

CEZAC
LOT

DIMANCHE 5 MAI
2019



Organisé par VTT AVENIR CYCLISTE RABASTINOIS

FFC
VTT CROSS-COUNTRY
Course comptant au trophée
Régional OCCITANIE



CEZAC XCO

TROPHEE OCCITANIE

DIMANCHE 5 MAI



TROISIEME MANCCHÉ DU TROPHEE GJF



REGLEMENT DE L'EPREUVE

La course de VTT Cross-Country se déroulera le DIMANCHE 5 mai 2019 sur la commune de CEZAC (LOT)

Elle sera organisée par le club de RABASTENS (Avenir Cycliste Rabastinois)

Seront appliqués les statuts généraux de la FFC et les règlements afférents au VTT.

VOIR LES CHAPITRES SUIVANT :

- DEFINITION
- CATEGORIES
- ENGAGEMENT
- DISTANCES
- TENUE
- MATERIEL
- ACCUEIL
- DEROULEMENT DES EPREUVES
- RECOMPENSES
- SECURITE

DEFINITION :

La course VTT XCO sera une manifestation ouverte à tous selon l'une des conditions suivantes :

- être titulaire d'une licence FFC de l'année.
- Pour les licenciés des autres fédérations ou non licenciés, une licence à la journée sera prise avec un surcout.

CATEGORIES :

Categories	Age
Poussins / Poussines	07 et 08 Ans
Pupilles Garçons / Pupilles Filles	09 et 10 Ans
Benjamins / Benjamines	11 et 12 Ans
Minimes Garçons / Minimes Filles	13 et 14 Ans
Cadets / Cadettes	15 et 16 Ans
Juniors / Juniors Dames	17 et 18 Ans
Espoirs / Espoirs Dames	19 à 22 Ans
Dames	23 ans et plus
Hommes	23 à 29 Ans
Masters 30 (1 / 2)	30 à 39 Ans
Masters 40 (3 / 4)	40 à 49 Ans
Masters 50 (5 et +)	50 Ans et plus

ENGAGEMENT :

Les droits d'inscriptions sont les suivants :

- Catégories junior et adultes =13 euros
- Catégories minimes – cadets =9 euros
- Catégories benjamins et moins =6 euros

Les engagements se feront par catégorie à l'avance sur le site de la FFC

Tous les engagements pris sur place seront majorés : 12€ pour les jeunes & 17€ pour les adultes.

DISTANCES : (environ)

La course VTT XC se déroulera sur un parcours de :

- pré-licenciés / 1,1 km (1 tour de 1,1km)
- poussins / 2,2 km (2 tours de 1,1km)
- pupilles / 4,7 km (start loop + 3 tours 1200m)
- benjamins / 5,9 km (start loop + 4 tours de 1200)
- minimes / 8,9 km (start loop + 2 tours de 3,9 km)
- cadets / 12,8 km (start loop + 3 tours de 3,9 km)
- adultes / suivant catégories (start loop + 4 tours et plus de 3,9km)

L'organisateur de l'évènement se réserve le droit de modifier ces distances en cas de mauvaises conditions météo et où chronomètre.

TENUE :

Le port du casque à coque rigide est obligatoire pour toutes les catégories.
Le port du maillot de club est obligatoire pour tous les licenciés pendant l'épreuve et sur les podiums.

MATERIEL :

Seront acceptés tout VTT de taille entre 26, 27,5 et 29 pouces (les 20 & 24 pouces seront acceptés pour les jeunes) en bon état et suivant le respect des normes de sécurité.

- extrémité du guidon bouchée
- protection des parties saillantes
- extrémité des câbles protégée
- largeur du cintre supérieure à 50 cm
- section des pneus supérieure ou égale à 1,75 pouce

De plus le règlement UCI en vigueur sera appliqué.

ACCUEIL :

L'accueil des participants et des accompagnateurs se fera aux abords du circuit dans la zone prévue à cet effet limitrophe sur la commune de Rabastens au lac des Auzerals sous les chapiteaux prévus à cet effet.

Les plaques de guidon et puces électronique seront à retirer par chaque participant contre la remise des licences.

La restitution des licences et se fera à la fin des épreuves contre la remise des plaques puces électronique.

