

Aux Secrétaires des Associations Sportives  
 ayant des participants aux championnats  
 d'Académie de **RUN AND BIKE**  
 S/C DE M. LE CHEF D'ÉTABLISSEMENT

**Arnaud BIDEL**  
 Directeur Régional UNSS Normandie  
 Périmètre de Caen

Caen, le 18/10/2023

Objet : **RUN AND BIKE** – Championnat d'académie  
 - Collège et lycées par équipe établissement et excellence  
 Dossier : AB/NLGV/R&B/10-2023  
 Suivi par : Nathalie Le Guillou-Vaidis



<b>Date</b>	<b>MERCREDI 8 NOVEMBRE 2023</b>
<b>Lieu</b>	FALAISE – Domaine de la Fresnaye
<b>Horaires</b>	De 10h00 à 17h00
<b>Affiche de l'évènement</b>	Pour télécharger l'affiche, cliquez sur <a href="#">ce lien</a>

CHAMPIONNAT ACADÉMIQUE		
Activité	Catégorie	Licences autorisées
<b>RUN AND BIKE</b>	COLLÈGES ETABLISSEMENT/EXCELLENCE	Benjamin – Minime – Cadet 4 compétiteurs (2 filles et 2 garçons). 1 cadet(te) maximum
	LYCÉES ETABLISSEMENT/EXCELLENCE	Minime – Cadet – Junior - Sénior 4 compétiteurs (2 filles et 2 garçons). 1 sénior(e) maximum
	COLLÈGES SPORT PARTAGÉ	Benjamin – Minime – Cadet – Junior 1 Pour les élèves valides : 1 cadet maximum. Pour les élèves en situation de handicap : possibilité d'avoir 1 junior première année au maximum dans une équipe autonome et 2 juniors première année dans une équipe tandem.
	LYCÉES SPORT PARTAGÉ	Minime, cadet, junior, senior. Pour les élèves valides : 1 junior max. Pour les élèves en situation de handicap : catégorie unique : minime, cadet, junior, senior sans limite.

INSCRIPTION DE VOS ÉLÈVES SUR OPUSS module COMPÉTITION	
<b>Date butoir</b>	LUNDI 6 NOVEMBRE 2023
<b>Horaire</b>	Avant 17H00

QUALIFICATIF AU CHAMPIONNAT DE FRANCE
COLLÈGE / LYCÉE / SPORT PARTAGÉ PAR ÉQUIPE ETABLISSEMENT et EXCELLENCE Du 6 au 8 février 2024 – AJACCIO ? (académie de Corse)

# FICHE TECHNIQUE

RESPONSABLES DU CHAMPIONNAT		
Responsable compétition	Jérôme HOSTINGUE 06 62 76 48 86	COL André Miclot Port-Bail-sur-Mer <a href="mailto:jerome.hostingue@ac-normandie.fr">jerome.hostingue@ac-normandie.fr</a>
Responsable organisation	Sophie LAIGNEL-BOUROIIS 06 63 71 53 72	LYC Guillaume Le Conquérant Falaise <a href="mailto:sophie.laignel@ac-normandie.fr">sophie.laignel@ac-normandie.fr</a>
Responsable jeunes officiels	Frédérique FOULON 06 81 23 99 27	COL Lottin de Laval Orbec <a href="mailto:frederique.foulon@ac-normandie.fr">frederique.foulon@ac-normandie.fr</a>

COMPÉTITION		
Gymnase et installation	Domaine de la Fresnaye	FALAISE
Déroulement	<u>Lycées</u> <b>10h00-10h30</b> 11h00 13h15  <u>Collèges</u> <b>10h30-11h00 (IMPÉRATIF)</b> 12h00 14h30  Protocole 16h00	<b>Accueil des lycées</b> Duathlon « lycée » Run&Bike « lycée »  <b>Accueil des collèges</b> Duathlon « collège » Run&Bike « collège »  Remise des récompenses
Précisions réglementaires	Fiche sport nationale Règlement UNSS	Voir les annexes spécifiques en fin de convocation
Jeune arbitre	Jeune arbitre DISTRICT*	Obligatoire et non compétiteur par établissement MAIS de niveau ACADÉMIQUE pour le championnat de France. Pour le championnat de France, il sera <b>nommé par le Service Régional</b> . *Niveau « district » : exceptionnellement pour cette année, en raison de l'annulation du championnat départemental de la Manche et du Calvados).
Jeune coach	Jeune coach DISTRICT	Obligatoire et intégré à l'équipe MAIS de niveau ACADÉMIQUE pour le championnat de France.
Finances	Pour les lycées, vous devez adresser vos factures au service régional avec le bordereau d'accompagnement que vous pouvez récupérer en cliquant sur <a href="#">ce lien</a> . Pour les collèges, vous devez suivre les consignes habituelles de votre service départemental.	

