

<b>Course</b>	<i>km</i>	<i>Dénivelé</i>	<i>Catégorie</i>	<i>Certificat</i>	<i>Décharge parentale</i>	<i>Tarif</i>
<b>Grimpée cycliste départ groupé 9h00</b>	11km	700m	Non licenciés 2004 et avant ; FSGT1-2-3/Ufolep1-2 ; FFC 2004 et avant	Cyclisme en compétition	Si mineur	8€ avant le 12/07 (10€ sur place)
<b>Grimpée cycliste départ groupé 9h05</b>	11km	700m	FSGT4-5/Ufolep3-4, cadets FSGT, minimes, féminines. FFC 2005 à 2008, non licenciés 2006-2005	Cyclisme en compétition	Si mineur	8€ avant le 12/07 (10€ sur place)
<b>Défi des Limouches départ 9h10</b>	11km + 11km	470 +700m	Coueurs nés en 2001 et avant	Trail et cyclisme en compétition	Si mineur	16€ avant le 12/07 (18€ sur place)
<b>Trail départ 9h10</b>	11km	470m	2001 et avant	Trail en compétition	Si mineur	12€ avant le 12/07 (14€ sur place)

## **Trail des Limouches Règlement**

1- L'épreuve est ouverte à toutes les fédérations de course à pied (sur présentation de la licence, FFA, FFTri, ...) et aux non licenciés (ou licenciés dans un autre sport, sur présentation d'un certificat médical de moins d'un an autorisant la pratique de la course à pied en compétition).

2- L'épreuve est ouverte aux concurrents nés à partir de 2001. Les mineurs non licenciés devront fournir une décharge parentale.

3- Sécurité : le trail bénéficie d'une priorité de passage. La circulation n'est donc pas coupée. Des signaleurs sécuriseront les carrefours et feront respecter la priorité de passage vis-à-vis de la circulation. Lorsque le parcours emprunte des voies carrossables, les concurrents devront emprunter les trottoirs ou cheminer sur le côté droit de la chaussée.

4- Aucun véhicule autre que ceux de l'organisation n'est autorisé à suivre les participants.

5- Le chronométrage sera réalisé par Chronospheres à l'aide d'une puce à fixer au niveau de la cheville gauche. Les concurrents devront laisser à l'organisation leur licence et pour les non licenciés, une pièce d'identité, comme caution. Celle-ci leur sera rendue au retour de la puce de chronométrage.

6- Les concurrents devront porter le dossard remis par l'organisation sur le ventre et la puce pour être classés.

7- Un classement sera effectué par catégorie d'âge. Les 3 premiers du scratch et les vainqueurs de chaque catégorie d'âge seront récompensés.

En cas de litige dans les résultats, seule la décision de l'organisation sera reconnue.

8- Un ravitaillement sera prévu à mi-parcours, il est toutefois conseillé aux concurrents, en cas de forte chaleur, d'emporter un système d'hydratation. Un ravitaillement sera également prévu en fin de parcours.

9- Respect de l'environnement : les participants devront respecter l'environnement. Aucun jet de déchet, emballage, etc. ne sera toléré. Tout coureur pris en flagrant délit sera immédiatement déclassé.

10- L'organisateur se réserve le droit de modifier ou annuler l'épreuve en cas de force majeure, sans aucune contrepartie.

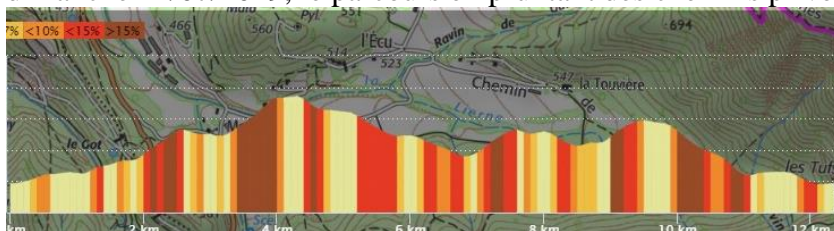
11- responsabilité civile :

Conformément à la loi, les organisateurs ont souscrit une assurance couvrant les conséquences de leur responsabilité civile, celles de leurs adhérents et bénévoles et de tous les participants du Défi des Limouches, trail des Limouches et de la grimpée cycliste des Limouches. Cependant il est vivement conseillé aux participants non licenciés de souscrire une police d'assurance individuelle accident.

