



BREAKING NEWS

5

CHAMPIONNAT DE FRANCE DES CLUBS

Dernières infos !

67 équipes au départ soit 402 coureurs

53 équipes pour le CFC (chasubles de 1 à 53)

14 pour l'open (chasubles de 61 à 74)

Vous pourrez ainsi reconnaître vos concurrents !



La météo est toujours bonne à J-5 ; après la baisse des températures en début de semaine, elle remonte à partir de vendredi (16° samedi, 17° dimanche)

N'oubliez pas de préparer vos talents de musiciens pour les raideurs qui veulent profiter de la scène ouverte (venir si possible avec son instrument).



--> [retrouvez le padlet de l'évènement en dernière page](#)

Rappel du fonctionnement du prologue

Les 3 binômes sont au départ à des emplacements différents

- B1 sur la ligne de départ pour le swim 200m
- B2, en attente dans le parc VTT à son emplacement pour le swim 350m
- B3, en attente dans le parc CO juste derrière le parc VTT

Zone de regroupement

- Binôme 1 : à la sortie de l'eau avant d'entrer donner le relais au binôme 2 dans le parc
- Binôme 2 : sur l'île avant le dernier plouf et comme le binôme 1 à la sortie de l'eau avant de donner le relais dans le parc CO

Porteur du doigt SI

Seul le B3 qui fait la CO a le doigt du prologue et bipe 3 fois

- à la sortie du binôme 1 de l'eau et à l'entrée dans le parc VTT : temps binôme 1
- à la sortie de son parc CO, au moment de la prise de carte: temps binôme 2
- à la sortie du parc VTT, après avoir donné le relais au R1 : temps binôme 3

Ce bip correspond au temps final du prologue



Principe du passage de relais

- **Durant le prologue**

Le relais B3/R1 se fait à la main dans le parc mais le temps du prologue s'arrête à

la sortie du parc VTT en même temps que le R1 qui bipe pour partir à son relais

2 possibilités :

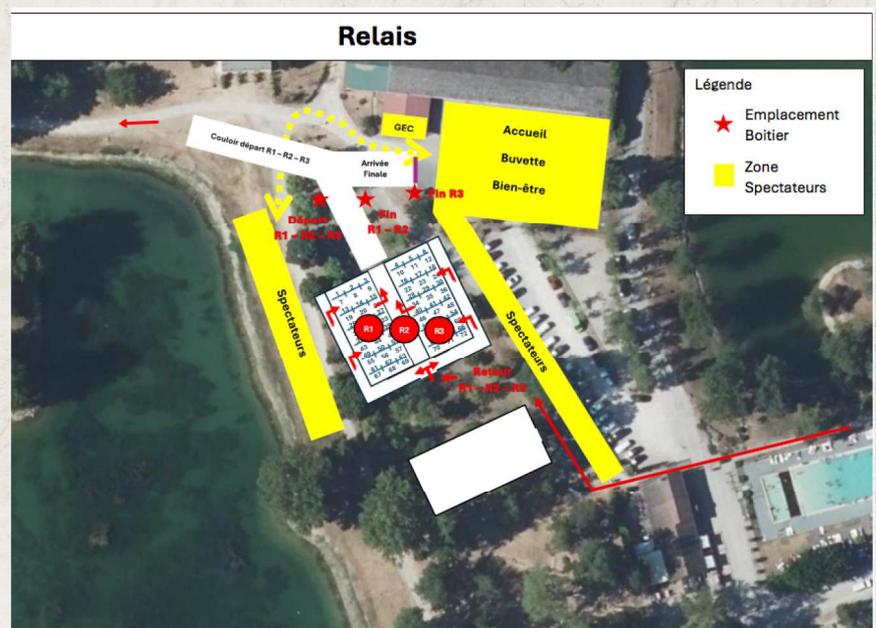
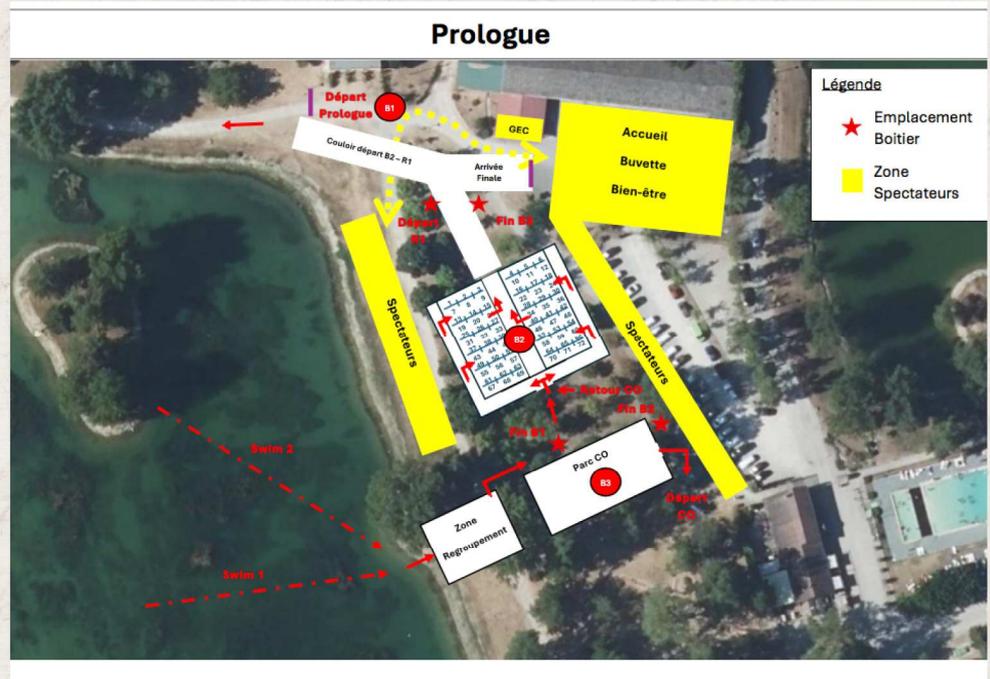
- vous avez donné le relais au R1, vous sortez à droite et aller vider votre doigt à la GEC pour le donner au R3
- vous enchaînez le prologue en CO avec le relais 1, vous devez donner votre doigt prologue à la sortie du parc à un équipier qui ira vider à votre place et vous bipez votre doigt SI R1 en partant à gauche pour partir sur votre relais d'1h30

