



VÉLO CLUB DE L'EST
2 Bis Rue Robert 97412 BRAS-PANON
Entrée Sud du Stade Vélodrome
COMPÉTITION * LOISIR * ECOLE DE CYCLISME
ROUTE + PISTE + VTT + CYCLO - CROSS



GSM 0692 09 95 96 - Fixe 0262 51 59 40 – Fax 0262 51 37 16 ou 0262 51 59 40

REGLEMENT PARTICULIER

4 Heures X-COUNTRY DES EMBOUCHURES DIMANCHE 13 janvier 2013

Front de mer de BRAS PANON
Entre les embouchures de la Rivière des Roches et de la Rivière du Mât
CIRCUIT DE 3Km500.

7h30 : ☞ Accueil / Emargement.

9H00 :	Pré licenciés =	1T	} Petit Circuit
	Poussins =	1T	
	Pupilles =	2T	
	Benjamins =	3T	

MONTANT DES ENGAGEMENTS (REPAS COMPRIS) :

CVJ = 12€ / coureur
Licenciés FFC = 20€ / coureur soit 40€ / Equipe
Non licenciés = 20€ / coureur soit 40€ / Equipe

10h00 : Appel des coureurs, Mise en Grille

INSCRIPTIONS : Préparation / Repas

10H15 : Départ

Impérativement avant le mercredi 09/01/2013-12h sur bulletin officiel qui transmettront au Comité :

14H30 : Remise des récompenses

- Par fax : 0262 4522 55
- Par mail : ffcrun@wanadoo.fr

Catégories :	Seniors =	(19/39ans)
	Juniors =	(17/18ans)
	Vétérans =	(40ans et +)
	Féminines =	(17ans et +)
	Mixte =	(17ans et +)
	Famille =	(17ans et +)
	Non Licenciés =	(17ans et +) Certificat médical obligatoire

REGLEMENTS

- * Réaliser le plus grand nombre de tour possible en 4 heures
- * 2 coureurs par équipe
- * Relais obligatoire tous les tours
- * Certificat médical de moins de 3 mois obligatoire pour les non licenciés (17ans et +).
- * Casque obligatoire pour toutes les catégories.

Cadet G/F 15-16ans : 3H DE COURSE UNIQUEMENT

Minime G/F 13-14ans : 2H DE COURSE UNIQUEMENT

- Les *cadets G et F* n'effectueront que 3H de course et ne pourront concourir que dans la catégorie *Cadet*.
- Les *minimes G et F* n'effectueront que 2H de course et ne pourront concourir que dans la catégorie *Minime*.

Pour tout autre point du règlement, se référer à la réglementation de la Fédération Française de Cyclisme.

L'organisation se réserve le droit de toute modification.

L'autorisation parentale est obligatoire pour les mineurs non licenciés (17ans et +)

RAVITAILLEMENT :

Un point de ravitaillement sera installé sur le bord du terrain de foot, site de passage de relais

Possibilité de mixer les catégories, l'âge le plus sportif déterminera la catégorie de l'équipe

CHRONOMETREUR : GOULJAR Eddy, NOMARI Jean Marc.

COMMISSAIRES : MARGUERITE Edwige, NOMARI Jean Marc, EMMANUEL Henri, SEVA Cédric, NOMARI Romain, MASCAREL Marie-Annick.

Pour les licenciés de 2012: renouvellement de la licence 2013 obligatoire.
Pour les non licenciés : uniquement les coureurs non licenciés en 2012 et avant.

CHAQUE EQUIPE DEVRA OBLIGATOIREMENT RENDRE LES PLAQUES A L'ARRIVEE



VÉLO CLUB DE L'EST
2 Bis Rue Robert 97412 BRAS-PANON
Entrée Sud du Stade Vélodrome
COMPÉTITION * LOISIR * ECOLE DE CYCLISME
ROUTE + PISTE + VTT + CYCLO - CROSS



GSM 0692 09 95 96 - Fixe 0262 51 59 40 – Fax 0262 51 37 16 ou 0262 51 59 40

REGLEMENT PARTICULIER

4 Heures X-COUNTRY DES EMBOUCHURES DIMANCHE 13 janvier 2013

*Front de mer de BRAS PANON
Entre les embouchures de la Rivière des Roches et de la Rivière du Mât
CIRCUIT DE 3Km500.*

RÉCOMPENSES

CATÉGORIES	COUPES	GERBES
PRÉLICENCIÉS	1 ^{er} / 2 ^{ème} / 3 ^{ème}	
PRÉLICENCIÉES	1 ^{er} / 2 ^{ème} / 3 ^{ème}	
POUSSINS	1 ^{er} / 2 ^{ème} / 3 ^{ème}	
POUSSINES	1 ^{er} / 2 ^{ème} / 3 ^{ème}	
PUPILLES G	1 ^{er} / 2 ^{ème} / 3 ^{ème}	
PUPILLES F	1 ^{er} / 2 ^{ème} / 3 ^{ème}	
BENJAMINS	1 ^{er} / 2 ^{ème} / 3 ^{ème}	
BENJAMINES	1 ^{er} / 2 ^{ème} / 3 ^{ème}	
NON LICENCIÉS	1 ^{ère} Equipe 2 ^{ème} Equipe 3 ^{ème} Equipe	1 ^{er}
MINIMES	1 ^{ère} E Equipe 2 ^{ème} Equipe	1 ^{er}
FEMININES-MINIMES	1 ^{ère} Equipe 2 ^{ème} Equipe	1 ^{er}
CADETS	1 ^{ère} Equipe 2 ^{ème} Equipe	1 ^{er}
CADETTES	1 ^{ère} Equipe 2 ^{ème} Equipe	1 ^{er}
SCRATCH	1 ^{ère} Equipe 2 ^{ème} Equipe 3 ^{ème} Equipe	1 ^{er}
JUNIORS	1 ^{ère} Equipe	1 ^{er}
FEMININES	1 ^{ère} Equipe	1 ^{er}
MIXTE (17ans et +)	1 ^{ère} Equipe	1 ^{er}
(40 – 49 ans)	1 ^{ère} Equipe	1 ^{er}
(50 ans et +)	1 ^{ère} Equipe	1 ^{er}
FAMILLES	1 ^{ère} Equipe (Couple) 1 ^{ère} Equipe(Père-Fils) 1 ^{ère} Equipe(Mère – Fils (fille))	1 ^{er} 1 ^{er} 1 ^{er}