12 – Droits d'inscriptions :

Le montant des droits 12 € pour le trail des Limouches. Les inscriptions se font par internet sur le site <http://www.chronospheres.fr/> jusqu'au 12/07 23h59.

13- Parcours : Le parcours suivant sera emprunté. Aucune reconnaissance n'est autorisée avant le dimanche 14/07/2019, le parcours empruntant des chemins privés.



## **Grimpée Cycliste du col des Limouches Règlement**

1- L'épreuve est ouverte à toutes les fédérations de cyclisme et de triathlon (sur présentation de la licence, FSGT, FFC, UFOLEP, FFTri, ...) et aux non licenciés (ou licenciés dans un autre sport, sur présentation d'un certificat médical de moins d'un an autorisant la pratique du cyclisme/vélo/cycloport en compétition).

2- L'épreuve est ouverte aux concurrents à partir de la catégorie minimales (coureurs nés en 2006 et avant). Les mineurs non licenciés devront fournir une décharge parentale.

3- Sécurité : la course bénéficie d'une priorité de passage. La circulation n'est donc pas coupée. Des signaleurs sécuriseront les carrefours et feront respecter la priorité de passage vis-à-vis de la circulation. Les premiers coureurs seront précédés d'une voiture ouverture de course et de 2 motos sécurité. Pour autant, tous les concurrents devront respecter le code de la route et rester en toutes circonstances sur le côté droit de la chaussée.

4- Le port du casque à coque rigide est obligatoire.

5- Aucun véhicule autre que ceux de l'organisation n'est autorisé à suivre les participants.

6- Le chronométrage sera réalisé par Chronospheres à l'aide d'une puce située sur la plaque de cadre remise par l'organisation, à fixer obligatoirement devant le guidon. Les concurrents devront laisser à l'organisation leur licence et pour les non licenciés, une pièce d'identité, comme caution. Celle-ci leur sera rendue au retour de la plaque de cadre.

7- Deux départs distincts seront données : Départ 1 à 9h00 : coureurs masculins autres que FSGT/Ufolep à partir de la catégorie cadets (nés en 2004 et avant), FSGT1-2-3/Ufolep1-2. Départ 2 à 9h05 : FSGT4-5/Ufolep3-4, cadets FSGT, minimes, féminines.

8- Un classement sera effectué. Pour les concurrents FSGT et Ufolep, un classement par catégorie de valeurs sera réalisé (FSGT1-2/Ufolep1, FSGT3/Ufolep2, FSGT4/Ufolep3, FSGT5/Ufolep4, féminines, cadets, minimes). Pour tous les autres, un classement sera effectué par catégorie d'âge. Les 3 premiers du scratch et les vainqueurs de chaque catégorie seront récompensés. En cas de litige dans les résultats, seule la décision de l'organisation sera reconnue.

9- Un ravitaillement sera prévu à l'arrivée. Il est toutefois conseillé aux concurrents, d'emporter un système d'hydratation.

10- Respect de l'environnement : les participants devront respecter l'environnement. Aucun jet de déchet, emballage, etc. ne sera toléré. Tout coureur pris en flagrant délit sera immédiatement déclassé.

11- L'organisateur se réserve le droit de modifier ou annuler l'épreuve en cas de force majeure, sans aucune contrepartie.

12- Pour la descente du col après l'arrivée, les coureurs ne sont pas en course. La circulation n'est pas coupée et les concurrents du duathlon seront encore en course. La descente du col devra donc s'effectuer prudemment et en toute sécurité.

