



BIKE & RUN PARIS

GUIDE DU GO SPORT BIKE & RUN DE PARIS



ORGANISATION

La Ligue Ile-de-France de Triathlon et GO Sport organisent le GO Sport Bike & Run de Paris le dimanche 12 mars 2023.

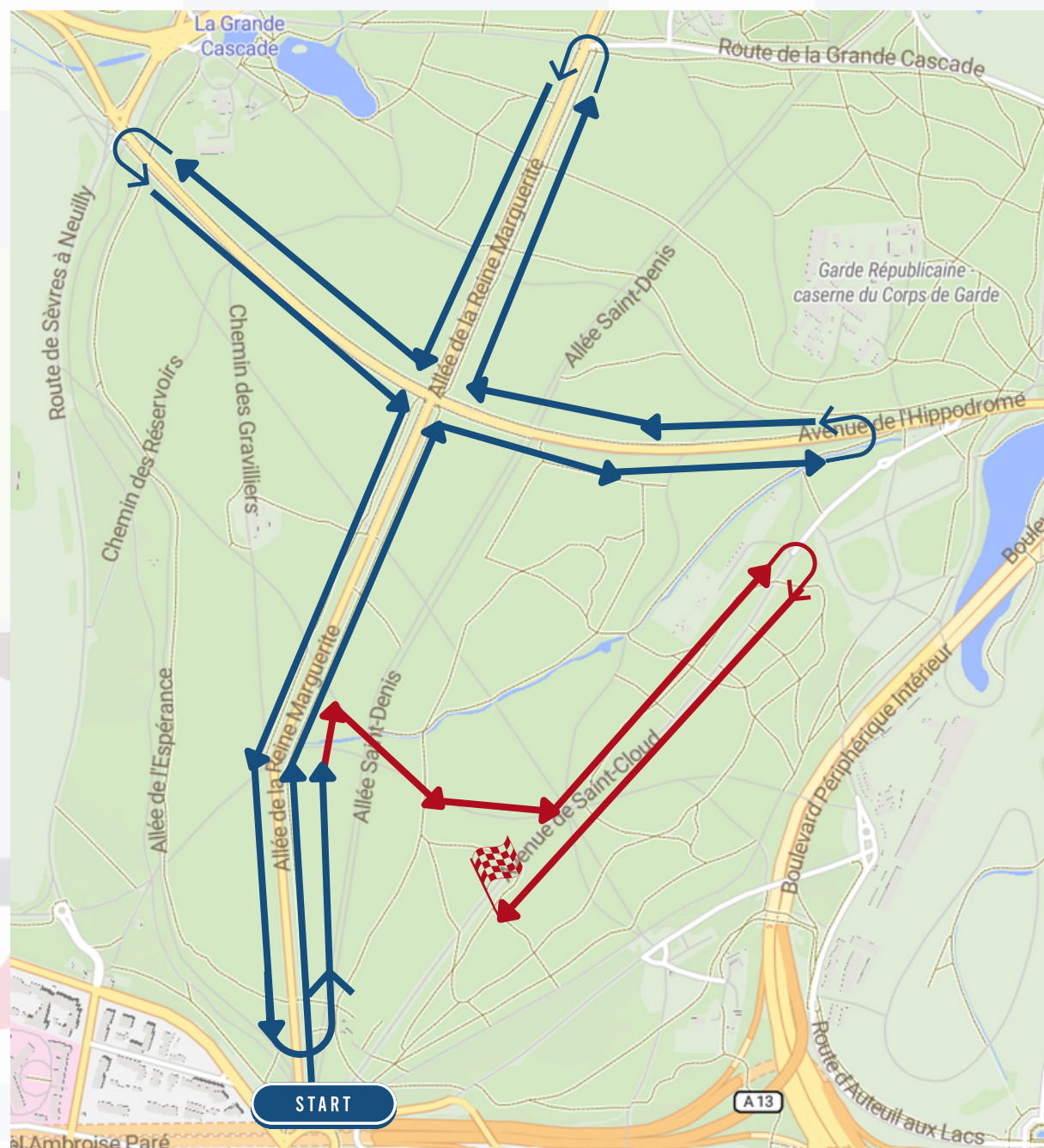
DISTANCES

4 courses au programme du Go Sport Bike & Run de Paris :

