2000-2001
Cadet.....	1998-1999
Junior.....	1996-1997
Sénior.....	1976-1995
Vétéran.....	1975 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
ou
www.klikego.com

B INSCRIPTIONS

Pièces à fournir :

- Enfants : 1 autorisation parentale remplie et signée (pas de certificat médical)
- 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 : "Découverte" 10km (6€/pers), "AS" 15km (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



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 de
www.klikego.com

ou

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

Tous les documents sont disponibles sur le site

www.lannion-triathlon.fr



Wir leben Autos.