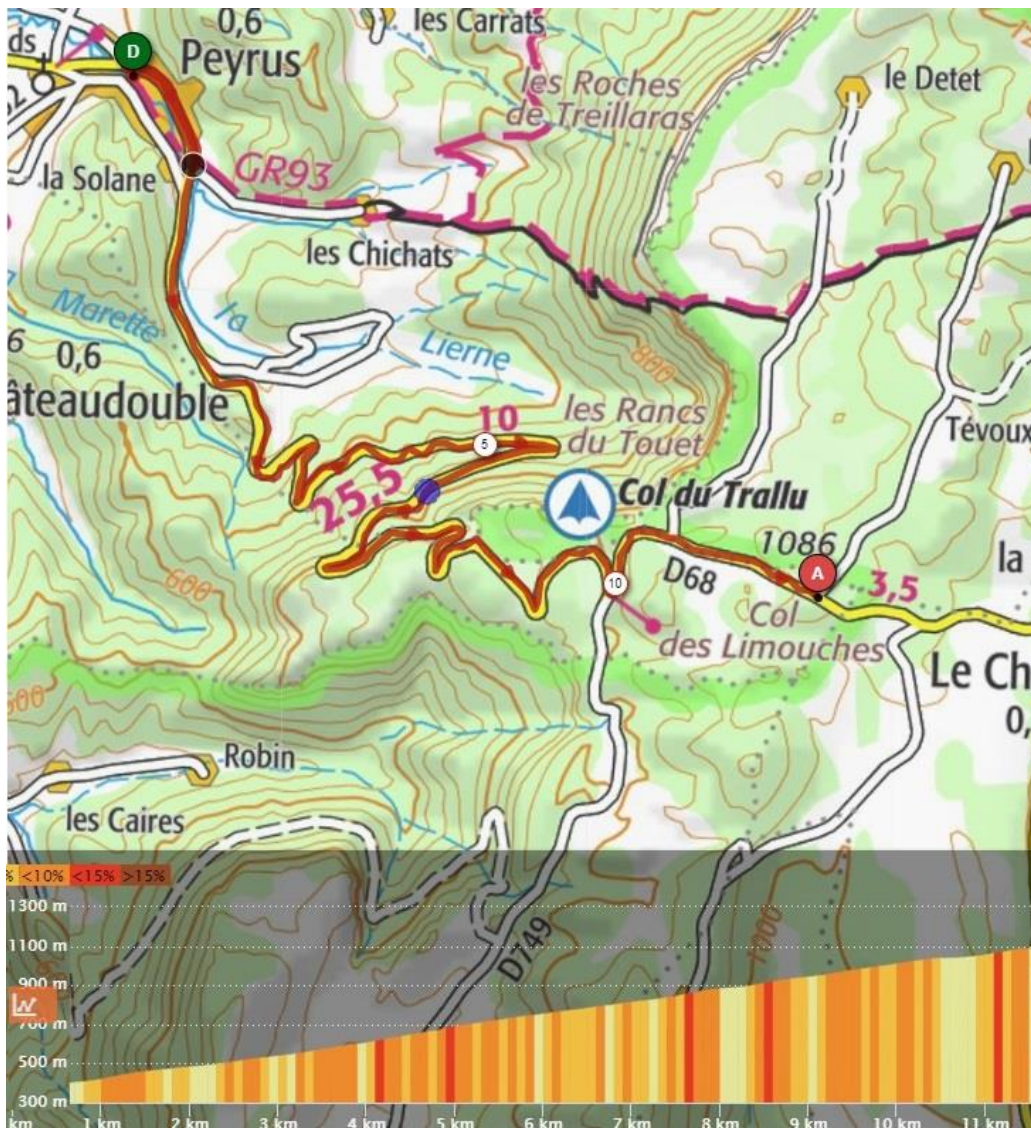
13- responsabilité civile :

Conformément à la loi, les organisateurs ont souscrit une assurance couvrant les conséquences de leur responsabilité civile, celles de leurs adhérents et bénévoles et de tous les participants du Défi des Limouches, trail des Limouches et de la grimpeée cycliste des Limouches. Cependant il est vivement conseillé aux participants non licenciés de souscrire une police d'assurance individuelle accident.

14 – Droits d'inscriptions :

Le montant des droits d'inscription s'élèvent à 8 euros pour la grimpeée cycliste. Les inscriptions se font par internet sur le site <http://www.chronospheres.fr/> jusqu'au 12/07 23h59.

15- Parcours : Le parcours suivant sera emprunté, il s'agit du parcours habituel de la grimpeée cycliste des Limouches 11.5km et 700m de D+



## **Défi des Limouches (Trail + grimpeé cycliste du col des Limouches) Règlement**

1- L'épreuve est ouverte :

- à tous les licenciés de triathlon et duathlon (sur présentation de la licence FFTri, ...)
- aux licenciés à toutes les fédérations de cyclisme sur présentation d'une licence FSGT/Ufolep/FFC et d'un certificat médical de moins d'un an autorisant la pratique de la course à pied en compétition
- aux licenciés en course à pied sur présentation d'un certificat médical de moins d'un an autorisant la pratique du cyclisme/vélo/cycloport en compétition,
- aux non licenciés sur présentation d'un certificat médical de moins d'un an autorisant la pratique de la course à pied et du cyclisme/vélo/cycloport en compétition.

