



18^{ème} DUATHLON

Sur le site de Cadarache le mardi 13 juin 2017



Règlement du Duathlon de Cadarache

LES PARCOURS : (3,5 km course à pied – 14 km vélo route – 3,5 km course à pied)

Départ : ancienne gare routière - près zone solaire

1^{ère} course à pied : 3,5 km. Départ ancienne gare routière – circuit sur les sentiers dans le bois entre la gare routière et la cantine 1 – retour ancienne gare routière. Parcours roulant type « trail » alternant entre chemin et route goudronnée. Il est fortement recommandé de courir avec des chaussures adaptées aux chemins (chaussures type « trail »).

Vélo route : 14 km (2 boucles de 7 km) sur les routes du centre (départ de l'ancienne gare routière vers la route des piles – montée vers la rocade sud au niveau d'Eole Minerve – Rocade sud jusqu'à CEDRA – descente vers le poste essence puis montée vers le restaurant 1 – retour vers la gare routière par la route principale puis la route de Carcy).

2^{ème} course à pied : identique à la première boucle.

Arrivée : ancienne gare routière

INSCRIPTION :

Remplir le bulletin d'inscription (un bulletin par personne) – Inscription ASCEA obligatoire (assurance)
Tarifs : inscription gratuite pour les membres de la section TAT / 5€ pour les extérieurs

Joindre copie de certificat médical (moins d'un an) ou de licence sportive en cours pour la pratique de la course à pied et du cyclisme en compétition

HORAIRES : Départ unique à 17 heures précises.
Arrivée des derniers vers 18 heures 30 (suivie de la remise des prix).

FLECHAGE ET CONTROLES :

Le parcours course à pied sera signalé par des flèches au sol et de la rubalise, le parcours en vélo par des flèches au sol (utilisation de peintures biodégradables)
Des points de contrôle seront mis en place à différents points des circuits (voir plan).
Le repérage au sol des accidents/obstacles éventuels sera également effectué avec de la peinture adaptée.

L'ENCADREMENT :

L'épreuve est encadrée par les organisateurs et les bénévoles (l'assistance secours sur le centre est assurée par la FLS).

Commissaire de course :

- Au parc à vélos à l'ancienne gare routière – au niveau de l'arche départ/arrivée

Signaleurs

- Chaque carrefour important.
- Sur la zone de départ et d'arrivée.
- Au niveau du ravitaillement.

RAVITAILLEMENT :

Solide et liquide sur le lieu de transition entre les parties course à pied et vélo (zone arrivée et départ)
(Eau, Soda, jus d'orange, fruits secs, bananes, gâteaux ...)

LOTS : Suivant récompenses ci-dessous + tirage au sort de lots à l'arrivée.

RECOMPENSES : (classement unique **SCRATCH** sur le temps réel)

A/ Individuel :

- 5 premiers hommes au classement SCRATCH
- 5 premières femmes au classement SCRATCH

B/ Duo :

- 3 premières équipes masculines au classement SCRATCH
- 3 premières équipes féminines au classement SCRATCH
- 3 premières équipes mixtes au classement SCRATCH

C/ Au service le plus représenté en nombre (compétiteurs individuel et équipe)

REGLEMENT DE L'EPREUVE :

1. Le port du casque est OBLIGATOIRE sur le parcours vélo (y compris pour l'échauffement).
2. Le parcours vélo se déroule sur les routes du centre et comporte des portions délicates annoncées par des panneaux et des signaleurs, veillez à maîtriser votre vitesse.
3. Pour le parcours à pied, il est fortement recommandé de courir avec des chaussures adaptées aux chemins (chaussures type « trail »).
4. Les dossards devront être portés devant pendant la course à pied et derrière pour le vélo.
5. Nous traversons des espaces naturels de toute beauté, merci de les respecter et de ne rien jeter (des poubelles sont mises à disposition au niveau de la zone de ravitaillement)
6. Tout abandon devra être signalé par le concurrent à l'organisation avec remise des dossards.
7. Les résultats définitifs seront publiés après délibération de la section triathlon.
8. L'organisation se réserve le droit de modifier ou d'annuler tout ou en partie l'épreuve, en cas de force majeure, ou d'éléments liés à la sécurité ou à la météorologie.

ASSURANCE ET RESPONSABILITE :

OBLIGATOIRE : Fournir une copie de certificat médical de moins d'un an ou d'une licence sportive en cours de validité (course à pied et/ou cyclisme en compétition).

- L'organisation est couverte par l'assurance société MAIF de l'ASCEA ce qui impose une inscription à l'ASCEA de Cadarache pour tous les participants.
- L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident ou de défaillances consécutives à un mauvais état de santé, au non respect du code de la route, au non respect du règlement et des consignes des officiels (organisateurs, sécurité, service médical, etc) ainsi qu'en cas de bris ou de vol d'objets et matériels.

Pour la section, le président de la section TRI-ATHLE-TRAIL, Philippe Barrin

BULLETIN D'INSCRIPTION DUATHLON du 13 juin 2017 (Départ à 17h)

Individuel En Duo

Nom du Partenaire ^(Duo)

NOM

PRENOM

DATE DE NAISSANCE Adresse email :

BAT SEXE M F TEL Service / Entreprise

INSCRIPTION :

Gratuite pour les membres de la section TTA / 5€ pour les extérieurs
Il est nécessaire d'être à jour de sa cotisation à l'ASCEA (assurance MAIF pour la pratique du sport en entreprise)

Je certifie : a) avoir pris connaissance du règlement ;
b) que les renseignements portés sur la présente fiche sont exacts.

Date : __/__/2017

Signature.....

Obligatoire : règlement accompagné de

- a) copie d'un certificat médical de moins d'un an
- ou photocopie d'une licence sportive en cours de validité
- b) N° de carte ASCEA 2016/2017 :

Inscriptions aux permanences de la section Tri-Athlé-Trail les mercredis midi
(pendant le mois de mai 2017 et la semaine précédant la course)

Date limite d'inscription le 9 juin 2017

Toutes les infos sur <http://ascea-cad-tri-athle-trail.clubeo.com>

18^{ème} Duathlon de Cadarache

13 juin 2017

INDIVIDUEL OU PAR EQUIPE

 3,5 km  14 km  3,5 km

 17 h  Ancienne gare de triage des cars

Récompenses pour chaque catégorie et pour le service le plus représenté + lots tirés au sort

Renseignements et inscriptions aux permanences de
la section TAT

