

Pour la seconde édition du Run & Bike de Vauzelles, venez goûter au plaisir de l'enchaînement en couple ou entre amis sur un circuit nature.

L'ASAV Triathlon souhaite organiser une compétition sous le signe de la convivialité, du fairplay et de l'écocitoyenneté. Nous évoluerons dans un milieu naturel et sauvage que nous laisserons aussi propre que nous l'avons trouvé. Alors aucun déchet sur le parcours!!!

Programme :

- ◇ Course Open découverte _____ Départ 13H00(*) Voir ci-dessous (limitée à 40 équipes)
- ◇ Course poussin (Vétathlon) _____ Départ 14H (limitée à 40 équipes)
- ◇ Course benjamin/minime (Vétathlon) _____ Départ 14H15
- ◇ Course open nature _____ Départ 15H
- ◇ Récompenses _____ 17H

(*) Si le nombre de participants n'est pas jugé suffisant nous donnons la possibilité de regrouper les 2 courses avec un départ commun à 15H.

Catégories	Années d'âges	Distances	Boucles
Poussins pupilles	De 2001 à 2004	400 / 1000 / 400 (m)	Non communiqué
Benjamins minimes	De 1997 à 2000	1000 / 1 boucle / 400 (m)	Non communiqué
Cadets juniors	De 1993 à 1996	7 Km	2
Seniors	A partir de 1992	14 Km	4

Circuits sur herbe, stabilisé et sous-bois sans grosses difficultés, si ce n'est la boue en cas de mauvais temps.

Réglementation :

L'association est couverte par une assurance, mais décline toutes responsabilités pour les accidents physiologiques immédiats ou futurs. De plus, elle ne pourra être reconnue responsable en cas de vols ou dégradations.

Règlement Run & Bike:

Le RUN & BIKE du 25 mars 2012 est une épreuve qui se déroule par équipe de deux concurrents. Ils doivent parcourir une distance donnée suivant la catégorie et disposent d'un seul VTT pour deux. (L'un court pendant que l'autre pédale, Interdiction de monter à deux sur le VTT.). **Le port du casque est obligatoire** durant toute l'épreuve.

Les équipiers doivent être ensemble dans la zone de rassemblement située 100m avant de franchir la ligne d'arrivée ainsi qu'au passage de **chaque** tour.

Course open découverte ouverte aux séniors non licenciés uniquement, aux cadets et aux juniors licenciés ou non.

Course open nature ouverte aux séniors licenciés ou non.

Règlement Vétathlon :

Cette épreuve se déroule en solo et est réservée aux enfants nés entre 1996 et 2001. Selon leur catégorie, ils devront parcourir un circuit en effectuant une partie en course à pied suivie d'une partie en VTT et enfin une dernière partie en course à pied. Les enfants devront respecter la zone de transition et **le port du casque est obligatoire**.

Récompenses :

Les récompenses seront remises sur le lieu de la manifestation pour toutes les courses. Les vétathlons auront leurs récompenses à l'arrivée et un tirage au sort sera effectué pour les courses Open découverte et Open nature. *Présence obligatoire lors du tirage au sort !*

Lieu :

Le Run & Bike se déroulera sur la commune de Varennes-Vauzelles au lieu dit « La Fontaine Cavalier ». Accès facile par l'A77 sortie n°33 Varennes-Vauzelles, suivre direction Pignelin au rond point en sortant de l'autoroute.

Pour faciliter l'accès, une signalétique sera mise en place. Vous pourrez télécharger le plan d'accès sur triathlonasav.free.fr



Inscriptions :

Inscription possible sur place le jour de l'épreuve de 11h30 à 14h30 sur présentation d'un certificat médical ou licence sportive agréée. **Attention :** Epreuves adultes limitées à **100** équipes !!

Date limite d'inscription : le 22 mars 2012. Tee shirt offerts aux premiers inscrits.

Pièces à joindre :

Les licenciés FFTRI, FFC et FFA devront fournir une photocopie de leur licence en cours de validité.

Les non licenciés devront joindre impérativement une copie du certificat médical de non contre indication à la pratique du Run & Bike en compétition datant de moins d'un an.

