

# **CHAMPIONNAT REGIONAL CYCLOCROSS UFOLEP**

.....

**11 JANVIER 2026**



## **LONGAGES**

**ORGANISE PAR LA COMMISSION CYCLOSPORT 31**

# Préambule

C'est avec un immense plaisir que la Commission Cyclosport Ufolep 31 vous accueillera ce Dimanche 11 Janvier sur le circuit de cyclocross de Longages, Lac de la Linde, Chemin du Lançon.

Nous avons souhaité nous investir dans l'organisation de cyclocross afin de dynamiser cette discipline après avoir relancé l'activité route.

Quoi de mieux que l'organisation du régional de cyclocross pour permettre de dynamiser cette discipline?

Nous remercions l'Ufolep 31 de nous suivre et nous soutenir dans nos idées, le Villeneuve Cycliste qui nous permet d'utiliser le circuit pour vous accueillir et les membres de la commission cyclosport 31 qui oeuvrent tout au long de la saison pour vous proposer des compétitions de qualité.

Nous espérons que les compétiteurs apprécieront ce circuit et l'organisation dans son ensemble.

Nous vous souhaitons à tous une belle journée parmi nous.

La commission cyclosport Ufolep 31.

# Reglement de l'épreuve

*Le Championnat régional de Cyclocross se déroulera le Dimanche 11 Janvier 2026 sur le circuit de Longages, Lac de la Linde, Chemin du Lançon.*

*L'épreuve sera organisée par la Commission Cyclosport Ufolep 31.*

*L'épreuve sera soumise aux règlements régionaux et nationaux Ufolep.*

*Elle sera réservée aux coureurs détenteurs d'une licence Ufolep à jour ainsi qu'une carte de catégorie de cyclocross valide.*

*Les coureurs devront avoir participé à une épreuve qualificative au préalable.*

## **Les catégories:**

*Jeunes masculins et féminines 11/12 ans*

*Jeunes masculins et féminines 13/14 ans*

*Jeunes masculins et féminines 15/16 ans*

*Jeunes masculins et féminines 17/19 ans*

*Adultes féminines 20/29 ans*

*Adultes féminines 30/39 ans*

*Adultes féminines 40/49 ans*

*Adultes féminines 50 ans et +*

*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 +*

# Engagements

Les engagements et paiements seront réalisés sur le site national Ufolep.

- Ils devront être réalisés collectivement et par le club.
- Les engagements se font par catégorie d'âge.
- La date limite d'engagement est fixée au 7 Janvier 2026.

## Temps de course

Le circuit développera une distance de 1800m.

Les temps de course seront:

Jeunes masculins et féminines 11/12 ans : 15 min de course

Jeunes masculins et féminines 13/14 ans: 20 min de course

Jeunes masculins et féminines 15/16 ans: 30 min de course

Jeunes masculins et féminines 17/19 ans et Masculins 60 ans et + : 40 min de course

Adultes masculins 20/29 ans à 50/59 ans : 50 min de course

Adultes féminines 17/29 ans à 50 ans et + : 30 min de course

# **Tenue**

Le port du casque à coque rigide est obligatoire pour toutes les catégories

Le port du maillot du club d'appartenance est obligatoire pour tous les licenciés pendant les épreuves et sur les podiums

# **Matériel**

Tous les participants avec vélos de cyclocross et VTT de taille 26", 27,5" et 29" seront acceptés.

Les vélos devront être en bon état et respecter les règles suivantes:

- Extrémité du guidon bouchées
- Protection des parties saillantes
- Extrémité des câbles protégées
- Largeur du cintre inférieur à 50cm

Le règlement Ufolep en vigueur sera appliqué.

Le changement de roue est libre sur la totalité du circuit.

Le changement de vélo devra se faire OBLIGATOIREMENT dans la zone technique.

Il est formellement interdit de faire demi tour pour se rendre à la zone technique.

Les oreillettes sont interdites.

# **Sécurité**

L'épreuve se déroulera sur un circuit privé et entièrement fermé à la circulation.

Une zone de secours sera présente sur le circuit.

# Récompenses

Les protocoles seront effectués à partir de 16h30

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 l'accès au podium.

Catégorie adultes féminines de 17 à 60 ans et +, Jeunes masculins et féminines 11/12 ans et 13/14 ans et 15/16 ans, le titre sera attribué quel que soit le nombre de participants au départ.

## Recompenses:

1er: Maillot Champion d'Occitanie, 1 lot, 1 bouquet

2eme: 1 lot

3eme: 1 lot

# Programme

**9h00:** Accueil des participants et remise des dossards et transpondeurs

**10h30:** Jeunes masculins et féminines 13/14 ans

**10h31:** Jeunes masculins et féminines 11/12 ans

**11h30:** Jeunes masculins et féminines 15/16 ans

**11h31:** Jeunes féminines 17/19 ans

**11h31:** Adultes féminines 20/29 ans

**11h31:** Adultes féminines 30/39 ans

**11h31:** Adultes féminines 40/49 ans

**11h31:** Adultes féminines 50 ans et +

**13h00:** Jeunes masculins 17/19 ans

**13h01:** Adultes masculins 40/49 ans

**14h00:** Adultes masculins 20/29 ans

**14h01:** Adultes masculins 50/59 ans

**15h00:** Adultes masculins 30/39 ans

**15h01:** Adultes masculins 60 ans et +

L'appel des coureurs s'effectuera 15min avant le départ.

# Plan du site

Le circuit est idéalement situé en face du Lac de la Linde, Chemin du Lançon à Longages

Un grand parking est disponible au lac, avec une passerelle qui vous mène au circuit.

Le circuit fait 1,8kms et 19m de d+. Un départ en légère montée bitumée sur 200m avant d'entrer dans le sous bois pour réaliser les différentes difficultés que le parcours propose. Lors du retour vers la ligne d'arrivée, le long du chemin du Lançon 2 planches à sauter seront installées. Le poste de dépannage sera situé à proximité de la ligne d'arrivée. Une partie asphaltée sera à nouveau empruntée après avoir passé un escalier en montée.



L'accès au site se fait par l'autoroute A64, sortie 28 depuis Toulouse, suivre Longages. Traverser le centre de Longages et suivre Carbonne apres avoir traversé le village de Longages.

Depuis Tarbes, prendre la sortie 27, passer sur l'autoroute et prendre direction Longages. Vous arriverez directement sur le circuit.

# Restauration sur place

Sur place, vous aurez la possibilité de vous restaurer.

En effet, nous avons prévu un stand de vente de sandwich saucisse, ventreche, frites, boissons, café.

Vous trouverez toutes les infos sur place au stand de la restauration.

