

Saint Nicolas de la Grave



ufalep
TOUS LES SPORTS AUTREMENT
Occitanie Pyrénées - Méditerranée



REGIONAL OCCITANIE CYCLO-CROSS

15 Janvier 2023



**Bases de Loisirs
Du Tarn et de la Garonne**

REGLEMENT DEL'EPREUVE

Le championnat Régional UFOLEP Occitanie de cyclo-cross 2023 se déroulera le dimanche 15 janvier sur la commune de SAINT-NICOLAS-DE-LA-GRAVE. Cette manifestation sera organisée par l'ALVA CYCLOSPORT, à la BASE DE LOISIRS DU TARN ET DE LA GARONNE, 2466 avenue du plan d'eau, 82210 Saint-Nicolas de la Grave.

Le Championnat Régional UFOLEP Occitanie sera couru sous les règlements régionaux et nationaux UFOLEP afférents au cyclo-cross.

Pour participer au Championnat Régional UFOLEP Occitanie de cyclo-cross, il faudra :

- Être titulaire d'une licence UFOLEP de l'année 2022 - 2023 et d'un carton cyclo-cross validé au moins 8 jours avant le Départemental.
- Avoir participé à un Départemental ou une course support Départemental.

CATEGORIES :

- **Jeunes masculins et féminines 10 ans et moins (hors championnat)**
- **Jeunes masculins et féminines 11/12 ans**
- **Jeunes masculins et féminines 13/14 ans**
- **Jeunes masculins et féminines 15/16 ans**
- **Adultes féminines 17/29 ans**
- **Adultes féminines 30/39 ans**
- **Adultes féminines 40/49 ans**
- **Adultes féminines 50 ans et plus**
- **Jeunes masculins 17/19 ans**
- **Adultes masculins 20/29 ans**
- **Adultes masculins 30/39 ans**
- **Adultes masculins 40/49 ans**
- **Adultes masculins 50/59 ans**
- **Adultes masculins 60 ans et plus**

DISTANCES : (temps)

CIRCUIT N° 3

- Jeunes Masculins/Féminines 6/8 ans :
7min (parcours aménagé pour cette catégorie) 0.8km.
1 tour à effectuer.
- Jeunes Masculins/Féminines 9/10 ans :
10min (parcours aménagé pour cette catégorie) 1.0km.
1 tour à effectuer.

CIRCUIT N° 2, de 1.4kms

- Jeunes Masculins/Féminines 11/12 ans :
15min maxi de course
- Jeunes Masculins/Féminines 13/14 ans :
20min
Le nombre de tours sera annoncé par les commissaires après 10min de course.

CIRCUIT N°3, de 2.75kms

- Jeunes Masculins/féminines 15/16 ans :
- Adultes Féminines :
30min
Le nombre de tours sera annoncé par les commissaires après 15min de course.
- Jeunes Masculins 17/19 ans :
- Adultes Masculins 60 ans et plus :
40min
Le nombre de tours sera annoncé par les commissaires après 20min de course.
- Adultes Masculins 20 à 59 ans :
50min
Le nombre de tours sera annoncé par les commissaires après 25min de course.

TENUE :

Le port du casque à coque rigide est obligatoire pour toutes les catégories.
Le port du maillot de club est obligatoire pour tous les licenciés pendant l'épreuve et sur les podiums.

MATERIEL :

Seront acceptés tous vélos de Cyclo-cross et VTT de taille entre 26, 27,5 et 29 Pouces (les 20 & 24 pouces seront acceptés pour les jeunes) en bon état et suivant le respect des normes de sécurité.

- Extrémité du guidon bouchée
- Protection des parties saillantes
- Extrémité des câbles protégée
- Largeur du cintre inférieure à 50cm
- Section des pneus égale à 33mm maximum.

Le règlement UFOLEP en vigueur sera appliqué.

Le changement de roue est libre sur la totalité du circuit, le changement de vélo ne peut-être effectué que dans la zone technique qui sera matérialisée.

Il est formellement interdit de faire demi-tour pour accéder à la zone de dépannage.

