

Site : Mairie de Cervens

Parcours : Pré-licencié(e)s et Poussins / Pupilles : Jeux + Course sur route
Benjamins / Minimes : Course de côte + Course sur route

Programme			
09h00 :	Remise des dossards		
09h45 :	Réunion des éducateurs		
10h00 :	Jeux Pré-licencié(e)s et Poussins	13h00 :	Course route - Poussins + PL
10h00 :	Course route - Cadets	13h20 :	Course route - Pupilles
10h30 :	Jeux Pupilles	13h50 :	Course route - Benjamins
11h10 :	Course de côte – Benjamins / Minimes	14h40 :	Course route - Minimes
		16h00 :	Remise des prix

- Pré-licenciés (PL) : 0.7 km en ligne
- Poussins : 2x 1.5 km soit 3.0 km
- Pupilles : 4x 2.4 km soit 9.6 km
- Benjamins 6x 2.4 soit 14.4 km.
- Minimes 12x 2.4 soit 28.8 km.
- Cadets 24x 2.4 soit 57.6 km.
- *Un contrôle des développements sera réalisé avant le départ des courses sur route.*
- *Courses route : les courses filles et garçons seront groupées.*
- *En cas d'égalité, le résultat acquis lors de la course sur route sera décisif.*
- *Les horaires sont donnés à titre indicatifs et pourront être modifiés.*

Le coureur doit se présenter avec un vélo propre, en bon état, et répondant à la réglementation FFC.

Le développement est limité à :

5,60 m pour pré licenciés, poussins, pupilles, (ex : 42/16 pour des roues de 700)

6.40 m benjamins (ex : 42/14 pour des roues de 700)

7.01 m pour les minimes (ex : 46/14 ou 50x16 pour des roues de 700) **y compris pour les minimes filles.**



TDJC CERVENS
Jeux / Course de côte / Route
Le 14.07.2022

Programme des JEUX

L'ordre de passage des jeux pourra être modifié en fonction des dimensions de la cour de l'école.

Poussins et Pupilles

Départ

Jeu n° 8 Bis (Slalom composé quilles-piquets)

Jeu n°1 (Entonnoir)

Jeu n°34 (passage sous barre)

Jeu n°9 bis (Slalom piquets)

