 [](http://www.premiumwanadoo.com/triguad/)

**Règlement du Bike And Run**

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 lorsque l’équipe est paire.

Lorsque le nombre d’équipiers est impair, le nombre de vélo est égal au nombre

d’équipiers divisé par 2 et arrondi au chiffre inférieur.

**Modalité de course :**

o La permutation des équipiers est libre avec possibilité de ne pas rester

groupés. Au moins une zone de regroupement par tour (présence des

deux coéquipiers et du vélo dans la zone prévue) devra être mise en

place par l’organisateur.

**Les départs** peuvent être organisés de trois manières différentes selon la

configuration du terrain :

o Départs en lignes séparées de 50m, les coureurs à pied sur la

première ligne et les cyclistes sur la seconde ligne. Le signal de départ

sera donné dans un premier temps aux coureurs puis 30 secondes

plus tard aux cyclistes.

o Départs en lignes séparées de 100m, les cyclistes sur la première ligne

et les coureurs à pied sur la seconde ligne. Le signal de départ sera

donné simultanément.

o Départ des coureurs à pieds sur une boucle pédestre de 300 à 600m,

les cyclistes ne prennent le départ qu’au passage de leur partenaire

devant eux.

**Composition des équipes**

o Sur les épreuves Jeunes, en fonction de l’accessibilité de la distance à

la catégorie d’âge concernée, les jeunes (de mini-poussin à junior)

constituent :

o soit des équipes de même catégorie d’âge

o soit des équipes composées au maximum de deux catégories

d’âges successives (mini-poussin et poussin / poussin et pupille

/ pupille et benjamin / benjamin et minime / minime et cadet /

cadet et junior).

o Sur les autres épreuves, la composition des équipes est libre en

fonction de l’accessibilité de la distance à la catégorie d’âge

concernée.

o Une équipe composée de licenciés de catégories d’âges différentes

sera classée dans la catégorie la plus âgée. Un Vétéran faisant équipe

avec une autre catégorie d’âge, sera classé dans la catégorie Sénior.

Réglementation Sportive 2015 Fédération Française de Triathlon **Page 51**

**Conditions de course**

o Pour les courses fonctionnant avec des zones de contrôles imposées,

celles-ci seront délimitées par deux lignes au sol, distantes de 25 à 50

mètres, en dehors des points de ravitaillement avec une signalisation

de début et de fin de zone.

o Une table de contrôle ou un contrôle du matériel à l'entrée de la zone

de départ est obligatoire.

*Concurrent :*

o *Les membres d’une même équipe doivent obligatoirement traverser la*

*zone de contrôle côte à côte.*

o *Le port du casque est obligatoire pour tous les concurrents sur*

*l’intégralité du parcours.*

o *Les concurrents porteront en permanence leur dossard (devant).*

o *Un seul concurrent est autorisé sur le vélo. Le vélo doit effectuer la*

*totalité du parcours.*

o *Pour qu’une équipe soit classée, la ligne d’arrivée doit être franchie par*

*les équipiers et le vélo.*

o *Le temps du dernier concurrent de l’équipe à passer la ligne d’arrivée*

*servira de référence au classement.*