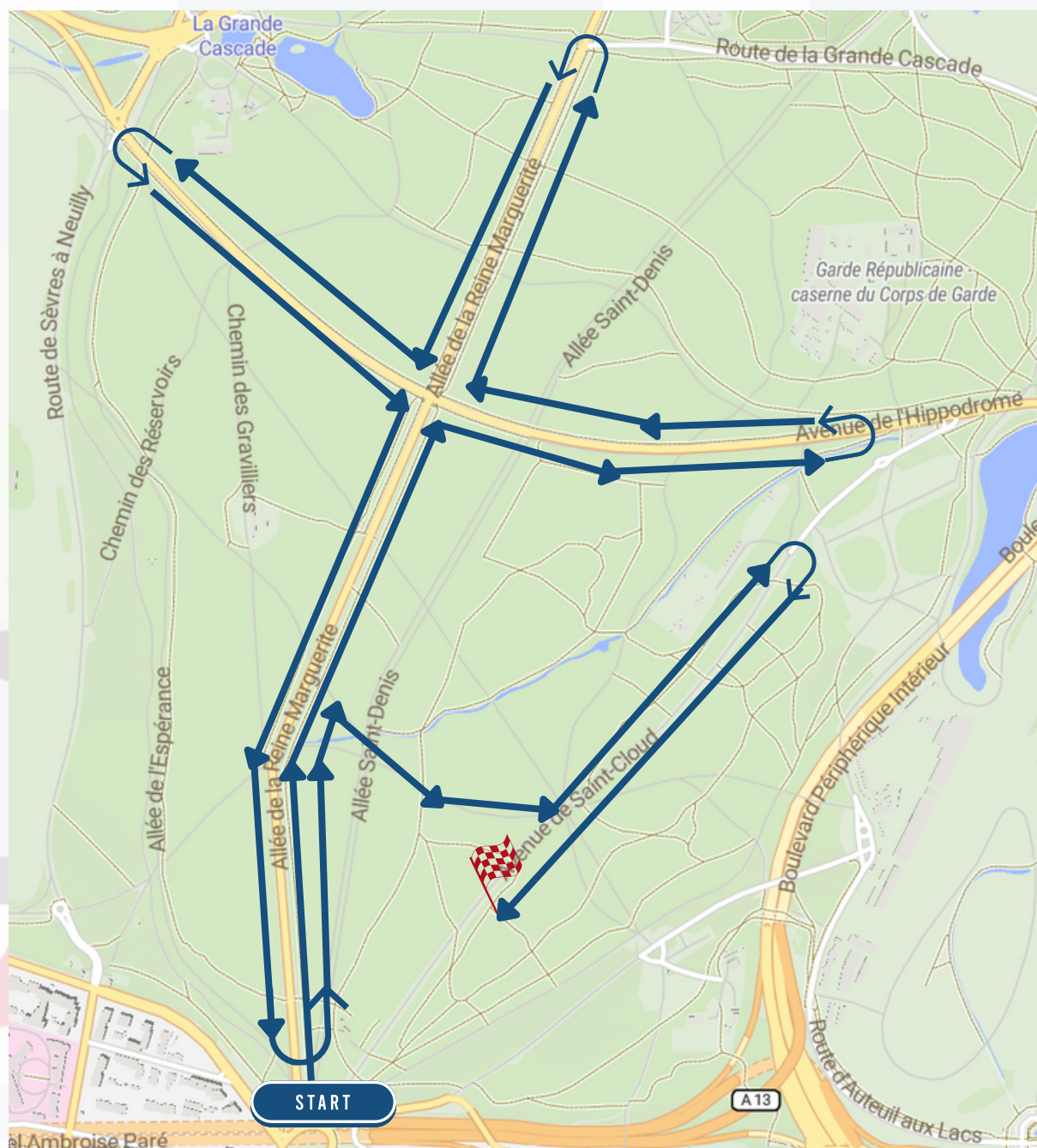
- Course M de 15 km (à partir de 18 ans)
- Course S de 8 km (possible en animathlon ; à partir de 14 ans)
- Course XS de 4 km (jeunes nés entre 2009 et 2012)
- Course XXS de 2 km (jeunes nés après 2012)