Programme de la journée :

8h30 : accueil des catégories jeunes et retrait des plaques de guidon & puces

10h00 / départ des benjamins filles & garçons

10h05 / départ des pupilles filles & garçons

10h30 / poussins et pré-licenciés filles & garçons

11h00 / départ des cadets – cadettes – juniors dames

11h05 / départ des minimales filles & garçons

12h30 remises des récompenses jeunes

14h05 / départ junior – espoir dames, dames master 3 / 4 & 5

14h00 / départ Espoir hommes – hommes – master 1 & 2

16h35 remises des récompenses

DEROULEMENT DES EPREUVES :

Les engagés doivent se présenter à l'appel ¼ heure avant l'heure de départ. Tout engagé absent au moment de l'appel de son nom sera placé sur la dernière ligne. Il est formellement interdit de s'entraîner sur le circuit pendant le déroulement des épreuves.

Après la ligne d'arrivée franchie, il est interdit de repasser la ligne à contre sens. En cas de problème technique, l'assistance ne pourra être effectuée que dans la zone définie à cet effet.

RECOMPENSES :

Les récompenses seront remises à partir de 12 h15 et 16h45 au podium. La tenue cycliste (maillot et cuissard) aux couleurs du club est obligatoire.

A l'issue de la remise des courses une collation sera proposée à l'ensemble des participants et des accompagnateurs.

SECURITE :

La sécurité sera assurée par des bénévoles secouristes, une infirmière: au départ du circuit et sur la partie tout terrain.

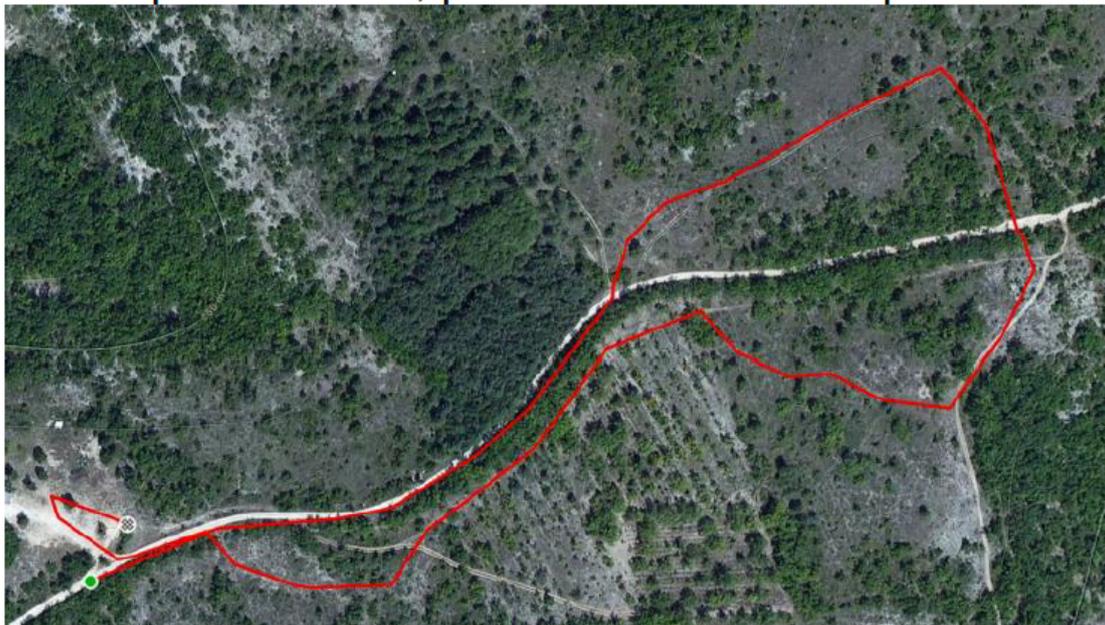
Deux secouristes (du club) et l'infirmière se tiendront à disposition avec un véhicule, sur le circuit du début jusqu'à la fin de l'épreuve sportive. Ils assureront les premiers secours en attendant de faire appel aux Sapeurs-Pompiers .

Renseignements :

