

Horaires

Bike & Run

8h/9h Retrait des dossards
9h : Fin des inscriptions B&R
9h40 : Briefing
10h : Départ B&R XS et S
17h : Remise des prix

Duathlon XS et S

10h/12h : Retrait des dossards Duathlon XS
10h/13h : Retrait des dossards Duathlon S
12h : Fin des inscriptions Duathlon XS
12h/12h45 : Ouverture parc à vélo Duathlon
12h50 : Briefing
13h : Départ Duathlon XS
13h : Fin des inscriptions Duathlon S
14h20 : Départ Duathlon S
17h30 : Remise des récompenses

Duathlon Jeunes

14h/15h : Retrait des dossards
15h : Fin des inscriptions
15h15/15h45 : Ouverture parc à vélo
15h50 : Briefing
16h : Départ Poussins/Mini Poussins
16h15 : Départ Pupilles (10-11ans)
16h35 : Départ Benjamins (12-13ans)

<u>Duathlon</u>	<u>Bike & Run</u>
Mini Poussins et Poussins : 3€	XS : 15€/équipe
Pupilles : 4€	S : 25€/équipe
Benjamins : 6€	NON-LICENCIES
Duathlon XS Individuel : 15€ →	+ 3,50€ pass compétition /personne
Duathlon XS Relais : 18€/équipe →	+3,50€ pass compétition/personne
Duathlon S Individuel : 20€ →	+7,50€ pass compétition/personne
Duathlon S Relais : 25€/équipe →	+3,50€ pass compétition/personne

Pour les non-licenciés : Certificat médical obligatoire pour la pratique du Duathlon ou Bike and Run en Compétition

Chèque à l'ordre de **Craponne Triathlon**. [Inscriptions en ligne sur le site web e-inscrit.fr](https://www.crv-lyon.com)

Informations et inscriptions

- <https://www.crv-lyon.com>
- bertrand.mh@infonie.fr ou 06 30 70 71 30



Bike & Run et Duathlon de Craponne

Le Bike & Run et le Duathlon se dérouleront en circuits et dans un magnifique site arboré au pied des Monts du Lyonnais. Parcours sur chemins, petites routes et routes ouvertes à la circulation en une ou plusieurs boucles. Le Bike and Run Découverte est ouvert aux personnes de 14 à 77 ans, adeptes de la nature et de l'effort.

50% Chemins / 50% Bitume

Bike and Run XS : Environ 11 kms à partir de la catégorie Minime (2001 et avant)

Bike and Run S : Environ 22 kms à partir de la catégorie Cadet (1999 et avant)

Le Bike and Run s'effectuera avec un seul VTT par équipe, les casques sur la tête avec une permutation libre des équipiers. Le départ des binômes sera donné simultanément en course à pied et la prise des VTT s'effectuera 600m après le départ dans le parc réservé à cet effet. Au passage des zones de contrôle et à l'arrivée, les coéquipiers doivent obligatoirement être côte à côte.

Les duathlons se dérouleront sur route en individuel ou par relais. Des récompenses par catégories seront attribuées à l'issue de l'épreuve.

Le règlement de la FFTRI sera en vigueur, les coureurs devant respecter les consignes de courses avant chaque départ par l'organisateur et l'arbitre principal



Après avoir organisé pendant plusieurs années le triathlon sur Craponne, l'association Craponne Triathlon s'est réinvesti sur la commune en 2014 en organisant une manifestation d'envergure, le Bike & Run et le Duathlon.

Cette manifestation a été reconduite en mars 2015 et j'en suis extrêmement heureux. C'est toujours un réel plaisir de voir à Craponne, une effervescence associative qui se mobilise pour offrir un agréable moment sportif. Aussi, je compte sur la présence de chacun de vous, sportif amateur ou confirmé, pour faire de cette course une belle réussite. Je vous souhaite à tous une très belle course et bonne chance.

Sportivement vôtre

Alain GALLIANO

Maire de Craponne