2- L'épreuve est ouverte aux concurrents nés à partir de 2001. Les mineurs non licenciés devront fournir une décharge parentale.

- 3- Un parc à vélo sera mis en place pour la transition entre le trail et la grimpée cycliste. Il sera ouvert de 7h30 à 8h40. Passé cet horaire aucun concurrent ne pourra pénétrer dans le parc à vélo.
- 4- Un briefing sur le déroulement du défi aura lieu à 8h40 devant le parc à vélo. Le départ est fixé à 9h10.
- 5- Sécurité : la course bénéficie d'une priorité de passage. La circulation n'est donc pas coupée. Des signaleurs sécuriseront les carrefours et feront respecter la priorité de passage vis-à-vis de la circulation. Pour la partie vélo, les premiers coureurs seront précédés d'une voiture ouverture de course et de 4 motos sécurité. Pour autant, ils tous les concurrents devront respecter le code de la route et rester en toutes circonstances sur le côté droit de la chaussée.
- 6- Le port du casque à coque rigide est obligatoire pour la grimpée cycliste.
- 7- Aucun véhicule autre que ceux de l'organisation n'est autorisé à suivre les participants.
- 8- Le chronométrage sera réalisé par Chronospheres à l'aide d'une puce à fixer au niveau de la cheville gauche. Les concurrents devront laisser à l'organisation leur licence et pour les non licenciés, une pièce d'identité, comme caution. Celle-ci leur sera rendue au retour de la puce de chronométrage.
- 9- Pour la partie Trail le dossard devra être pourvu de trois points d'attaches et être visible sur la partie avant du coureur. Pour la partie vélo : dossard dans le dos non plié. 3 points d'attache minimum. Une ceinture porte dossard est conseillée pour cette épreuve.
- 10- Un ravitaillement sera prévu à mi-parcours du trail, en fin de parcours trail ainsi qu'à l'arrivée il est toutefois conseillé aux concurrents, en cas de forte chaleur, d'emporter un système d'hydratation.
- 11- Le départ du défi et du Trail auront lieu en même temps, une fois la partie trail terminée le coureur devra entrer dans le parc à vélo pour faire sa transition, la remonté sur le vélo n'est autorisée qu'à partir de la ligne matérialisant la sortie du parc.
- 12- Le drafting est autorisé en vélo.
- 13- Le classement sera établi sur le temps total pris entre le départ du trail et l'arrivée au sommet du col des Limouches à vélo. Un classement sera effectué par catégories d'âge. Les 3 premiers du scratch et les vainqueurs de chaque catégorie d'âge seront récompensés.  
En cas de litige dans les résultats, seule la décision de l'organisation sera reconnue.
- 14- Respect de l'environnement : les participants devront respecter l'environnement. Aucun jet de déchet, emballage, etc. ne sera toléré. Tout coureur pris en flagrant délit sera immédiatement déclassé.
- 15- L'organisateur se réserve le droit de modifier ou annuler l'épreuve en cas de force majeure, sans aucune contrepartie.
- 16- Pour la descente du col après l'arrivée, les coureurs ne sont pas en course. La circulation n'est pas coupée et des concurrents du duathlon seront encore en course. La descente du col devra donc s'effectuer prudemment et en toute sécurité.
- 17- Responsabilité civile :

Conformément à la loi, les organisateurs ont souscrit une assurance couvrant les conséquences de leur responsabilité civile, celles de leurs adhérents et bénévoles et de tous les participants du Défi des Limouches, trail des Limouches et de la grimpeée cycliste des Limouches. Cependant il est vivement conseillé aux participants non licenciés de souscrire une police d'assurance individuelle accident.

18 – Droits d'inscriptions :

Le montant des droits d'inscription s'élèvent à 16€ pour le Défi des Limouches. Les inscriptions se font par internet sur le site <http://www.chronospheres.fr/> jusqu'au 12/07 23h59.