# PRÉCISIONS COMPLÉMENTAIRES



**Les collègues des établissements participants seront obligatoirement affectés à une tâche et participeront au bon déroulement de cette journée. Il est donc préférable de venir avec 2 encadrants.**



→ **LES PROFESSEURS-ACCOMPAGNATEURS NE SONT PAS AUTORISÉS DANS LES BOX.**



## HORAIRES :

Reconnaissance du parcours uniquement possible à VTT de 10h00 à 10h45. En dehors de ces horaires la reconnaissance du parcours ne pourra s'effectuer qu'à pied et à l'extérieur de la boucle.

Mise en place des équipes dans les Box 15 minutes avant les horaires de course.

## JEUNE OFFICIEL

Il est **obligatoire** que chaque établissement vienne avec un jeune officiel validé de niveau départemental (sauf sport partagé de niveau district) muni **d'une planchette et d'un crayon** (il devra être obligatoirement de niveau académique pour le championnat de France) et ne peut pas être compétiteur.

**ATTENTION : un test théorique pour les jeunes officiels sera effectué par les élèves à leur arrivée. Se présenter au secrétariat.**

## JEUNE COACH / JEUNE CAPITAINE

Les jeunes coaches / jeunes capitaines sont obligatoires sur toutes les activités UNSS.

En Run and Bike, il est intégré à l'équipe pour toutes les catégories, y compris pour le sport partagé.

Pour le championnat d'académie, il devra être certifié de niveau district.

## Formule de compétition

- **EPREUVE 1 : PROLOGUE en DUATHLON** (enchaînement de 3 épreuves : course à pied, VTT, course à pied)

L'épreuve se déroule en relais, départ en masse des 1<sup>ers</sup> relayeurs.

Chaque concurrent effectue le duathlon dans sa totalité avant de passer le relais à son coéquipier.

L'ordre de passage se fait en fonction du numéro de dossard (dossard terminant par 1 en premier).

Distance : 400m course à pied / 1300m en VTT / 400m en course à pied.

**(Le port du casque est interdit sur la partie course à pied mais obligatoire sur la partie VTT. Attention, la jugulaire doit être mise et serrée avant de prendre le VTT et pour la 2<sup>ème</sup> boucle de course à pied, la jugulaire ne peut être retirée que lorsque le VTT est posé.)**

- **EPREUVE 2 : POURSUITE en RUN & BIKE**

L'épreuve se déroule en relais, départ en chasse toutes les 10 secondes des 5 premiers binômes (en fonction du classement du duathlon), puis départ en masse 10 secondes après de tous les autres.

Les 2 binômes se relayent sur un parcours en boucles. Un VTT pour 2.

Les coéquipiers peuvent s'échanger le VTT de mains à mains librement ou en « gagne-terrain » dans des zones imposées.

Distance : 8 tours de 1,3 km avec du dénivelé (c'est obligatoirement les deux garçons qui effectuent le premier relais), et 6 tours pour le sport partagé.

### RAPPEL REGLEMENT :

- La **CIRCULATION A PIED** dans tout le parc à vélo est obligatoire.
- **Départ épreuve run and bike : un athlète garçon ou fille de chaque équipe se positionne derrière la ligne de départ avec les 2 chouchous, pour effectuer une boucle de 400 m avant d'arriver dans le box et de donner le relais aux binômes garçons. Le port du casque est interdit pour la boucle de départ.**
- La transmission du chouchou se réalise **à l'intérieur** du box de l'équipe.
- Les 2 équipiers peuvent **circuler séparément** dans l'aire de transition.
- Pour quitter le box, chaque équipier doit **avoir son chouchou au poignet et son casque coiffé, jugulaire serrée**. Les concurrents n'ayant pas ajusté de manière réglementaire leur casque seront stoppés dans la compétition pour se mettre en conformité sur-le-champ !  
**RAPPEL : Comment mettre son casque ? →**
- Le port du casque est obligatoire pour les 2 équipiers durant les 8 boucles de run & bike.
- **ENTREE parc à vélo** : A VTT : le cycliste doit descendre de vélo (les 2 pieds posés au sol) avant la ligne «pied à terre». Les 2 coéquipiers ont l'obligation de franchir la ligne ENSEMBLE, côte à côte. Si un coureur est en avance, il doit attendre son partenaire avant la ligne « pied à terre ». Aucun des deux coureurs ne dépasse la longueur du VTT. Une fois cette ligne franchie, les 2 équipiers peuvent circuler séparément dans l'aire de transition.
- **SORTIE parc à vélo** : Les 2 équipiers peuvent **sortir séparément** de leur box. **A VTT : l'athlète peut enfourcher son vélo après la ligne de sortie (les 2 pieds posés au sol derrière la ligne).**
- **ARRIVÉE** : A l'issue du dernier tour Run & Bike **FILLES (8ème tour)**, les 2 **FILLES empruntent DIRECTEMENT le couloir d'arrivée, sans repasser par leur box. Elles ont l'obligation de franchir la ligne d'arrivée, à pied, ENSEMBLE, côte à côte, avec le vélo.**
- Le classement de l'équipe s'effectue au franchissement de la ligne d'arrivée de ce dernier relais.
- La compétition se termine lorsque les derniers concurrents sont arrivés et non pas lorsque son équipe a terminé ses tours par mesure de sécurité mais aussi de respect de tous les concurrents. Donc aucune équipe ne quitte son box avant que toutes les équipes aient terminé leurs tours. Les concurrents doivent attendre le signal donné par l'organisation pour quitter leur box.