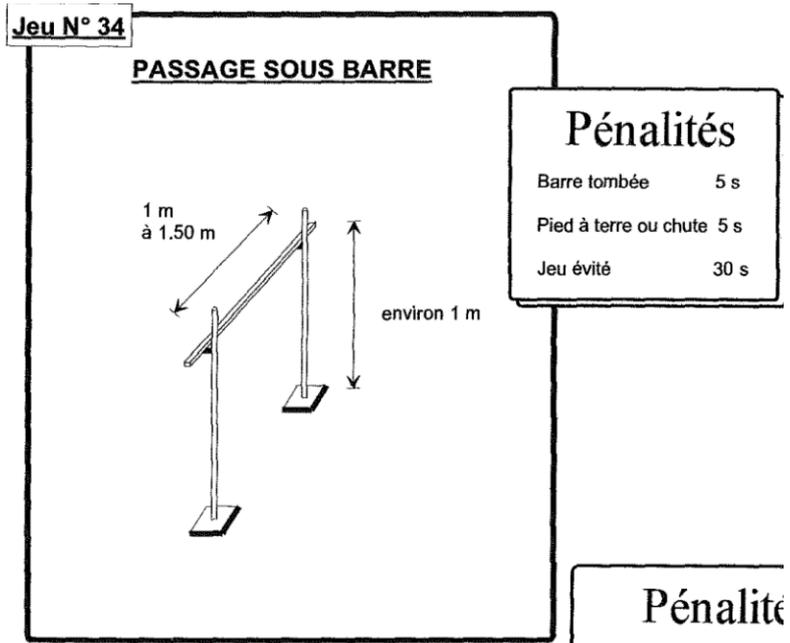
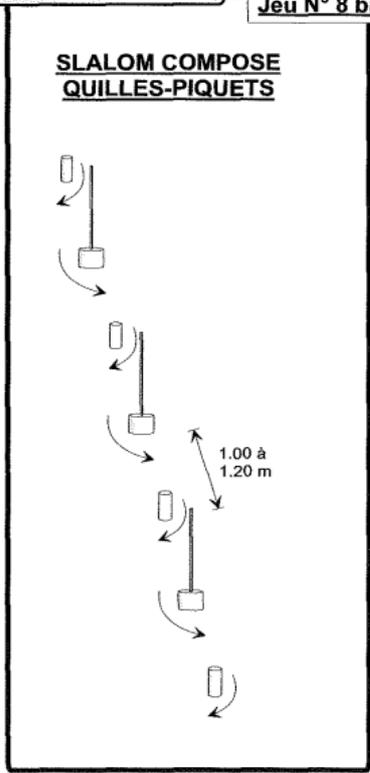
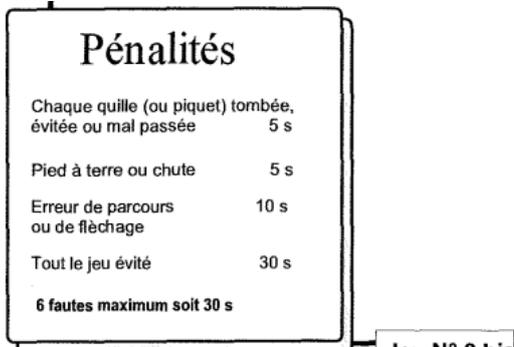
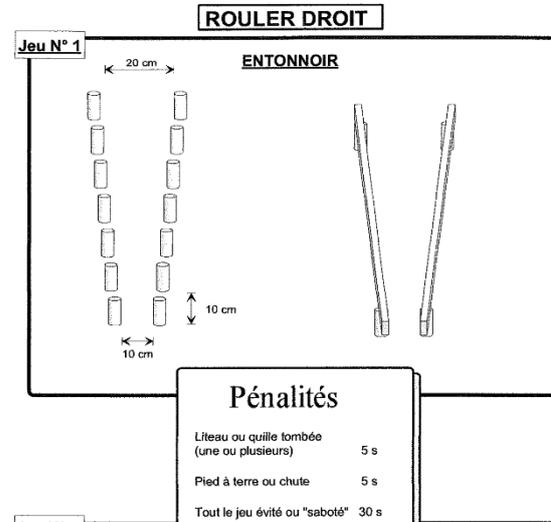
Jeu n°S1 (passage obstacle)

Jeu n°17 (Simple huit)

Jeu n°S2 (Klaxon)

Jeu n°38 (barre tombée)

Arrivée



Jeu N° 9

SLALOM - PIQUETS

1.20 m

Jeu N° 9 bis

Jeu N° 17

SIMPLE HUIT

1.50 m à 2 m

2 m

Jeu N° 17 bis

1.20 m

Jeu N° 17 ter

1.20 m

Jeu N° 18

PASSAGE DIRECTIONNEL

Erreur de fléchage 10 s

hauteur totale 1,30 m maxi

PIQUET TYPE

Embase lestée

Pénalités

Chaque piquet tombé, évité ou évié	5 s
Pied à terre ou chute	5 s
Si l'entrée du slalom est donnée, erreur de fléchage	10 s
Tout le jeu évité	30 s
6 fautes maximum soit 30 s	

Jeu N° 38

Pénalités

2 barres tombées	5 s
Jeu renversé	5 s
Pied à terre avant la chute de la barre	5 s
Chute	5 s
Tout le jeu évité	30 s

BARRE TOMBEE

B A

Epreuve : Faire tomber la barre A avec la roue avant sans faire tomber la barre B.

Dessain et mise au point : J-M Galland

Jeux spéciaux :**S1 : PASSAGE SUR UN OBSTACLE**

Passage en ligne droite sur un obstacle de 15 cm.

