



# BIKE & RUN

01<sup>er</sup> décembre 2024

Vignes domaine  
du Comte PERALDI

à Ajaccio



**LINXEA**  
in oeil de lynx pour vos placements

Inscriptions > [sportimers.com](https://sportimers.com)

Renseignements  
Sauveur NICOLAS 06.03.16.19.35

I. Présentation de l'événement

II. Parcours

III. Règlement

IV. L'après course et les Pré-inscriptions



BIKE & RUN



**I. Le Corsica Triathlon Club d' Ajaccio, organise, en partenariat avec le Domaine du Comte Péraldi, un Bike and Run, épreuve courue par équipes de 2, composées d'un Vététiste et d'un Traileur, qui ne se séparent jamais et changent de rôle à volonté, avec toutefois **un changement de rôle obligatoire à chaque passage sous l' arche gonflable, même pour 100m.****

Elle est ouverte à tous les licenciés FFTRI, UNSS, FFC, FSGT, UFOLEP, FFME et FFA ainsi qu'aux non licenciés munis d'un certificat médical datant de moins d'1 an.

Cette épreuve est labélisée FFTRI.



## II. Parcours des Jeunes Poussins, Pupilles, Benjamins, (Ouvert aux non licenciés Certif Mèd obligatoire)

Les parcours Bike and Run pour les jeunes se déroulent sur un parcours et des distances adaptées à leur catégorie.

### **Distribution des dossards dès 08h30.**

**Mini poussins- Poussins** 2018-2017-2016-2015 départ 10h00 pour 10mn env.  
2 tours parcours spécial ou

**Poussins -Pupilles** 2016-2015-2014-2013 départ 10h10 pour 15mn environ  
2 tours parcours spécial ou

**Pupilles-Benjamins** 2014-2013-2012-2011 départ 10h30 pour 20mn environ  
3 tours parcours spécial

### **Remise des récompenses vers 13h00**

Tous les participants et leurs familles seront invités Spuntinu et à la dégustation de vin chaud qui suivra la course.

## II. Parcours des Minimes, Cadets, Juniors, Seniors et Masters H et F

(Ouvert aux non licenciés, Certif Mèd obligatoire)

**Distribution des dossards dès 08h30.**

Départ 11h15 pour toutes ces catégories en même temps

- Benjamins-Minimes 20012-2011-2010-2009 pour 2 grands tours et demi (40mn environ)
- Minimes à Masters 100% Féminines 2010 et avant pour 3 grands tours et demi (50mn environ)
- Minimes à Masters Mixtes et 100% Masculins 2010 et avant pour 4 grands tours et demi (1h05 environ)

**Remise des récompenses vers 13h00**

Tous les participants et leurs familles seront invités à un Spuntinu et à la dégustation de vin chaud qui suivra la course.



## Championnat d'Académie de Bike & Run UNSS Qualificatif aux championnats de France Duathlon – Bike & Run Catégories Collèges & Lycées



	Qualification France	Composition des équipes	FORMULE
PROMOTIONNEL COLLEGES et LYCEES	NON	Toutes catégories	2 compétiteurs
COLLEGES	OUI	Benjamins, minimes, cadets 1 cadet(te) maximum	4 compétiteurs 2 filles 2 garçons
LYCEES	OUI	Minimes, cadets, juniors, sénior 1 sénior maximum	4 compétiteurs 2 filles 2 garçons

Equipes Collèges ou lycées Promotion 2 grands tours et demi (40mn environ)

Equipes collèges 2 grands tours et demi (40mn environ) **Qualificatif France**

Equipes lycées 3 grands tours et demi (50mn environ) **Qualificatif France**

Les 2 binômes constitués de l'équipe se font par sexe et du même établissement

Le classement spécifique des équipes UNSS se fera par l'addition des temps du binôme garçons et du binôme filles.

Podiums UNSS

**Inscription sur Opuss obligatoire prendre contact avec votre prof EPS**

### III. Règlement

## **PORT DU CASQUE OBLIGATOIRE JUGULAIRE FERMEE Y COMPRIS EN COURSE A PIED**

Ce Run and Bike se déroule sur une boucle de 3km en périmètre du  
Domaine Viticole du Comte Péraldi.

