



# RÈGLEMENT

## BIKE & RUN DE MILLY-LA-FORET

### ARTICLE 1 : ORGANISATION

La 3ème édition du Run & Bike de Milly-la-Forêt est organisée par le Milly triathlon le dimanche 10 décembre 2023 au matin. Le départ sera donné sur le stade en face du centre Aquatique des 2 vallées Alain Bernard.

Cette épreuve, basée sur la convivialité, est accessible à tous et ouverte à toutes personnes âgées de 14 ans ou plus, licenciées ou non. La participation des mineurs à l'animathlon Kids reste sous la responsabilité des parents.

### ARTICLE 2 : PRESENTATION

Le Run & Bike est une course en alternance par équipe de deux, composée d'un coureur à pied (le runner) et d'un coureur en **VTT** (le biker).

Seuls les **VTT ou Gravel** sans assistance électrique sont acceptés.

Les inscriptions s'effectuent par équipe de deux (femme ou homme) avec mixité possible (le classement sera alors dans la catégorie mixte).

La fréquence des relais est libre mais ceux-ci doivent respecter obligatoirement les consignes suivantes : Le Run & Bike consiste à alterner course à pied et vélo par équipe de deux en ne disposant que d'un seul vélo. Les changements entre équipiers sont libres. Il est interdit de monter à deux sur le vélo.

Les deux équipiers doivent donc être ensemble au moment de l'échange du vélo. Une équipe peut être arrêtée de manière temporaire par les arbitres de course, voire disqualifiée en cas de non-respect des ordres de course.

Le vélo doit toujours être pris en main par l'un des deux équipiers (en aucun cas, il ne doit être posé au sol, ou mis sur sa béquille).

Les deux équipiers doivent obligatoirement passer ensemble aux points de contrôle désignés au début de l'épreuve et à l'arrivée. Une puce de chronométrage sera mise à disposition pour le binôme.

Les participants doivent suivre le parcours mis en place par l'organisation. Le port du casque homologué, à coque dure (Norme CE) et sanglé, est obligatoire pour les deux coéquipiers pendant toute la durée de l'épreuve.

Les équipes devront garder le même vélo tout au long de l'épreuve, quel que soit l'incident technique.

Les concurrents sont tenus de respecter les consignes de l'organisation et des signaleurs, et ne pas effectuer d'action dangereuse. Des consignes précises et des rappels de règlement sont donnés lors du briefing de l'épreuve. Tout comportement déloyal, geste d'agressivité, de violence verbale ou physique à l'encontre de toute personne y compris les spectateurs, d'attitude non conforme à l'esprit et l'éthique du sport, de manifestations racistes, xénophobes, homophobes, sexiste pourra faire l'objet d'une exclusion sans appel ni compensation ni remboursement.

### **ARTICLE 3 : PARCOURS**

Voir plan au retrait des dossards sur le village départ.

Run and Bike :

- 1 parcours 8.5 km, catégories acceptées minimales et plus (à partir de 14 ans)
- 1 parcours 20 km , catégories acceptées séniors 1 et plus (à partir de 19 ans)

L'épreuve se déroule sur route et sur un circuit forestier dans le cadre exceptionnel de la forêt des Coquibus.

Animathlon Kids individuel (épreuve non chronométrée) sur le stade de Milly-la-Forêt :

- 2 parcours fonction de l'âge, sur base duathlon (run-bike-run), casque obligatoire. Inscriptions sur place.

Dans le souci de respecter le site de la course, il est strictement interdit de jeter des débris sur le parcours. Toute ignorance de cette règle entraînera la disqualification de l'équipe sans délai.

Aucun ravitaillement n'est donné sur les parcours, prévoir des bidons sur le VTT, camelbak, etc...un ravitaillement chaleureux de l'équipe du Milly-Triathlon est offert à l'arrivée.

### **ARTICLE 4 : LICENCES ET CERTIFICATS MEDICAUX**

Les licenciés FFTRI doivent présenter leur licence au moment de l'inscription. Les autres participants sont dans l'obligation de fournir un certificat médical d'aptitude au triathlon ou au Run & Bike en compétition de moins d'un an.

En cas de non-présentation des documents demandés lors de l'inscription, les équipes ne seront pas autorisées à prendre le départ de la course.

Infos complémentaires : [Réglementation sportive - Fédération Française de Triathlon \(fftri.com\)](http://fftri.com)

## **ARTICLE 5 : ENGAGEMENT**

Chaque participant s'engage durant cette course à respecter la nature (respect de la faune et de la flore, jet de déchet formellement interdit, limitation des nuisances sonores) et le parcours (modification ou détérioration du balisage interdits, coupe délibérée hors du chemin balisé proscrite), ainsi que l'ensemble des directives de course défini par les organisateurs.

Dans le cas où il est constaté un non-respect de ces règles, l'équipe sera immédiatement disqualifiée.

Les inscriptions se dérouleront uniquement via la plateforme suivante :

[Les évènements - Chronospheres](#)

Le tarif du Run and Bike est fixé à 27 € par équipe (deux personnes). Ce tarif ne comprend pas les frais d'inscription et la licence journée FFTRI.

Le nombre d'inscription est limité à 200 équipes pour les courses 8.5km et 20km, et 100 enfants sur les animathlons kids 6-8ans et 9-11 ans. L'organisation se réserve le droit de réévaluer le nombre d'équipe si nécessaire.

L'association Milly Triathlon se réserve le droit d'annuler ou de suspendre la manifestation dès qu'un évènement extérieur ou imprévisible est susceptible de porter atteinte à l'intégrité physique des participants ou bénévoles.

## **ARTICLE 6 : RESPONSABILITE / ASSURANCE RESPONSABILITE CIVILE**

Chaque participant déclare être en possession d'une assurance responsabilité civile et s'engage à respecter le présent règlement. Les organisateurs déclinent toutes responsabilités en cas d'accident corporel ou matériel, subi ou occasionné par un participant. L'organisation ne sera pas responsable de tout vol ou perte d'objets lors de l'épreuve. Chaque participant est responsable de la gestion de ses propres limites de performance et s'interdit de les dépasser si cela est susceptible de nuire à sa santé. Durant la course, chaque participant veillera aux capacités de performances de son co-équipier et agira en conséquence dès qu'une prise de risque anormale, pouvant mettre en danger son co-équipier, est constatée. En cas de malaise ou accident, les secours ou l'encadrement de course doivent être informés sans délai.

## **ARTICLE 7 : DROIT A L'IMAGE**

Par sa participation au Run and Bike de Milly-la-forêt, chaque concurrent autorise expressément l'association du Milly Triathlon 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.

## **ARTICLE 8 : PROGRAMME**

-08h00/09h30 retrait des dossards (épingles ou porte dossard à la charge des participants).

-09h35 Briefing de course.

-10h00 Départ Run and Bike 20km.

-10h15 Départ Run and Bike 8.5km à 10h15.

-11h45 Départ Animathlon enfant 6-8ans.

-12h00 Départ Animathlon enfant 9-11ans.

**L'inscription au Run and Bike implique l'acceptation du présent règlement**