

## **Règlement de base du « run and bike » du M'Raid**

**Ce règlement vient se rajouter à celui déjà en vigueur pour le M'Raid.  
Il ne le remplace pas mais le complète.**

**Le choix de la modification du parcours VTT en « run and bike » fait suite aux évènements en cours sur le territoire, le parcours a été raccourci et déplacé pour la sécurité des coureurs.**

1 - Matériel obligatoire : Voir matériel obligatoire pour VTT. Mais on retiendra :

**Le port du casque à coque rigide (jugulaire fermée) est obligatoire durant toute l'épreuve pour chaque équipier.**

2 - Priorité aux voitures et non aux coureurs ou cycliste. On appliquera le code de la route.

3 - Si le coureur a la possibilité d'être sur le trottoir il devra l'utiliser comme un piéton.

4 - Le coureur doit toujours rester avec le cycliste. Les équipiers ne devront jamais se trouver à plus de 20 m l'un de l'autre (sauf impératif de sécurité).

**5 - Les changements de relais pourront se faire aux choix des coureurs. Lors de ces relais, le vtt servira de témoin et ne pourra en aucun cas être déposé par terre.** La dépose du vélo loin devant par le cycliste pour prendre de l'avance en courant est donc interdite sous peine de sanction. Cela pour des raisons de sécurité.

**6 - Interdiction de monter à deux simultanément sur le VTT.**

7 - Le dossard doit être porté par chaque concurrent pendant toute la durée de l'épreuve. Il est interdit aux concurrents de recevoir une aide extérieure sous peine de disqualification.

Les concurrents acceptent en toute circonstance de se soumettre aux décisions des arbitres, celles-ci sont sans appel.

8 - Lorsqu'une équipe abandonne, elle doit en informer au plus vite l'organisation.

9 - Les VTT à assistance électrique (VAE) sont interdits.

10 - En cas de besoin, les équipes sont obligées de se porter mutuellement secours dans la limite de leur possibilité. La notion de solidarité dépasse la notion d'équipe et transcende la notion de course.

11 - Respect de l'environnement. Interdiction formelle de jeter des déchets hors des zones prévues à cet effet et d'abandonner du matériel.

12 - Il n'est pas autorisé de recevoir une assistance extérieure à l'organisation durant la course (ravitaillement, vêtements ...).

**13 - Les participants sont censés connaître et suivre scrupuleusement le règlement. Ils s'y engagent lors de l'inscription.**

14 - Les deux équipiers doivent franchir la ligne d'arrivée ensemble. Le temps de course sera pris au passage du coureur à pied sur cette ligne.

**15 - Les vélos seront récupérés sur la place « sicotram » de Chiconi et seront soigneusement déposés sur le site du Pôle d'Excellence Rural de Coconi.**