

**BULLETIN D'ENGAGEMENT
AU TRIATHLON DES VIRADES DE L'ESPOIR LE 19 SEPTEMBRE 2009**

1^{er} DÉPART A 8H30

Inscription (ou pré-inscription par mail à triathlon78@vaincrelamuco.org) jusqu'au 15 septembre sous réserve des places encore disponibles (224 participants maximum, deux départs).

Les dossiers remis complets (le certificat médical de moins de 3 mois ou la licence sportive, le règlement par chèque ou espèces, l'autorisation parentale si nécessaire) seront enregistrés en priorité.

Merci de nous retourner vos dossiers le 15 septembre 2009 au plus tard à :

**Piscine Intercommunale de Saint-Germain-en-Laye,
Avenue des Loges, 78100 Saint-Germain-en-Laye**

INDIVIDUEL

Nom:.....Prénom :.....

Date de Naissance :..... Sexe: (H) - (F) - Tél. (Mob/Dom) :.....

Adresse

Ville:.....Code Postal

Licencié: - Club :..... Email :.....

EQUIPE Nom de l'équipe :

Equipe Licenciée : - Club :.....

(Minimum 3 participants par équipe)

Nom du capitaine d'équipe : Tél. (Mob/Dom) :.....

Adresse :.....

Ville :.....Code Postal

Email :.....

Noms des licenciés de l'Equipe :

À remplir en lettre majuscule par les participants

N °	NOM	PRENOM	Date naissance	Sexe	Signature
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					

Je déclare avoir pris connaissance du règlement et l'accepter.

Date : .../.../....

Signature:

REGLEMENT TRIATHLON

Article 1 : Seul les vélos "tout terrain" seront acceptés au départ.

Article 2 : Le Triathlon est ouvert à tous les concurrents hommes et femmes âgés de 16 ans et plus le jour de l'épreuve.

Article 3 : Une autorisation parentale est demandée pour les moins de 18 ans (non licenciés).

Article 4 : Les coureurs non licenciés devront impérativement présenter un certificat médical daté de moins de trois mois leur autorisant ce type d'effort.

Article 5 : Le comité d'organisation du Triathlon décline toute responsabilité en cas de vol ou perte d'objets personnels et ne pourra en aucun cas être tenu pour responsable des accidents et défaillances consécutifs au mauvais état de santé des participants ou au non respect des consignes de sécurité mentionnées dans le règlement et rappelées avant le départ de l'épreuve.

Article 6 : Le port du casque VTT est obligatoire.

Article 7 : Le code de la route doit être respecté sur les parties de routes forestières, (circuit interdit aux véhicules à moteur). En forêt la priorité reste aux piétons.

Article 8 : Les changements d'épreuves se passent dans le parc gardé, ou des boxes correspondant à la lettre du participant seront installés.

Article 9 : Le circuit sera d'environ 5 km. Des points de contrôle seront mis en place.

Tout compétiteur aperçu hors ou dans le sens inverse du circuit sera disqualifié.

Article 10 : Le nombre limite pour le triathlon est de 224 concurrents il est donc prudent de s'inscrire à l'avance.

Article 11 : Si vous participez en tant qu'équipe, elle se compose de 7 concurrents. Tous les coureurs de l'équipe font les trois épreuves ensemble.

Article 12 : Le départ sera effectué à 8h30.

Article 13 : Clôture des inscriptions le 15 septembre 2009

Article 14 : Les concurrents s'engagent à respecter les ordres des commissaires de course sous peine de disqualification.

Article 15 : Les résultats seront affichés sur place vers 12h00. Le classement par équipe sera établi avec les 3 premiers de chaque équipe.

Article 16 : Le déshabillage doit obligatoirement se faire dans les vestiaires collectifs prévus à cet effet. Cependant les concurrents ont la possibilité de déposer leurs vêtements, dans un sac, près de leur vélo dans le parc gardé, ceci permettant de gagner du temps au changement d'épreuve. Des douches seront mises à la disposition des concurrents.

Article 17 : En raison du caractère humanitaire de l'épreuve, les récompenses sont limitées. La plus belle récompense reste la participation de chacun à faire évoluer rapidement la recherche contre les maladies génétiques.

Cher(e) ami(e) sportif(ve),

Cette épreuve s'inscrit dans le cadre des manifestations ayant pour but de favoriser l'association des sportifs à la recherche contre les maladies génétiques.

La participation physique du monde sportif suscite l'intérêt d'un large public qui sait également se mobiliser le jour des VIRADES DE L'ESPOIR pour participer à l'élan général de solidarité.

L'esprit du Triathlon se définit comme une démonstration collective et fraternelle où chronomètre et classement ne sont que des préoccupations secondaires.

Merci de votre participation.

PROGRAMME

- **Accès** : Départ et arrivée à la Piscine Intercommunale de Saint-Germain-en-Laye, Avenue des Loges - 78100 SAINT-GERMAIN-EN-LAYE
- **Retrait des dossards et marquage des coureurs** : à 7h00 (Salle des Clubs)
- **Installation des VTT dans le parc gardé situé aux abords de la piscine** : à partir de 7h00
- **Reconnaissance du parcours** : à 8h00 précises.
- **Echauffement dans l'eau** : à partir de 7h30.
- **Départ au bord du bassin (côté plongeurs)**
 - Premier départ : à 8h30 précises
 - Deuxième départ : à 8h50 précises
- **Epreuves** :
 - **N°1** : Natation (500 mètres) soit 10 longueurs de bassin avec obligation de nager à droite dans les couloirs
 - **N°2** : VTT (20 km) soit 4 fois le parcours de 5 km dans la forêt de Saint-Germain
 - **N°3** : Course à pied (5 km) parcours VTT à faire une fois

Participation (par personne) : 20 €

Règlement par chèque : A l'ordre de « les Virades de l'Espoir »

Matériel demandé : Avoir tout son matériel pour les trois épreuves. Les organisateurs fournissent dossards et bonnets de bain en latex blanc sur lequel sera inscrit le numéro de dossard.

Ravitaillement : Fourni par les organisateurs.

Récompenses et classements des 3 premiers vers 12h00

- **Classement général**
- **par catégorie** : JF et JH ; SF ; SH ; VHA ; VFA ; VFA ; VFB
- **par Equipe**
- **par Club**

Renseignements : www.piscine-stgermain.com / 01 39 04 25 21

www.virades.org / 06 07 28 38 85

Triathlon des virades : triathlon78@vaincrelamuco.org



TRIATHLON



Les Virades de l'Espoir pour vaincre la mucoviscidose

Samedi 19 septembre 2009

DEPART A 8h30



A la Piscine Intercommunale
de Saint-Germain-en-Laye (78)

EPREUVE N°1
NATATION
500 METRES

EPREUVE N°2
V.T.T.
20 KM

EPREUVE N°3
COURSE A PIEDS
5 KM

**TRIATHLON DE L'AMITIÉ ET DE LA SOLIDARITÉ
OUVERT A TOUS**

ORGANISÉ PAR Vaincre la Mucoviscidose

RENSEIGNEMENTS : 01 39 04 25 21 / 06 07 28 38 85

FAX : 01 39 04 25 20 / triathlon78@vaincrelamuco.org

AVEC LE CONCOURS DE

la Maison des Associations Saint Germanoise,
la Piscine Intercommunale de Saint-Germain-en-Laye,
le Service des Sports de la ville de Saint Germain-en-Laye,
et le club Poissy Triathlon.