BIKE & RUN PARIS

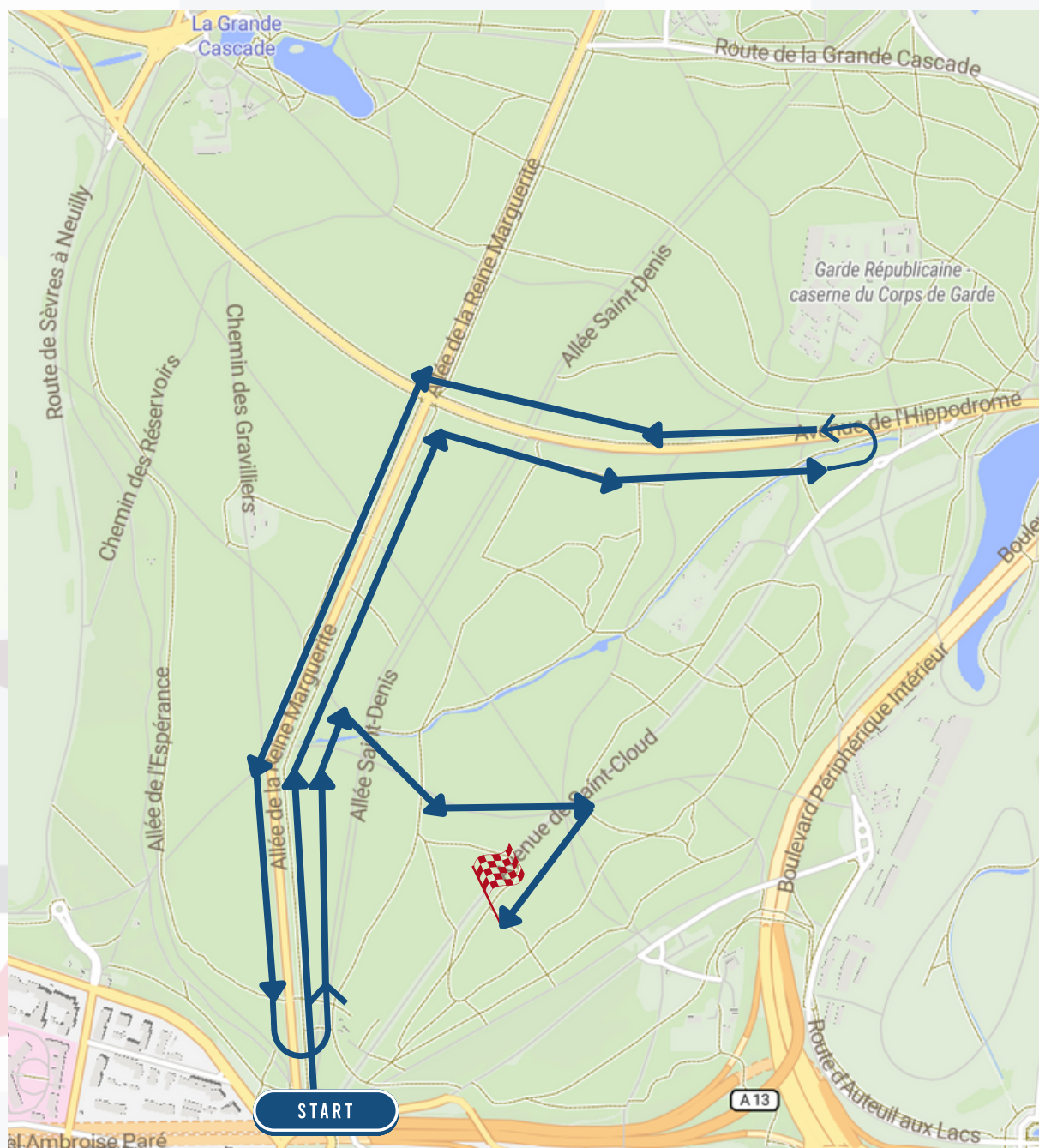
PARCOURS M
15 KM
2 tours de la
boucle bleu



