

A adresser à:  
**Me Anne Le Mestre**  
 Kerchopine - 56620 Cléguer  
 Tél.: 06.73.70.01.34

	1 <sup>er</sup> COUREUR	2 <sup>ème</sup> COUREUR
NOM		
PRENOM		
DATE DE NAISSANCE		
TELEPHONE		
CLUB OU VILLE		
SEXE	H - F	H - F
CATEGORIE	Pouss - Pup - Benj - Min - Cad - Jun - Sen - Vet	Pouss - Pup - Benj - Min - Cad - Jun - Sen - Vet
AUTORISATION PARENTALE POUR LES MINEURS	Je soussigné(e) Mr, Me père, mère certifie avoir lu le règlement et autorise mon enfant à participer au Run & Bike des Ecureuils de Plouay le 19 janvier 2014 Signature:	Je soussigné(e) Mr, Me père, mère certifie avoir lu le règlement et autorise mon enfant à participer au Run & Bike des Ecureuils de Plouay le 19 janvier 2014 Signature:

**Engagements**

10€ par coureur

Chèque à l'ordre de Plouay Triathlon

Epreuves avenir gratuites

<http://triathlonplouay.free.fr/>

**REGLEMENT DE L'EPREUVE**

**Circuit de 18km**

- \* 6 boucles de 3 km pour les équipes masculines
- \* 4 boucles de 3 km pour les minimes, cadet(te)s, femmes et équipes mixtes
- \* 1 boucle de 3 km pour les poussins, pupilles, benjamin(e)s: relais tous les 750 m

**Relais obligatoire VTT** avec le coureur à pied

**Départ décalé** avec les VTT

**Casque obligatoire**, jugulaire serrée, se passe à chaque relais de la main à la main

L'organisation ne fournit pas les VTT

**ASSURANCE**

Epreuve agréée F.F.TRI.

<http://triathlonplouay.free.fr/>

DIMANCHE

19

JANVIER 2014

**RUN**

AND

**BIKE** Triathlon Ecureuils Plouay



**DES ECUREUILS DE PLOUAY**

**RUN AND BIKE (VTT et course à pied) sur**

**3 km** : pour poussins, pupilles, benjamin(e)s

**18 km** (6 tours) : pour les équipes masculines

**12 km** (4 tours) : pour minimes, cadet(te)s, femmes et équipes mixtes

DEPART 13H30  
DEPART 15H00

**DANS LE PARC DU CHATEAU DE MANEHOARN A PLOUAY**

**ACCES GRATUIT POUR LES SPECTATEURS**

Renseignements: <http://triathlonplouay.free.fr/>

Certificat médical de moins de 6 mois

pour les non licenciés F.F.TRI. (pratique en compétition du bike & run)



**CHRONOLOGIE DE L'EPREUVE**

- Accueil des concurrents à partir de 12h00
- 13h30 départ des enfants poussins, pupilles, benjamin(e)s
- Briefing: 14h30
- Départ des coureurs à pied: 14h55
- Départ VTT: 15h00
- Le VTT prend son coureur à pied lorsqu'il passe devant lui
- Fermeture de la course: 17h00

Pot offert aux participants à l'issue des épreuves

<http://triathlonplouay.free.fr/>