



Règlement Général RUN & BIKE – Le relais du p'tit clos – 30 mai 2026

1. Objet de la Compétition

Le Relais Run & Bike est une course en équipe, combinant course à pied et vélo. L'objectif est de franchir la ligne d'arrivée à deux dans les meilleurs temps possibles tout en respectant les règles définies ci-dessous.

2. Constitution des Équipes

Chaque équipe est composée de 2 participants : un coureur à pied et un cycliste.

Une autorisation parentale est obligatoire pour tous les mineurs participant aux courses.

Un seul vélo est autorisé par équipe.

3. Description des Courses

Quatre courses sont proposées :

- Course Découverte : 7 km – L'adulte court à côté de l'enfant qui reste sur le vélo (pas d'âge minimum mais âge maximum 10 ans et un majeur obligatoire dans l'équipe). Départ : 14h00.
- Course Aventure : 7 km – Accessible à partir de 10 ans. Départ : 15h.
- Course Expert : 14 km (2 tours du parcours de 7 km) – Accessible à partir de 10 ans. Départ : 14h45.
- Course Ultra : 21 km (3 tours du parcours de 7 km) – Accessible à partir de 10 ans. Départ : 14h45

Un ravitaillement sera disponible à l'arrivée et, pour les courses de 14 km et 21 km, à chaque boucle (7^{ème} et 14^{ème} km). **Néanmoins, chaque participant s'engage à pouvoir s'abreuver en autonomie pendant la course.**

4. Matériel Obligatoire

Pour le cycliste : Casque homologué en bon état (obligatoire). Chaque participant doit disposer de son propre casque. Le casque ne pourra pas être déposé sur le vélo au moment du relais.

Pour l'équipe : Vélo en bon état, conformément aux règles de sécurité (freins fonctionnels, pneus gonflés, etc.). Les vélos avec des roulettes ou les vélos électriques ne sont pas autorisés.

Les deux participants doivent porter leur dossard, fourni par l'organisation, visible à tout moment.

Une plaque supplémentaire devra être fixée sur le vélo, de manière visible.

5. Règles de Course

Tous les participants doivent assister au briefing avant chaque départ et respecter les consignes de course qui y sont communiquées.

Des zones dédiées pour déposer les vélos seront mises en œuvre (3 zones par boucle).

Les équipes peuvent décider de sauter une ou plusieurs zones. Ou éventuellement ne pas utiliser les zones dédiées et déposer les vélos là où ils souhaitent sur le parcours.

Chaque participant est responsable de son vélo lors des transitions. L'organisation se dédouane de toute responsabilité vis-à-vis des vélos.

Les changements (relais) doivent se faire uniquement à l'arrêt complet, pour des raisons de sécurité. Chaque équipe doit progresser de manière indépendante.

Le respect des autres concurrents, des bénévoles et des règles de circulation est obligatoire. Tout comportement antisportif entraînera une disqualification immédiate.

En cas d'abandon, l'équipe doit obligatoirement prévenir le responsable du poste le plus proche et lui remettre le dossard et la puce. Un temps limite de 1h30 pour les courses de 7 km et de 2h30 pour la course de 14km et 3h30 pour le 21 km est imposé pour la réalisation des courses. A la fin des épreuves, un ou plusieurs « serre-file » fermeront le parcours afin de s'assurer qu'aucun compétiteur ne serait en difficulté.

La direction de course et les contrôleurs disqualifiera toute équipe qui ne respecte pas le règlement, notamment :

- Le non-respect du port du casque homologué attaché pour le cycliste
- Le non-respect du parcours
- Toute assistance extérieure autre que médicale
- Le non-respect des règles de sécurité
- Le non-respect des points de dépôt des vélos
- Tout comportement jugé dangereux ou irrespectueux envers les autres participants ou les organisateurs.

Le respect du code de la route prévaut dans le cas où le parcours croise ou emprunte une route dite « publique », autre que les chemins de terre et voies privées.