PARCOURS S
8 KM

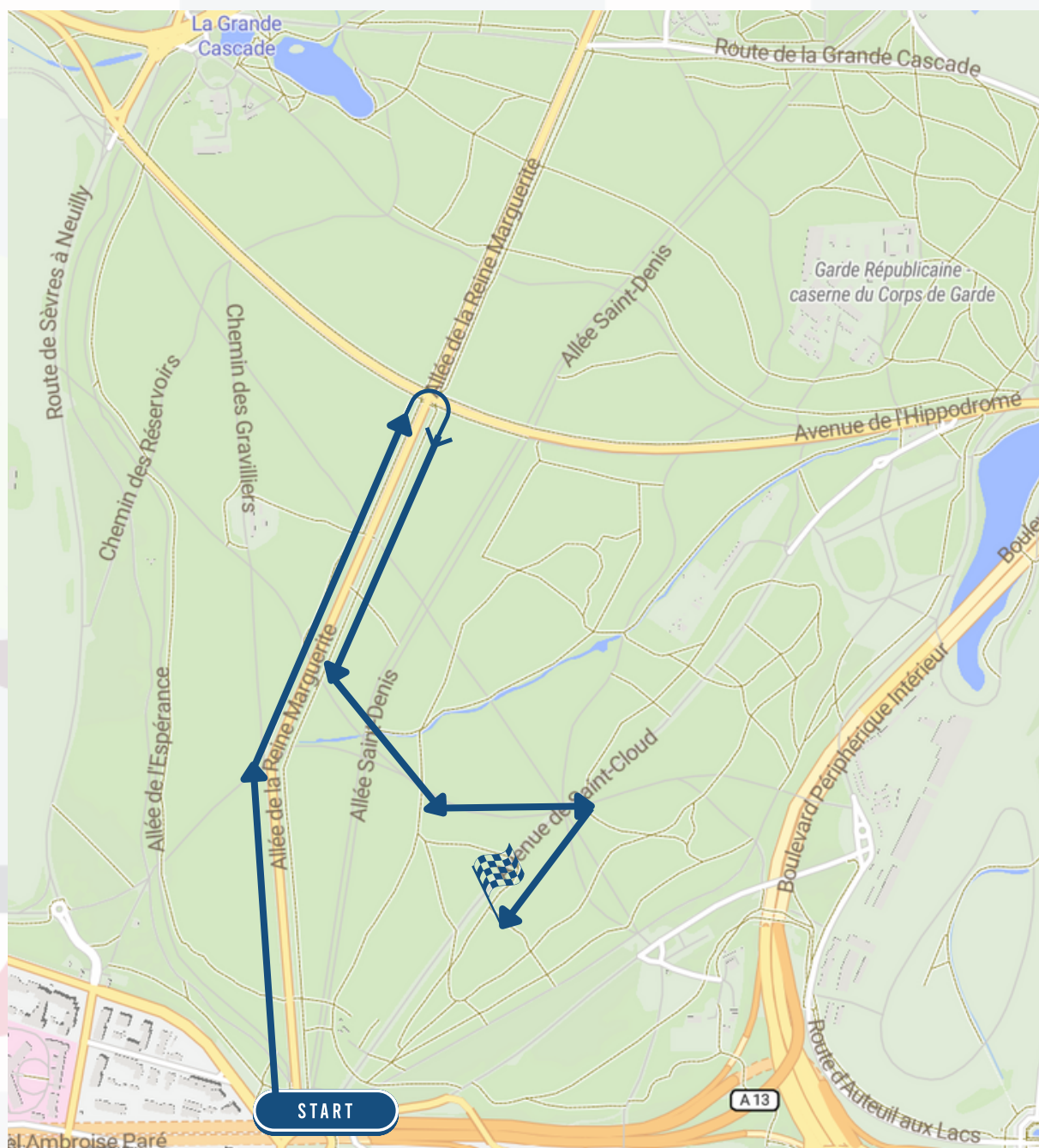


PARCOURS XS
4 KM



BIKE & RUN PARIS

PARCOURS XXS
2 KM



LE BIKE & RUN, QU'EST-CE QUE C'EST ?

Le Bike & Run est une discipline qui se pratique en binôme qui consiste à enchaîner de la course à pied et du VTT (sans assistance électrique) avec un seul vélo.

MODALITÉS DE LA COURSE

- L'échange des équipiers peut se faire à tout moment, et ceux-ci doivent rester groupés durant toute la course.
- Le départ est donné pour le coureur qui rejoint son cycliste 100m plus loin et ils s'élancent ensemble pour le reste du parcours, ils alternent comme ils le souhaitent le vélo et la course à pied.
- Les 2 équipiers ET LE VELO devront être ensemble pour franchir la ligne d'arrivée.

RÈGLEMENT SPORTIF DU BIKE&RUN

L'épreuve est ouverte et accessible à tous. La réglementation de la F.F.TRI. s'applique à cette épreuve et une attention particulière sera portée aux points de règlement suivants :

- Les dossards des 2 équipiers seront portés sur le buste, bien visibles, avec 3 points d'accroches. La ceinture porte-dossard est autorisée.
- Le port du casque avec jugulaire fermée est obligatoire en vélo et en course à pied, pour les 2 équipiers sur l'intégralité du parcours.
- Un seul concurrent est autorisé sur le vélo.
- Les 2 équipiers devront être ensemble pour franchir la ligne d'arrivée.
- Il est strictement interdit sur tout le parcours de jeter ses déchets
- Un ravitaillement pour les concurrents est prévu à l'arrivée.
- Les vélos à assistance électrique sont interdits.
