

« Entraînement Dirigé » CLM par équipe

INZINZAC-LOCHRIST, dimanche 18 AVRIL 2021

LE REGLEMENT GENERAL

- 1) Cet **entraînement dirigé** est proposé par les associations « Fan Club Warren BARGUIL » et « l'Avenir Cycliste Lanester 56 Formation » le dimanche 18 Avril 2021 à INZINZAC LOCHRIST, **ce n'est pas une compétition officielle**, mais il se déroule toutefois sous l'égide de la Fédération Française de Cyclisme, avec le soutien du Comité de Bretagne de Cyclisme, du Comité départemental du Morbihan de Cyclisme, avec l'accord de la Mairie d'Inzinzac-Lochrist, de la Préfecture du Morbihan.
- 2) Cette pratique sportive encadrée se déroule dans l'espace public, sans contact, pour mineur-e-s de 16 et 17 ans et les majeurs (féminines et hommes), et **sans dérogation au couvre-feu de 19 heures à 6 heures**. Les participant-e-s s'engagent à respecter les décisions sanitaires du Ministère des Sports, par la voix de sa Ministre, et donc de la FFC.
- 3) **Le port du masque est obligatoire** sur l'ensemble du parcours, hors coureur-e-s (durant la séance), et ceci par arrêté municipal.
- 4) Les infractions individuelles constatées quant au respect des règles sanitaires, entraîneront l'exclusion immédiate du coureur.
- 5) Les infractions constatées quant au respect des règles sanitaires par l'encadrement du club entraîneront l'exclusion immédiate de toute l'équipe.
- 6) Cet entraînement dirigé est **uniquement réservé aux licencié-e-s FFC 2021**, juniors et seniors (pour les femmes) et cadets, juniors et seniors (pour les hommes).
- 7) Les coureur-e-s qui participent à la séance s'engagent à respecter le code de la route et l'intégralité des règlements de la Fédération Française de Cyclisme. Les organisateurs ne pourront pas être tenus responsables des incidents et/ou accidents qui pourraient survenir avant, pendant ou à la suite du CLM. Sur le circuit, les équipes devront respecter le code de la route et rouler à droite de la chaussée. Tous les carrefours et intersections seront protégés par des signaleurs.
- 8) Cet entraînement dirigé prendra la forme d'un CLM par équipe de quatre coureur-e-s. L'encadrement de l'équipe est assuré par un maximum de deux personnes, ce qui porte la « bulle équipe » à un **maximum de six personnes**.
- 9) Chaque club participant s'engage à fournir un bénévole à l'organisation. Les coordonnées (nom, prénom, n° de téléphone) devront être communiquées (par mail : contact@aclanester56.com) aux organisateurs, avant le 12 avril 2021. La personne devra se présenter à la permanence à 9h30, et s'engage à demeurer au poste qui lui sera attribué. (les clubs qui engageraient plusieurs équipes peuvent évidemment fournir plusieurs bénévoles, mais ce n'est pas une obligation)

LE REGLEMENT SANITAIRE

en amont :

- 1) Si un club est touché par la Covid 19, aucun de ses membres n'est autorisé à participer.
- 2) Si un club est concerné par un cluster, aucun de ses membres n'est autorisé à participer.
- 3) Les clubs participants sont invités à se déplacer avec un encadrement limité.
- 4) Parmi les bénévoles et les accompagnants, les personnes à risques sont invitées à rester chez elle.
- 5) Les signaleurs porteront leur propre gilet fluorescent
- 6) Le public est prié de ne pas se déplacer.

avant le départ :

- 1) L'ordre des départs est organisé en fonction des catégories et des niveaux. Cela évite aux coureurs de se rattraper.
- 2) Le départ est donné à un endroit où il n'y a ni parking, ni lieu de rassemblement.
- 3) Les coureur-e-s doivent arriver au départ en étant chaud : pas d'échauffement sur le circuit, sur place ou à proximité du départ.
- 4) Les dossards seront uniquement distribués (sous enveloppe) à un représentant de chaque équipe portant un masque et muni d'un crayon.
- 5) La feuille d'émargement sera signée par le représentant de chaque équipe.
- 6) La zone de départ n'est accessible ni au public, ni aux encadrants.
- 7) Les coureurs (avec port du masque) devront « patienter » dans les zones appropriées

le départ :

- 1) Le starter se trouve dans un véhicule fermé ou isolé
- 2) Le speaker se trouve dans un véhicule fermé et demeure isolé. Il rappelle très régulièrement au respect des règles et consignes sanitaires.
- 3) Départ toutes les 3 minutes (1^{er} départ à 10h00 – dernier départ à 14h42)
- 4) Les départs ne sont pas des départs tenus. Les coureurs s'appuient sur une barrière. Les barrières sont désinfectées après chaque départ.
- 5) Les coureurs portent un masque jetable dont ils se débarrassent juste avant leur départ. Une poubelle est prévue à cet effet sur la zone de départ.

sur le parcours :

- 1) Si une équipe est rattrapée, elle doit se laisser dépasser et se placer à 10 mètres derrière. Les coureur-e-s lâché-e-s ne pourront en aucun cas se joindre à une autre équipe sous peine de disqualification de leur équipe d'origine.

2) Les véhicules suiveurs ne doivent embarquer que le chauffeur et le mécanicien (avec port du masque). Le non-respect de cette règle entraînera l'exclusion de la séance.

