



SAM TRIATHLON LESPARRE MEDOC
BIKE AND RUN / TRAIL
« La bécade » à LESPARRE MEDOC
Dimanche 19 mars 2023

REGLEMENT

1. Principe de base

Les courses **Bike and Run et Trail « La bécade »** sont des épreuves basées sur la convivialité, elles sont accessibles à tous licenciés ou non.

Le Bike and Run est une pratique sportive qui consiste à enchaîner la course à pied et le vélo par équipe de deux, avec un seul vélo tout terrain ou tout chemin par équipe. Trois formats sont proposés :

- un Bike and Run XS de 12 km ouvert à partir de 18 ans
- un Bike and Run S de 18 km ouvert à partir de 18 ans
- un course «enfants» de 2,5 kms ouvert pour les enfants de 12 à 16 ans.

Le trail est ouvert à partir de 16 ans.

2. Modalités de course Bike and Run

La permutation est libre entre les 2 équipiers hormis sur les zones check-point mises en place sur le parcours où l'équipe doit passer en duo côte-à-côte. Concrètement, il y aura 2 passages par tour obligatoire en duo sur la totalité du parcours.

3. Départ

Pour les courses Bike and Run XS et S, il sera donné un premier départ exclusivement réservé aux coureurs à pied des différentes équipes, afin d'effectuer une « boucle d'étirement ».

A l'issue de cette boucle, chaque coureur repassera par l'arche d'arrivée pour lancer le départ de son coéquipier et du vélo.

4. Conditions générales

Pour les courses Bike and Run :

- **Chaque concurrent doit porter le casque (jugulaire attachée) obligatoirement tout au long du parcours, sous peine de disqualification de l'équipe.**
- Le dossard devra être porté devant et ne pas être plié.
- Un seul concurrent à la fois est autorisé à monter sur le vélo.
- Les concurrents devront respecter les zones de déchets mises en place sur le parcours. En dehors de ces zones, tout concurrent qui se débarrassera de ses déchets et emballages (gels, barres...) se verra sanctionné avec retrait immédiat de l'épreuve.

- Les membres d'une même équipe doivent obligatoirement traverser la zone de contrôle et les 100 derniers mètres de la course côte à côte.
- Le vélo doit effectuer la totalité du parcours.
- Pour qu'une équipe soit classée, la ligne d'arrivée doit être franchie par les 2 équipiers et le vélo.
- Le temps du dernier concurrent de l'équipe à passer la ligne servira de référence au classement.

5. Classement

Pour les Bike and Run :

Les classements seront pris par arrivée au scratch une fois la ligne franchie par les deux équipiers.

Seront récompensés les 3 premières équipes féminines, masculines et mixtes pour chacun des deux formats.

Pour le Trail :

Les classements seront pris par arrivée au scratch, par sexe et par catégorie sans cumul une fois la ligne d'arrivée franchie.

Seront récompensés les 3 premiers hommes au scratch, les 3 premières femmes au scratch et les 1ers (hommes et femmes) de chaque catégorie.

Pour la course des enfants :

Tous les enfants seront récompensés.

6. Inscriptions

Les inscriptions sont possibles jusqu'au mercredi 15 mars 2023 à minuit. Elles se font en ligne sur le site Protiming.fr

Le retrait des dossards sera effectué le dimanche 19 mars 2023 à partir de 8h00 sur le lieu de l'épreuve ou le samedi 18 mars de 14h à 18h.

Tarifs (par équipe de 2) : Bike and Run XS (12 km) : 18 € / Bike and Run S (18 km) : 26 €
Course des enfants : gratuit / Trail (12 km) : 12 €

Pour toutes les courses, un certificat médical de moins d'1 an mentionnant « pratique du sport en compétition » est obligatoire.

7. Horaires

Pour le trail : départ à 9h00

Pour les Bike and Run XS et S : départ à 10h00

Pour la course enfants : départ à 11h00 pour les 12 à 14 ans
 départ à 11h15 pour les 14 à 16 ans

8. Responsabilité – Assurance - responsabilité civile

Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence.

Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de perte, de vol, d'accident ou de défaillance provoqué par un mauvais état de santé ou de matériel.

En aucun cas, un concurrent ne pourra se retourner contre l'organisation pour quelque motif que ce soit.

L'inscription à la course vaut acceptation du règlement.

9. Droit à l'image

Par sa participation aux courses « La bécade », chaque concurrent autorise expressément l'organisation ou ses partenaires à utiliser ou à faire utiliser, à reproduire ou à faire reproduire son nom, son image, sa voix et sa prestation sportive en vue de toute exploitation de communication.

Tout concurrent renonce à se prévaloir du droit à l'image durant l'épreuve comme il renonce à tout recours à l'encontre de l'organisateur et de ses partenaires agréés pour l'utilisation faite de son image.