

Briefing Organisateur

4^{ème} Bike and Run de Lunel 19/10/2025

Le Bike & Run est une pratique qui consiste à enchaîner le vélo et la course à pied par équipe, avec un seul vélo pour deux équipiers.

Notre épreuve est inscrite au calendrier Fédéral, par conséquent la réglementation Sportive Fédérale (FFTRI) s'applique et 3 arbitres seront présents pour la faire respecter.

Voici quelques points de vigilance :

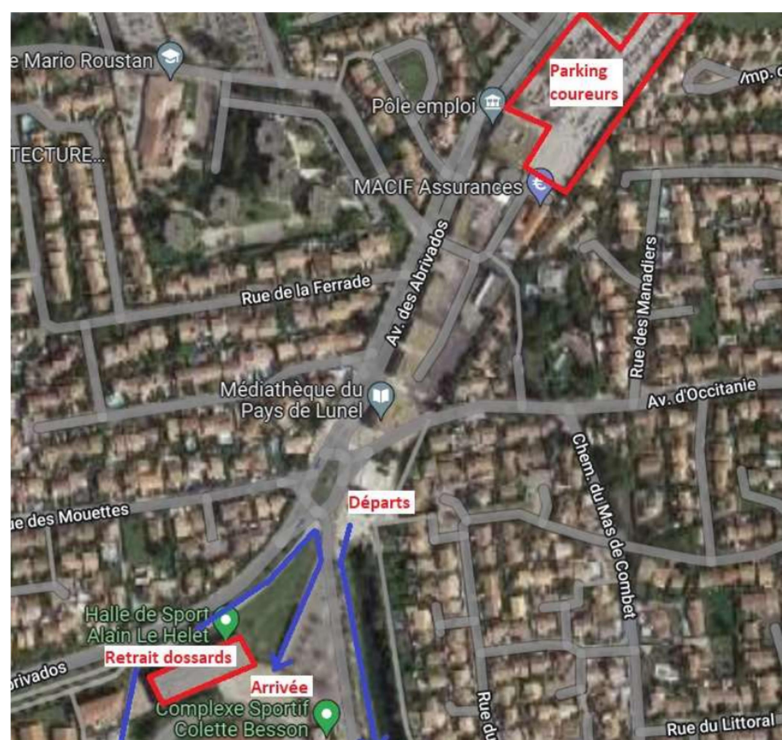
- La permutation des équipiers est libre avec possibilité de ne pas rester groupés, en dehors de l'arrivée, et de la zone de regroupement où les deux coéquipiers et le vélo doivent être groupés.
- Le départ se fera de la manière suivante : Départ des coureurs à pied sur une boucle pédestre de 650m environ, les cyclistes ne prennent le départ qu'au passage de leur partenaire devant eux.
- Un contrôle du matériel à l'entrée de la zone de départ sera fait : Le port du casque est obligatoire pour tous les concurrents sur l'intégralité du parcours. Le dossard doit être porté devant pendant toute la durée de l'épreuve et par tous les coéquipiers.
- Un seul concurrent est autorisé sur le vélo. Le vélo doit effectuer la totalité du parcours. L'aspiration-abri est autorisée.
- Pour qu'une équipe soit classée, la ligne d'arrivée doit être franchie par les équipiers et le vélo. Le temps du dernier concurrent de l'équipe à passer la ligne d'arrivée servira de référence au classement.
- Les zones de regroupement sont délimitées par deux lignes au sol, distantes de 25 à 50 mètres avec une signalisation de début et de fin de zone.
- Les membres d'une même équipe doivent obligatoirement traverser la zone de contrôle et les 100 derniers mètres de la course côte à côte.

Voici quelques plans pour vous repérer :

Le parking coureur est grand et est situé Avenue des Abrivados.

Il y a aussi des places derrière la Médiathèque du Pays de Lunel.

Merci de ne pas stationner sur le parking de l'Hôpital, réservé à celui-ci et aux Urgences !

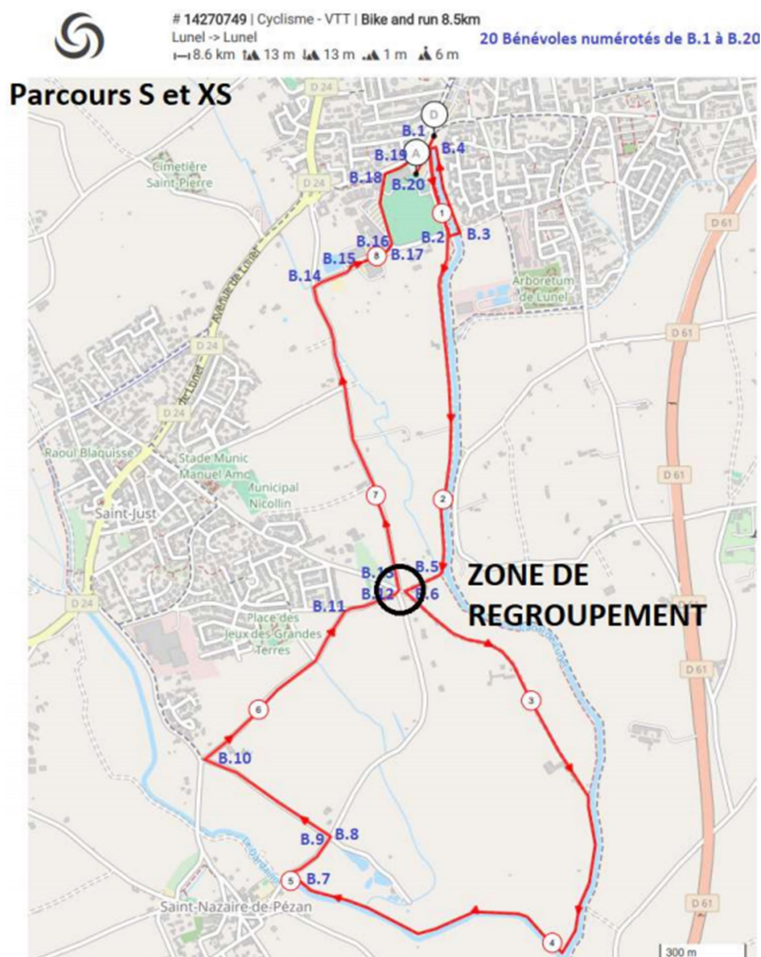


Le retrait des dossards sera installé devant l'entrée de la Halle des Sport Alain Le Helet



Pour l'épreuve enfants 8-11 ans, il s'agit d'un parcours sur pistes cyclables en terre de 2,5km environ.

Le parcours des épreuves S et XS sont identiques, il faut réaliser une boucle pour le XS soit environ 8km et deux boucles pour le S soit 16km.



Boucle d'étalement :



Bonne course à tous !!!