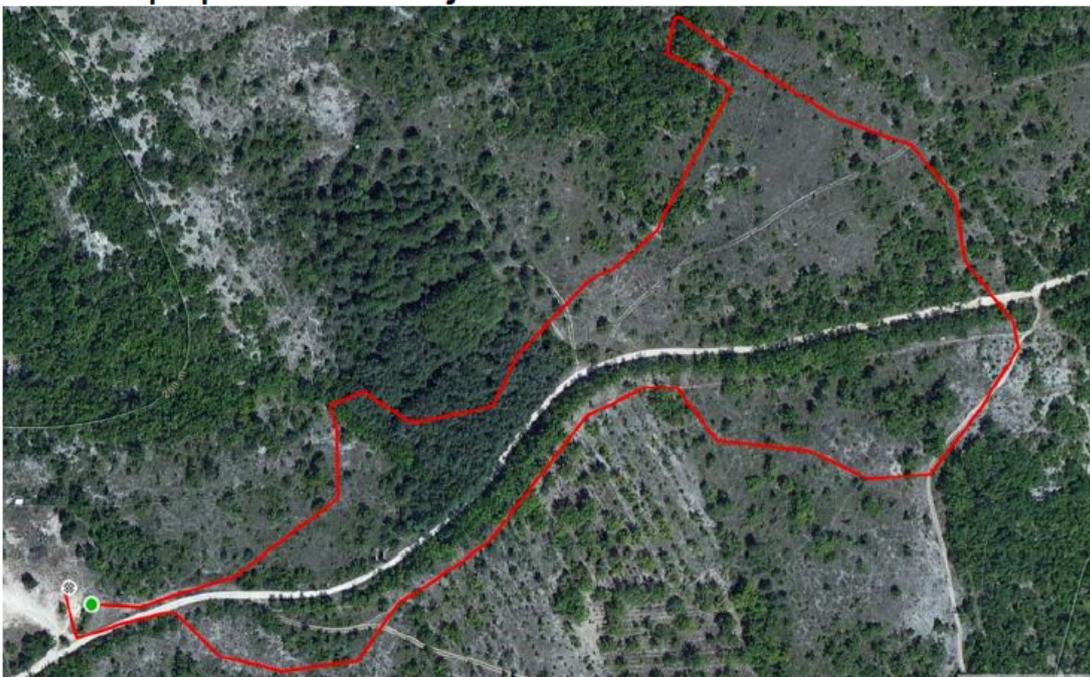
Mr Grezes JS : 06-12-79-39-22 / 05-63-63-10-99

CIRCUIT

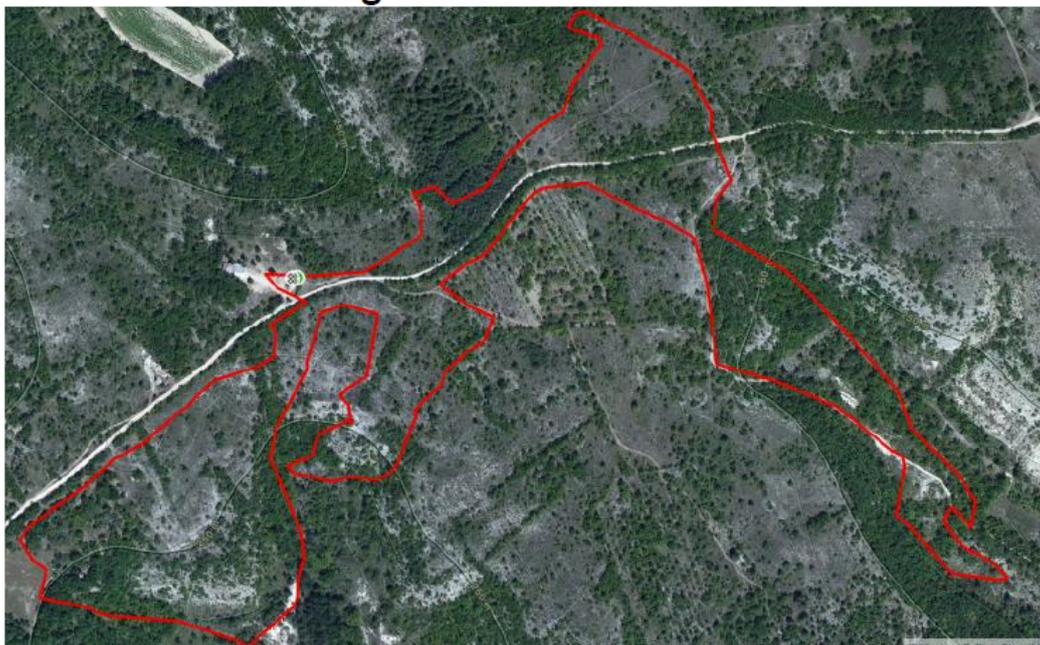
Circuit pré-licenciés, poussins et Start Loop :



Circuit pupilles et benjamins :



Circuit autres catégories :



PLAN SITUATION

ACCES DEPUIS LE PEAGE AUTOROUTE CAHORS SUD (20 MINUTES EN VOITURE) :

Depuis le péage Cahors Sud suivre Montauban par la nationale, première à droite direction Ventailiac / Le Montat puis Granéjols, L'Hospitalet et Cézac. Traversée de Cézac, après l'église suivre Mairie.

Renseignements : ericdiassoero@hotmail.fr