Droit d'inscription :

*équipe jeune (cadets/juniors) : 4 euros par équipe

*équipe adulte : 10 euros pour Open Nature et 8 euros pour Open découverte par équipe

*gratuit pour le vétathlon jeunes

Chèques à l'ordre de : ASAV Triathlon

Envoyer votre bulletin à : ASAV Triathlon Centre nautique l'Ilot Corail Place Paul Langevin 58640 Varennes-Vauzelles ou à asavtriathlon@gmail.com

BULLETIN D'INSCRIPTION Run & Bike de Vauzelles

Epreuves :

Vétathlon (poussins, benjamins et minimes) Run & Bike open découverte (7km)

Run & Bike open nature (14km)

NOM : Prénom : n°licence FFTRI :

Sexe : né(e) en :

NOM : Prénom : n°licence FFTRI :

Sexe : né(e) en :

Emails :

Adresses postales :

Club :

Certifie avoir pris connaissance du règlement Signatures des participants :

Autorisation parentale pour les mineurs participants :

Je soussigné (e).....autorise mon enfant.....

à participer à l'épreuve sportive de sa catégorie.

Je reconnais avoir pris connaissance et accepté le règlement de l'épreuve.

Signature obligatoire.....

LE MATERIEL ELECTRIQUE
sdme
 notre énergie, c'est vous

Éclairage - Chauffage - Climatisation
 Energies renouvelables
 Courants faibles - Produits industrie

Rue Jacques Duclos - 58640 Varennes Vauzelles - Tél : 03 86 71 03 08
<http://sdme.sonepar.fr>

CA
CENTRE LOIRE
 Le bon sens a de l'avenir

taneo

DECATHLON

MAILLOT- DISTRIBUTION
 ZI - 58640 VARENNES VAUZELLES
 Tél : 03 86 38 23 98
maillot.distribution@wanadoo.fr

LA FONTAINE CAVALIER RESTAURANT

Éric NOBECOURT

Domaine Jeunot
 58130 URZY
 Tél. 03 86 57 41 71

Email : contact@fontaine-cavalier.com
www.fontaine-cavalier.com

RESTAURANT & CHAMBRES D'HÔTES

Cave du Bengy

Vins fins Français et étrangers
 Vins issus de l'agriculture biologique
 Bag-in-box - Vins en vracs
 Champagnes - Whiskies

8, route de Paris
 58640 VARENNES-VAUZELLES
 03 86 38 08 29
cavedubengy@orange.fr

Ouvert du mardi au samedi
 De 9 h à 12 h & de 14 h 30 à 19 h

FULCRUM

Varennes Vauzelles
 Ville de Varennes-Vauzelles
 Département de la Nièvre

AGENCE YANN TRIGOUST

15, rue Jacques Duclos - Z.I. du Champ Mâle
 58640 VARENNES-VAUZELLES
 Tél. : 03 86 38 01 30

Christol Fleurs
 Créations Florales

53 av de Paris
 58320 POGUES-LES-EAUX
 Tél : 03 58 80 66 30

BOURGOGNE MOTO
 CONCESSIONNAIRE

aprilia GIERA
 PIAGGIO Vespa

17 RUE GAY LUSSAC
 58640 VARENNES-VAUZELLES
 TEL : 03 86 57 72 41 FAX : 03 86 90 97 79

COIFFURE ISABELLE

15 Place De La République
 58640 VARENNES-VAUZELLES
 Tél 03 86 57 00 72 V VAUZELLES

35 Rue Maurice Lucas
 18600 SANCOINS
 Tél : 03 48 74 60 09 SANCOINS

LOOK

Kyriad HOTEL

ROUE LIBRE NEVERS

Triathlon
ASA V

2^E RUN AND BIKE DE VAUZELLES

Dimanche 25 mars 2012

Bulletin d'inscription

Tee shirt offerts aux premières équipes engagées et tirage au sort à l'issue de la compétition!!

Chantelat
 Produits Pétroliers

Tél : 02 48 76 50 84
 L'énergie est notre avenir, économisons là !

RIFFAULT S.A.S

Z.A. Le Champ Mâle - Rue Gay Lussac
 58640 VARENNES-VAUZELLES
 Tél. 03 86 38 01 55 - Fax 03 86 38 20 93
 E-mail : baches.riffault@wanadoo.fr

MOTO EXPERT
 L'ACCESSOIRE EST ESSENTIEL

MOTO EXPERT NEVERS
 17 RUE GAY LUSSAC
 58640 VARENNES-VAUZELLES
 Tél. 03 86 90 97 77
 Fax 03 86 90 97 79
www.motoexpert.fr

OUVERTURES :
 Lun - 14h00-19h00
 Mar - 09h00-19h00
 Mer - 12h00-19h00
 Jeu - 14h00-19h00

"LA LYCÉENNE"
 Ecole de conduite
 AUTO - MOTO - CYCLO
 Tél. : 03 86 61 33 47

MEUBLES DAYEZ

77 Ter Boulevard du Maréchal Juin 58000 Nevers