Les oreillettes sont interdites

ACCUEIL, REMISE SES DOSSIERS :

L'accueil des participants et des accompagnateurs se fera dans le hall de la piscine de la base de loisirs du Tarn et de la Garonne. (Plan d'accès ci-dessous)

Les dossards, plaques de guidon et transpondeurs seront à retirer par chaque participant contre la remise de la licence 2022-2023.

La restitution des licences se fera à la fin des épreuves contre la remise des dossards, plaques de guidon et transpondeurs.

En l'absence de licence (dématérialisée) à la prise du dossard, un chèque de caution de 50 euros sera exigé. Il sera rendu à la fin de l'épreuve du concurrent contre le dossard, la plaque de guidon et le transpondeur.

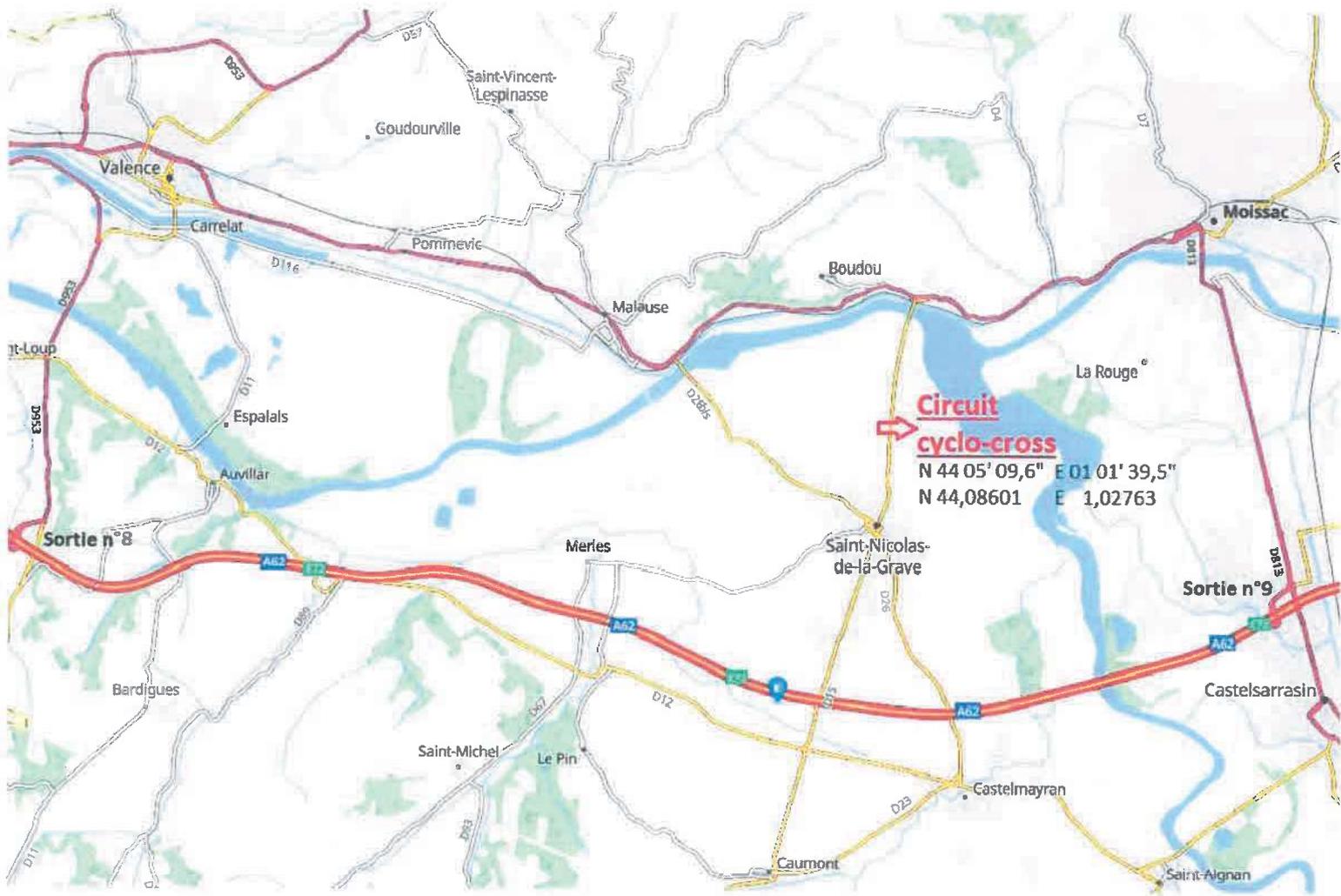
ENGAGEMENT :