à l'arrivée :

- 1) La zone d'arrivée n'est pas accessible au public.
- 2) Le speaker se trouve dans un véhicule fermé et demeure isolé. Il rappelle très régulièrement au respect des règles et consignes sanitaires.
- 3) Un jury se trouve à l'arrivée : isolé, dans le respect des règles de distanciation, avec le port du masque.
- 4) Pas de cérémonie protocolaire : pas de podium, pas de remise de prix.
- 5) Les classements ne sont pas affichés sur zone pour éviter les regroupements.
- 6) Une fois la ligne franchie, les coureurs quittent le parcours.
- 7) Les classements sont diffusés via le site de l'ACL 56, et médias.
- 8) Les coureurs ne devront en aucun cas revenir vers la zone d'arrivée.

après l'arrivée :

- 1) Les coureurs reprennent immédiatement un masque et le porte, avant de quitter la zone d'arrivée.
- 2) Les dossards sont à rendre par l'encadrant (dans l'enveloppe initiale) à la permanence. La non-restitution entraînera la facturation au club (1 € par dossard).
- 3) Pas de cérémonie, pas de protocole, pas de vin d'honneur, pas de repas. Mais, le plaisir de revivre la passion du cyclisme !!!!

LE REGLEMENT SPORTIF

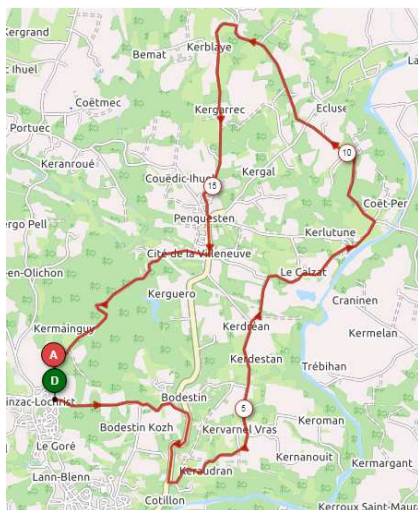
- 1) Seront prioritaires pour s'inscrire à cette séance, les clubs FFC du Comité départemental du Morbihan. Pour les autres départements (22, 29 et 35), la proximité géographique primera.
- 2) Les équipes seront composées de 4 coureur-e-s ou seront mixte (la mixité entre clubs est autorisée mais pas la mixité par catégorie).

La jauge maximale est limitée à 76 équipes (un maximum de 2 équipes par club et par catégorie, exception faite pour l'ACL 56).

- 3) Le temps est pris sur le 3^{ème} coureur.
- 4) Cadets : vélo traditionnel (pas de casques profilés, ni prolongateurs de cintre, ni roues pleines, roues 80 autorisées)
- 5) Juniors/Seniors (femmes) : équipe complète en vélo de CLM ou équipe complète en vélo traditionnel (pas de mixité vélo clm – vélo traditionnel dans la même équipe), casque profilés et roues pleines autorisées.
- 6) Juniors (hommes) : équipe complète en vélo de CLM ou équipe complète en vélo traditionnel (pas de mixité vélo clm – vélo traditionnel dans la même équipe), casque profilés et roues pleines autorisées.
- 7) Seniors (2èmes, 3èmes catégories et pass cyclisme) : équipe complète en vélo de CLM ou équipe complète en vélo traditionnel (pas de mixité vélo clm – vélo traditionnel dans la même équipe), casque profilés et roues pleines autorisées.
- 8) Les ententes entre plusieurs clubs d'un même département seront tolérées, mais ne seront pas prioritaires à l'engagement.
- 9) Les motards de MAS 56 assureront la sécurité des coureur-e-s.
- 10) Le chronométrage sera assuré par les arbitres de l'ACL 56 Formation.

LE PARCOURS

Parcours de 19,40 kms tracé sur la commune d'Inzinzac-Lochrist avec l'accord de la Mairie. Départ situé route de la Fontaine / Arrivée située sur la route de Trémelin.



Lien du parcours : <https://www.openrunner.com/r/12735559>

Sur ce circuit, les équipes (coureur-e-s et véhicules suiveurs) devront respecter le code de la route et rouler à droite de la chaussée. Tous les carrefours et intersections seront protégés.

Toutes les équipes réaliseront un seul tour.

LES INSCRIPTIONS (*)

Inscriptions via la plateforme FFC cicle-web

Tarifs :

6.50 € / coureur catégories cadettes et cadets

8.50 € / coureur catégories juniors/seniors (femmes et hommes)

Cadets : limité à 80 engagés par équipe de 4 ; 2 équipes (8 coureur-e-s) maximum par club

Reste une équipe cadets pour le CD56 et 1 équipe pour l'ACL 56 ; soit un **total de 22 équipes pour 88 coureurs**

Dames juniors/seniors : limité à 20 engagées par équipe de 4 ; 2 équipes (8 coureuses) maximum par club

Reste 2 équipes pour le CD 56 et 1 équipe pour l'ACL 56, soit un **total de 8 équipes pour 32 coureuses**

Hommes juniors : limité à 76 engagés par équipe de 4 ; 2 équipes (8 coureurs) maximum par club

Reste 1 équipe pour le CD 56 et 2 équipes pour l'ACL 56 ; soit un **total de 22 équipes pour 88 coureurs**

Hommes seniors (2èmes/3èmes catégories et PASS) : limité à 80 engagés par équipe de 4 ; 2 équipes (8 coureurs) maximum par club.

Reste 1 équipe pour le CD 56 et 3 équipes pour l'ACL 56 ; soit un **total de 24 équipes pour 96 coureurs**

(*) Si places disponibles, elles seront libérées dans la journée du 9 avril 2021.

Les horaires de départ seront communiqués le lundi 12 avril 2021.