Pénalités :

Pied à terre ou chute : 5 s

Tout le jeu évité : 30 s

S2 : KLAXON

Activation du klaxon

Hauteur : 20 cm

1x pour les pré-licenciés et les poussins

3x pour les pupilles

Pénalités :

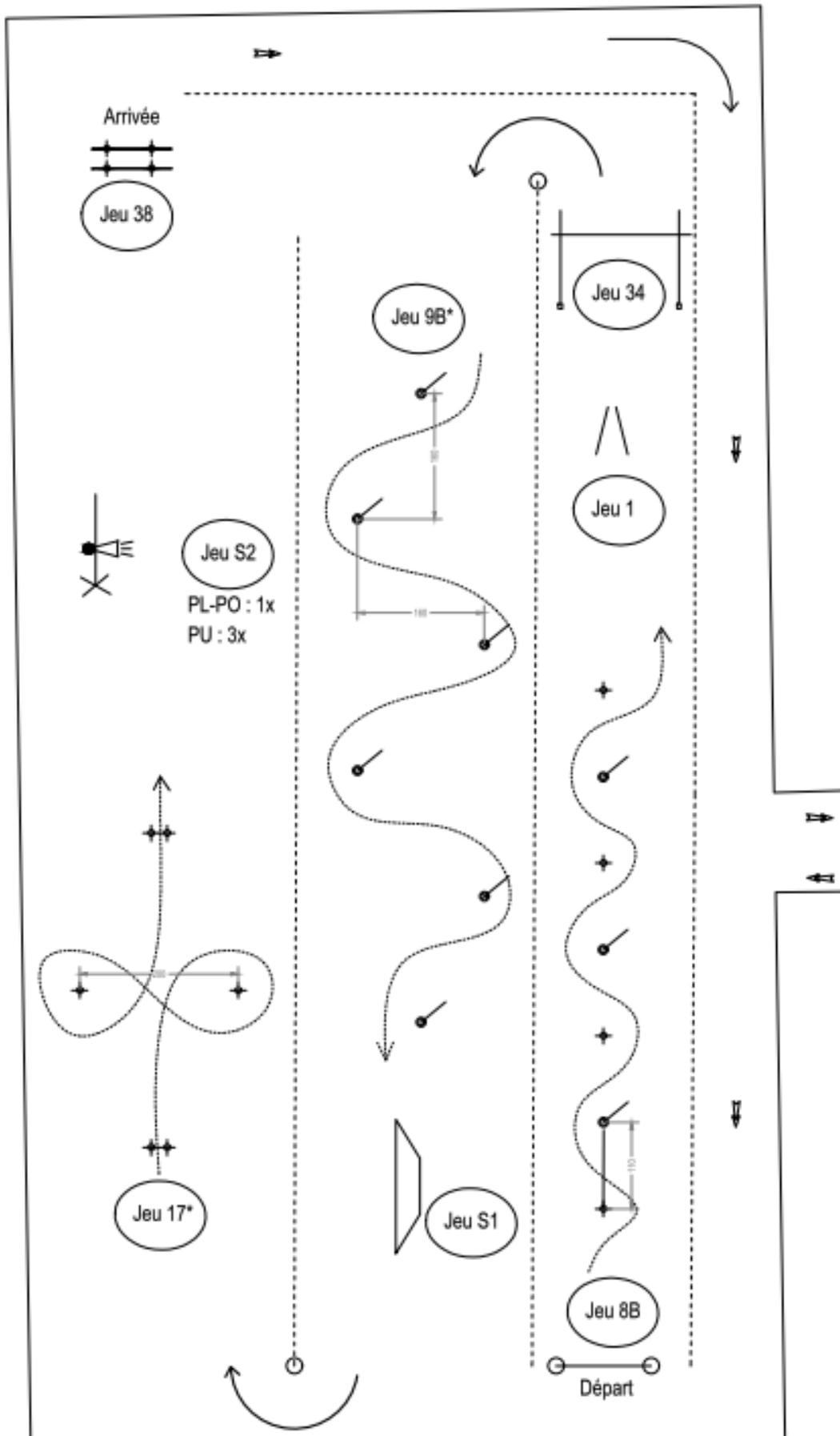
Pied à terre ou chute : 5 s

Tout le jeu évité : 30 s

Pupilles :

si un klaxon est manqué : 5 s

si 2 klaxons sont manqués : 10 s



Circuit Route



Course de côte