Les droits d'inscriptions suivants la réglementation Régionale, sont :

Catégories jeunes M / F (cadets inclus) = 4 euros

Catégories adultes M / F = 8 euros

Les engagements se feront par catégorie d'âge à l'avance par club en remplissant et en renvoyant la fiche d'inscription fournie dans le dossier avec le règlement avant le dimanche 8 janvier 2023. Aucun engagement ne sera pris sur place, ni après cette date.





lavage vélo
WC touchés
Accueil dossards

Remise protocolaire
Restauration
Hébergement

Parking
voitures

Entrée site

Entrée

Aire
Camping-car

Programme de la journée :

9h00 Accueil des participants pour remise des dossards, des plaques de guidon et des transpondeurs.

10h00 : Initiation Jeunes M/F 6/8 ans

10h15 : Initiation Jeunes M/F 9/10 ans

11h00 : Départ Jeunes M/F 13/14 ans

11h01 : Départ Jeunes M/F 11/12 ans

12h00 : Départ Jeunes M/F 15/16 ans

12h01 : Départ Féminines toutes catégories

13h00: Départ 17/19 ans

13h01 : Départ M 40/49 ans

14h00 : Départ M 20/29 ans

14h01 : Départ M 50/59 ans

15h00 : Départ M 30/39 ans

15h01: Départ M 60 ans et plus

Appel des coureurs 15 minutes avant le départ.

DEROULEMENT DES EPREUVES :

Les engagés doivent se présenter à l'appel ¼ heure avant l'heure de départ. Tout engagé absent au moment de l'appel de son nom sera placé sur la dernière ligne. **Il est formellement interdit de s'entraîner sur le circuit pendant le déroulement des épreuves.**

Après la ligne d'arrivée franchie, il est interdit de repasser la ligne à contre sens. En cas de problème technique, l'assistance ne pourra être effectuée que dans la zone définie à cet effet.

RECOMPENSES :

Les protocoles seront effectués à partir de 16h15 à la salle de remise protocolaire. Tout participant montant sur le podium, doit avoir le maillot de son club. Toute autre tenue comme veste de survêtement ou polo avec le logo du club, se verra refusé le podium. Par contre, le port d'une casquette ou d'un bonnet est interdit.

Catégories Adultes Féminines de 17 à 60ans et plus, le titre sera attribué quel que soit le nombre de participantes au départ.

Catégories Jeunes Féminines/Jeunes Masculins 11/12ans, 13/14 ans et 15/16 ans, le titre sera attribué quel que soit le nombre de participants au départ.

Au 1er : 1 maillot de Champion d'Occitanie, 1 trophée, 1bouquet, 1 lot

Au 2ème : 1 trophée, 1 lot

Au 3ème : 1 trophée, 1 lot

SECURITE :

Le circuit du Championnat Régional d'Occitanie se tient sur un terrain entièrement fermé à la circulation.