Parcours vallonné et physique.



Départ groupé des Vététistes pour 2km, au passage sous l'Arche,  
les équipes se reforment et ne séparent plus (+ ou – 50m) jusqu'à l'arrivée  
qui doit être franchie ensemble...

**A partir de la catégorie Minimes (2010) des équipes d'âge mixte  
pourront prendre le départ.**

# III. Règlement suite

## **PORT DU CASQUE OBLIGATOIRE JUGULAIRE FERMEE Y COMPRIS EN COURSE A PIED**

Les dossards seront remis à partir de 08h30 à proximité du départ.

\* Le tarif des engagements s'élève à :

- 18e/ équipe, pour les jeunes jusqu'aux minimes inclus
- 40e/ équipe; pour toutes les autres catégories

Prévoir le Pass compétition pour les coureurs non licenciés  
FFTRI

\* Le départ et arrivée sous l'Arche gonflable

\* Dernière équipe Senior/Masters attendue vers 12h45.



## **GENERALITES**

### **PORT DU CASQUE OBLIGATOIRE JUGULAIRE FERMEE POUR TOUS!!!!**

Les concurrents emprunteront strictement l'itinéraire balisé et se conformeront aux instructions directionnelles des différents commissaires de course positionnés sur le parcours.

Ceux-ci noteront les numéros de dossard des concurrents au point de passage qui leur sera attribué afin d'éviter toute réclamation.

Le ravitaillement sera prévu par l'organisateur et autorisé uniquement sur les emplacements prévus.

Aucun changement de matériel n'est autorisé sur le parcours. En cas de crevaison le coureur devra réparer lui-même son avarie.

Les concurrents sur le point d'être dépassés sont invités à faciliter le passage des plus rapides.

Les pédales automatiques sont fortement déconseillées à cause du changement de rôle fréquent qui obligerait à courir avec des cales.

Un passage en descente un peu rude est prévu, le vététiste devra prendre toutes les précautions nécessaires, sécurité oblige, passage délicat à vélo pour les non initiés.

Un repérage d'avant course est fortement conseillé!

**Que ce soit avant, pendant et après la course, le Domaine des Vignes devra être rigoureusement respecté par tous.**

**Il en va de la confiance que les propriétaires des lieux ont placé en nous.**

La sécurité et les premiers secours seront assurés par la protection civile

L'épreuve est assurée par la FFTRI

Les véhicules seront tous parkés au Palatinu, sauf secours et organisateurs.

Attention l'allée et la route menant aux vignes devra strictement être dégagée afin de faciliter les accès sur le site.

# Les classements :



Pour chaque catégorie :

- Les 3 premiers au classement masculin
- Les 3 premières au classement féminin
- Les 3 premières équipes mixte (H/F)
  
- Un Classement UNSS sera également prévu
  
- Tous les jeunes seront récompensés



# IV. L'après course et les pré-inscriptions

La remise des récompenses aura lieu vers 13h00

Cette remise sera suivie d'un Spuntinu  
et d'une dégustation de vin chaud offert

Inscriptions sur Sportimers.com

Contact [sauveur.nicolas68@gmail.com](mailto:sauveur.nicolas68@gmail.com)

Tél : 06 03 16 19 35

## *Infos*



*sur la page Facebook du CTCA:  
[facebook.com/corsicatriathlonclubajaccio](https://facebook.com/corsicatriathlonclubajaccio)*



*sur le site web CTCA:  
[Ajaccio-triathlon.com](http://Ajaccio-triathlon.com)*

*ou sur la chaine YOU TUBE du CTCA* 

# EN CONCLUSION

**Cette journée se veut être une journée de rassemblement  
autour d'une épreuve sportive,  
d'un spuntinu et d'un pot de l'amitié.**

**Venez nombreux en profiter,  
et apportez votre bonne humeur et votre convivialité!**





# CORSICA TRIATHLON CLUB D'AJACCIO

			CORSICA TRIATHLON CLUB D'AJACCIO						