RESPECTEZ scrupuleusement les différents passages de relais et l'obligation d'être à pied dans le parc VTT jusqu'à la ligne avant de monter sur votre VTT.

- **Durant la course**

Même principe ; arrivée dans le parc VTT par le fond. On se rend dans son parc à son emplacement par une allée (gauche ou droite) sur le côté et on ressort du parc par un couloir central.

Le tout à pied en poussant son VTT à partir de la ligne d'entrée et on monte sur son VTT après la ligne quand on repart.





IMPORTANT : Traversée de route en sortie et entrée de base et gel chrono

- **sortie de base (départ de votre relais) : 1 ère traversée de route (aller)**

Vous sortez toujours à gauche comme le départ du prologue et passez par un portillon au bout de 250 m pour sortir de la base, vous êtes alors sur la voie verte, 200m après.

Au bout d'1 km, vous arrivez à la 1 ère traversée de route qui se fera après avoir bipé un gel chrono, le temps de la traversée.

NE PRENDRE AUCUN RISQUE ! Attendre l'autorisation du signaleur à ce poste pour traverser. Vous bipez juste après la traversée de la route pour redémarrer votre chrono de course. Tout doit se faire dans l'enchaînement avec respect total de la traversée du code de la route. Aucun temps ne sera perdu à cette traversée.

- **entrée dans la base (arrivée de votre relais) : 2nde traversée de route (retour)**

Quand vous rentrez dans la base, c'est exactement le même principe que la 1 ère traversée. Le chrono reprend à l'entrée dans la base pour le dernier km dans la base en suivant des jalons qui vous feront contourner le 2 nd étang de la base avant d'arriver dans le parc VTT à pied pour donner votre relais.

Seul le R1, à cet endroit devra redonner ses cartes VTT suivi d'iti avant de biper la reprise du chrono.

Comme pour le prologue, donner le relais en tapant dans la main du binôme partant **et sortez en même temps que lui à pied pour arrêter votre chrono en bipant dans le boîtier à droite à la sortie du parc ;** allez vider 20 m plus loin à la GEC.

Votre temps de course ne s'arrêtera qu'à la sortie du parc VTT donc pensez bien à sortir en même temps que le binôme à qui vous avez donné le relais dans le parc VTT.

Point spectateurs

La durée de course n'étant que d'1h30 (voir moins pour les 1ères équipes), il n'y a pas de point spectateur pour le R1.

2 points sont envisageables uniquement pour les R2 et R3. Vous retrouverez ces deux points au niveau des inscriptions avec les coordonnées GPS.

- 1er point : parc VTT avec 2 départs (CO pédestre et CO VTT)
- 2ème point : sur le parcours VTT au niveau d'une descente en single



Comité de course

- président de la commission raids à la FFTRI : Julien RANNOU
- directeur de course : Léo BERNARD
- délégué technique FFTRI : Franck GARCIN
- un coureur tiré au sort (n'appartenant pas à l'équipe concernée)

Protocole de secours



Lieu de course : camping des 3 Lacs, 296 Chemin du camping, 38460 Trept

OBJECTIFS :

Garantir la sécurité des participants, bénévoles et organisateurs. Assurer une réponse rapide et coordonnée en cas d'accident ou d'incident médical.

NUMÉROS D'URGENCE : SAMU 15 POMPIERS 18

PC Sécurité de l'événement

Franck Garcin 06 16 86 30 56 & Leo Bernard 06 86 78 72 31

Responsable Secours : - Emile Fonteniaud 06 30 29 34 93

PROCÉDURE EN CAS D'ACCIDENT en cas de blessure ou problème constaté :

S'arrêter immédiatement si une autre personne est en détresse.

Protéger la zone si besoin (éviter un sur-accident)

Alerter les secours & appeler le PC Sécurité ou Secours (téléphone).

Donner position GPS, numéro de balise ou description précise & porter assistance en attendant les secours si formé (ne pas déplacer un blessé grave).

Attendre les instructions.

Moyens humains sur place : 1 médecin urgentiste ; 1 infirmière ; secouristes (PSC1) sur chaque parc coureurs

Spécifique prologue - 1 pompier plongeur, conseiller technique formateur - un maître-nageur sauveteur - 4 canoës avec bénévoles pour guider et aider



Mange-
debout



Fait



Maison

BONUS

On vous attend



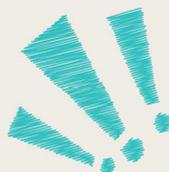
Médailles



Homemade



Dossards du dimanche



Padlet de l'évènement :