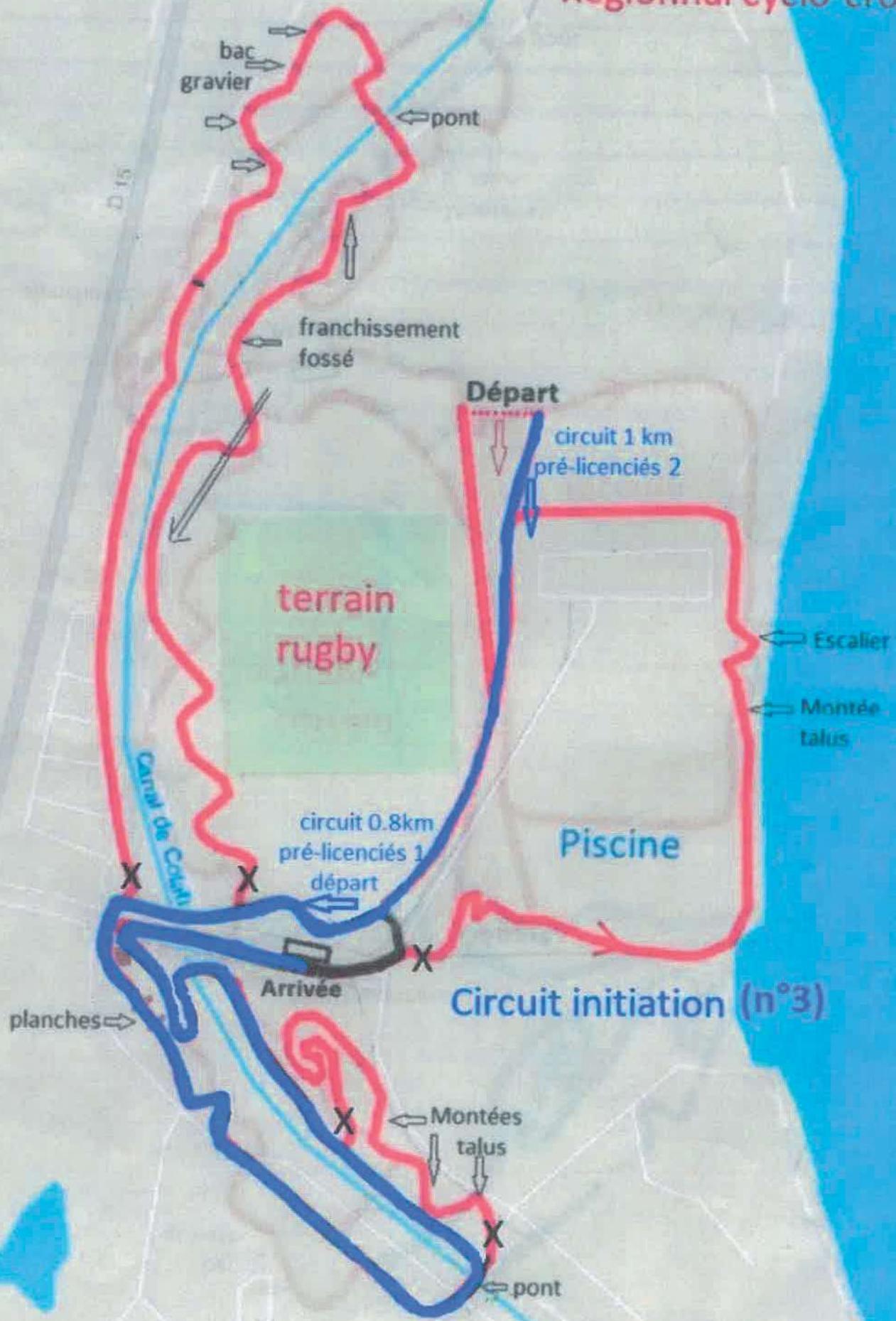
2 pompiers/secouristes (bénévoles) seront à disposition à la tente accueil à côté du podium d'arrivée.

Renseignements :

Mr Gérard Bongiovanni: 06 75 24 85 69 bongiovanni.gerard@orange.fr

Mr Alain Guizard : 06 42 74 76 47 alain.guizard@gmail.com

Régional cyclo-cross



bac gravier

pont

franchissement fossé

terrain rugby

Départ

circuit 1 km pré-licenciés 2

Escalier

Montée talus

Piscine

circuit 0.8km pré-licenciés 1 départ

Circuit initiation (n°3)

