

## BULLETIN D'ENGAGEMENT

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 22/01/ 2012 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 22/01/ 2012 Signature:

### Engagements

9€ par coureur  
Chèque à l'ordre des Ecureuils de Plouay-Triathlon  
Epreuves avenir gratuites

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

DIMANCHE  
**22**  
JANVIER 2012

# 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 MANEHOUARNE  
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)

**LOY** BOIS  
CHARPENTE MENUISERIE OSSATURE

  
Carrefour  
market

CULTURE  
**velo**  
LORIENT

---

## 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/>

---

## 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/>