6. Classements et Remise des Prix

Le classement se fera :

- Course Découverte (7 km, enfant sur vélo) : Classements établis par tranche d'âge de l'enfant.
- Courses Aventure, Expert et Ultra (7 km, 14 km et 21 km) : Classements établis par tranche de cumul des âges des deux participants.

La remise des prix aura lieu à partir de 16h30.

7. Inscriptions et Remboursements

Les inscriptions se font prioritairement en ligne via le site www.chronospheres.fr. Des inscriptions sur place seront possibles dans la limite autorisée (499 participants).

Les frais d'inscription sont fixés à :

- 10 € par équipe pour la course Découverte
- 14 € par équipe pour la course Aventure
- 20 € par équipe pour la course Expert
- 24 € par équipe pour la course Ultra

Les frais d'inscription ne sont pas remboursables.

Le retrait des dossards se fait le jour même, au moins 30 minutes avant l'horaire de départ de la course.

8. Attestation médicale

Le certificat médical n'est plus systématiquement obligatoire. À la place, un Parcours de Prévention Santé (PPS) a été mis en place par la Fédération Française d'Athlétisme. Les participants majeurs non licenciés doivent effectuer ce parcours en ligne sur la plateforme dédiée (pps.athle.fr), où ils sont sensibilisés aux risques liés à la pratique sportive. Une attestation de fin de PPS, valable trois mois, doit ensuite être fournie à l'organisateur avant la course.

Cependant, les certificats médicaux restent valables pour ceux qui en disposent, à condition qu'ils datent de moins d'un an et attestent de l'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition.

Pour les mineurs, un questionnaire médical rempli par les responsables légaux peut suffire, sauf si des réponses soulèvent des doutes, auquel cas un certificat médical sera requis.

9. Lieu et Parcours

Les départs et les arrivées s'effectueront au niveau du Petit Clos à Quintenas (Pontet 07290 Quintenas), sauf modification imposée par les autorités compétentes.

Les parcours se situent dans ce secteur et empruntent des circuits tous terrains incluant des chemins de terre, des champs privés, des chemins communaux et des routes.

Les circuits seront balisés par des rubalises et fournis le jour J.

10. Sécurité et Assurances

Chaque participant est responsable de sa propre assurance accident. L'organisateur ne pourra être tenu responsable en cas d'accident ou de blessure.

En cas d'événement météorologique extrême, l'organisation se réserve le droit de modifier ou d'annuler la course.

Une autorisation parentale est obligatoire ainsi qu'une attestation de bonnes conditions physiques.

11. Respect de l'Environnement

Le Relais du P'tit Clos s'engage dans une politique de Développement Durable.

Dans un souci de respect de l'environnement, il est impératif de laisser le parcours propre.

La direction de course ou les contrôleurs pourront pénaliser, voire exclure, toute équipe qui ne respectera pas l'environnement du parcours qu'il emprunte.

Les emballages usagés doivent impérativement rester dans votre sac. Des conteneurs ou poubelles seront à votre disposition sur l'aire d'arrivée de l'épreuve afin de les déposer.

Les coureurs devront dans la mesure du possible se munir de leur propre gobelet.

12. Droit à l'image

En application de l'article 27 de la loi du 6 janvier 1978 (loi informatique et libertés), tout participant dispose d'un droit d'accès et de rectification de ses données personnelles. Toute personne peut demander la communication et la modification des informations la concernant en envoyant une demande à l'adresse suivante : apelsaintjosephquintenas@gmail.com.

En vertu de l'article 226-8 du Code Pénal du 19 septembre 2000, relatif au respect de la vie privée, tout participant qui ne souhaite pas apparaître sur des photographies publiées par l'organisation (site internet, réseaux sociaux, supports de communication) doit en faire la demande écrite auprès de Relais du P'tit Clos – apelsaintjosephquintenas@gmail.com.

L'ensemble de l'équipe des bénévoles reste disponible pour répondre à vos questions et vous accompagner dans vos démarches. Nous vous souhaitons un bon entraînement et une excellente course !

13. Acceptation du Règlement

La participation à l'événement implique l'acceptation pleine et entière de ce règlement. Tout litige sera réglé par l'équipe organisatrice.