Arrivée

planches

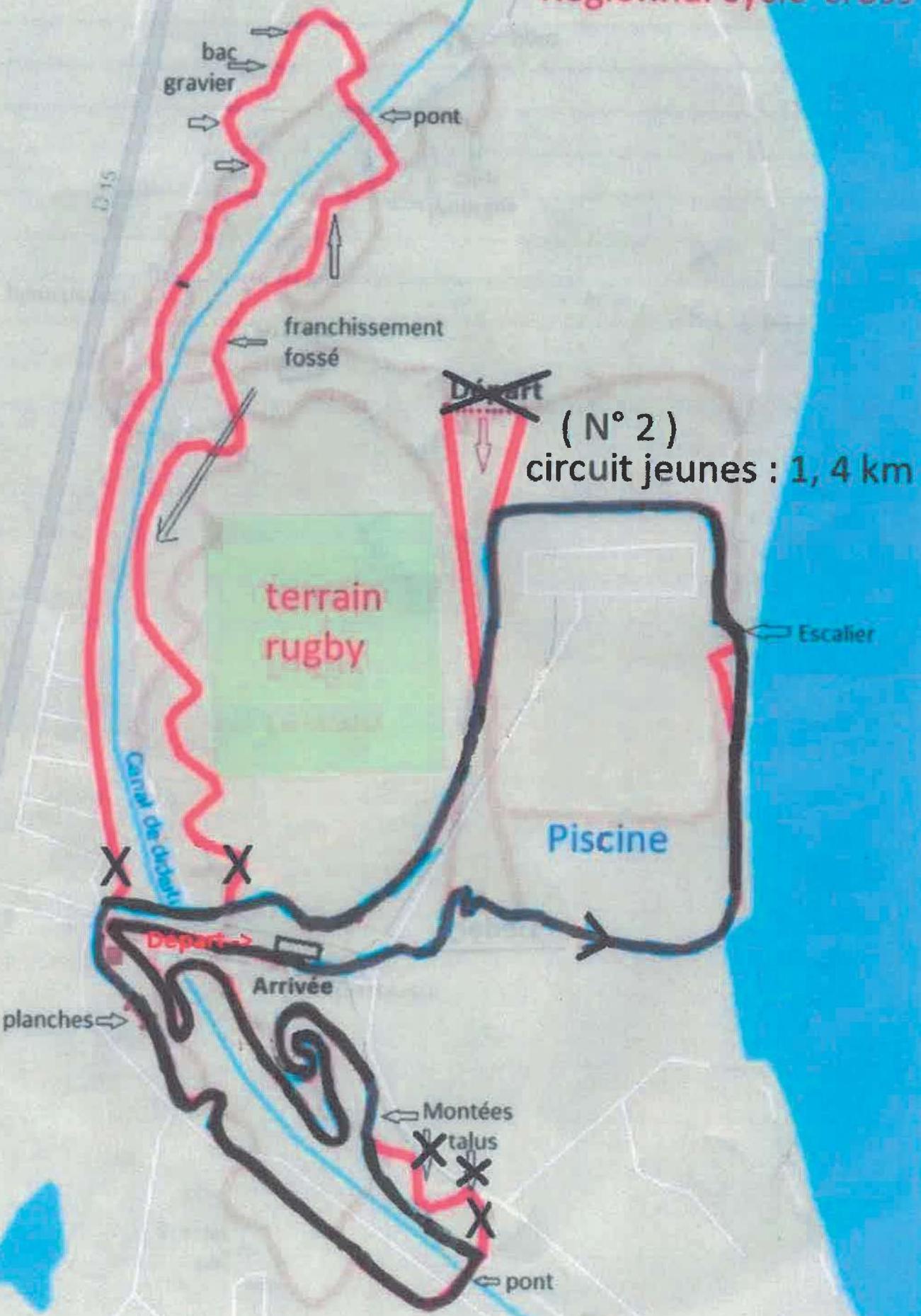
Montées talus

pont

D.15

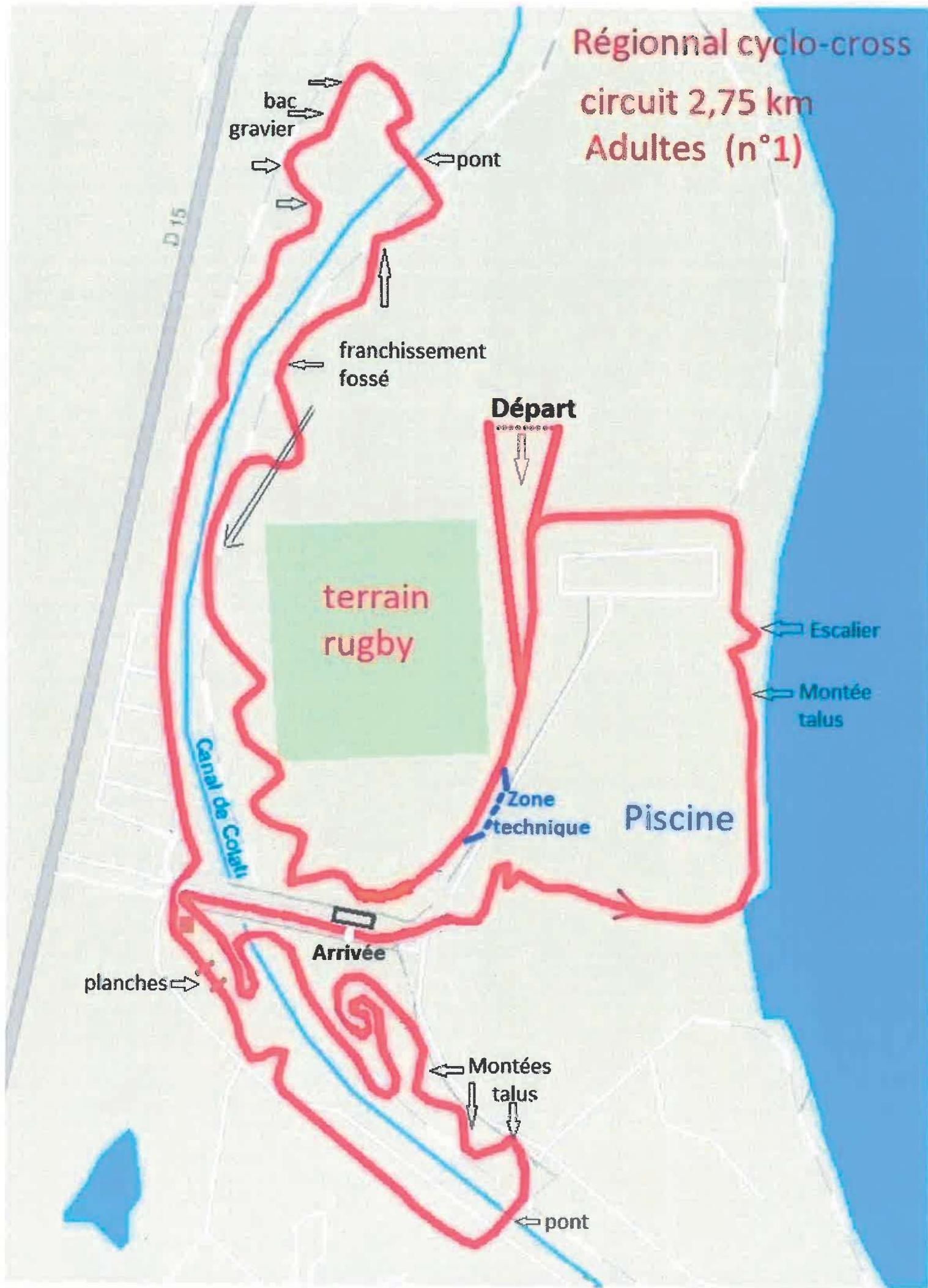
Circuit de Course

Régionnal cyclo-cross



(N° 2)
circuit jeunes : 1,4 km

Régionnal cyclo-cross
circuit 2,75 km
Adultes (n°1)



Dans le cadre du championnat,
Hébergement sur place à la base de loisirs
du Tarn et de la Garonne :

(Pension complète-demi pension)

Pour tous renseignements et réservation

(Attention fermeture de la base du 24/12 au 01/01/2023 inclus)

TEL 06 63 95 50 00

Restauration sur place :

Repas du samedi soir à 19h,

15 euros

Repas du dimanche de 10h à 12h (sportif
ou pas) 15 euros

Uniquement sur réservation (idem ci-dessus)

Sur place, une aire de camping car park est à votre disposition.