- Les triporteurs et porte-bébés sont bienvenus sur l'animathlon. Dans ce cas les enfants doivent tous être casqués



BIKE & RUN PARIS

HORAIRES DE RETRAIT DE DOSSARDS

Le retrait des dossards s'effectue le jour de la course, à partir de 8h jusqu'à 45 minutes avant le début de votre course. Le village est à proximité immédiate du Carrefour des Anciens Combattants, à Paris 16e.

CONSIGNES



Une consigne est prévue, mais nous ne prendrons que les petits sacs fermés (pas d'affaires en vrac) d'une taille d'une valise cabine maximum.

ACCESSIBILITÉ

10

123

Pour accéder au village, les 2 stations de métro les plus proches sont Boulogne Jean Jaurès et Porte d'Auteuil toutes les deux sur la ligne 10.

Le bus 123 vous amène à quelques centaines de mètres du village à la station Gambetta.

En voiture, il existe des places de stationnement le long de l'avenue de la porte d'Auteuil, près du stade Roland Garros.

BIKE & RUN PARIS

AU PROGRAMME :

	Distance	Groupe d'âges	Heure limite de retrait de dossard	Placement sur la zone de départ	Heure de départ	Podium
Bike & Run M	15 km	Né en 2005 et avant	8h45	9h15	9h30	11h30
Bike & Run S	8 km	Né en 2009 et avant	9h45	10h15	10h30	11h30
Bike & Run XS	4 km	Né de 2009 et 2012	10h45	11h15	11h30	12h30
Bike & Run XXS	2 km	Né 2012 à 2017	11h15	11h45	12h00	12h30

ET PLUS

Vous pouvez vous inscrire [en cliquant sur ce lien.](#)

Toutes les infos sont [sur notre site.](#)

Le parcours du Go Sport Bike& Run est [consultable ici.](#)

Contact : gosportbr@idftriathlon.com