FEUILLE D'ENGAGEMENTS

Club.....

Nom du responsable.....

Coordonnées téléphonique.....

Adresse Mail.....

	Nom / Prénom	N° licence	Catégorie d'âge	participation au Départ.	Champion Départ.	Champion Rég. Sortant	engagement	
							4 euros	8 euros
1								
2								
3								
4								
5								
9								
7								
8								
9								
10								

TOTAL

Engagements à renvoyer AVANT LE 8 JANVIER, date de la poste faisant foi, avec le
Règlement par chèque à l'ordre de ALVA CYCLOSPORT, à l'adresse suivante :

GÉRARD BONGIOVANNI
623 route de Cignac
82400 SAINT-CLAIR

**GROUPE
SPORTIFS**

**UNE STRUCTURE D'ENTRAÎNEMENT
IDÉALE !!!**

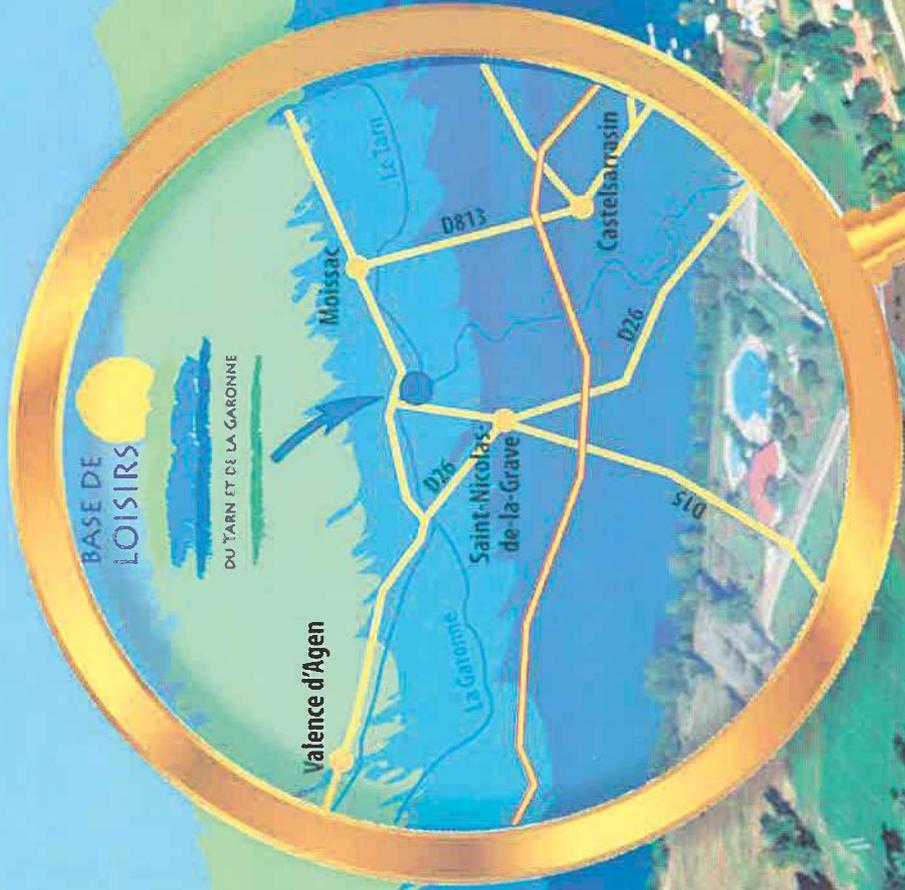
**BASE DE LOISIRS
DU TARN ET DE LA GARONNE**

FÉDÉRER

SE DÉPASSER



www.loisirs82.fr
BaseLoisirsTarnetGaronne **f**



2466, avenue du Plan d'Eau • 82210 SAINT-NICOLAS-DE-LA-GRAVE
Tél. 05 63 95 50 00 • contact@basedeloisirs82.com