RÉPUBLIQUE  
FRANÇAISE

Liberté  
Égalité  
Fraternité

PLAN

UNSS  
ACADÉMIE  
NORMANDIE  
SERVICE RÉGIONAL CAEN



FÉDÉRATION FRANÇAISE DE COURSE D'ORIENTATION



## FALAISE - Parc de la FRESNAYE

Echelle : 1/4000

Equidistance: 2,5m



Carte de Course d'Orientation N°2011-D14-71	
Carte de base : Cadastre	Surface : 0,3 km²
Relevés : Orienteering MAPS	Mise à jour : Eric Brassart (août 2018)
Distribution : Ligue de Normandie de Course d'Orientation	
La possession de cette carte n'implique pas un droit d'accès permanent. Une autorisation doit être demandée aux propriétaires des terrains. Autorisation d'accès (mairie, ONF, etc.) : Mairie de FALAISE	
Numéro d'urgence : 15 ou 112	
Toute reproduction ou adaptation sous quelque forme et par quel procédé que ce soit, même partielle, est interdite.	©LNCO-2018
Coordonnées Ligue : ligue.normandie@ffcoorientation.fr	

Droits de reproduction acquis par :  
**Collège des Douits**  
**Institution Sainte Trinité**  
**LPO Guibray-Liard**

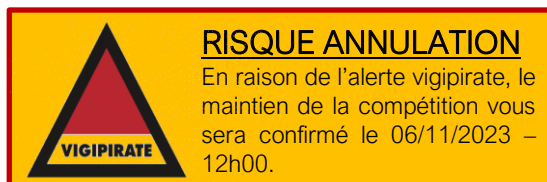
Ville de  
**FALAISE**

RÉGION  
NORMANDIE

01 47 97 11 91 - contact@ffcoorientation.fr

RECTORAT  
168, rue Caponière - BP 46184  
14061 Caen Cedex  
Tél. 02 50 10 14 92  
Mél : sr-caen@unss.org  
www.unss.ac-caen.fr  
www.unss.org

www.ffcoorientation.fr



**RISQUE ANNULATION**

En raison de l'alerte vigipirate, le maintien de la compétition vous sera confirmé le 06/11/2023 - 12h00.

CHAMPIONNAT ACADÉMIQUE DE RUN AND BIKE

FALAISE

**08/11/2023**

Équipes qualifiées (mis à jour le 19/10/2023)



ÉQUIPES QUALIFIÉES

	COLLÈGES		LYCÉES	
	ETABLISSEMENT	EXCELLENCE	ETABLISSEMENT	EXCELLENCE
<b>CALVADOS</b>  17 EQ COL 14 EQ LYC 2 EQ SP LYC	- 05077 COL DUNOIS CAEN 1 - 05077 COL DUNOIS CAEN 2 - 05091 COL DES DOUITS FALAISE 1 - 05091 COL DES DOUITS FALAISE 2 - 05091 COL DES DOUITS FALAISE 3 - 05091 COL DES DOUITS FALAISE 4 - 05070 COL L SEDAR-SENGHOR IFS 1 - 05070 COL L SEDAR-SENGHOR IFS 2 - 05070 COL L SEDAR-SENGHOR IFS 3 - 05088 COL C MAROT DOUVRES 1 - 05088 COL C MAROT DOUVRES 2 - 05088 COL C MAROT DOUVRES 3 - 05084 COL QUINTEFEUILLE COURSEULLES 1 - 05084 COL QUINTEFEUILLE COURSEULLES 2 - 05085 COL J DE LA VARENDE CREULLY 1	- 05064 COL LANGEVIN-WALLON BLAINVILLE 1 - 05064 COL LANGEVIN-WALLON BLAINVILLE 2	- 05022 LYC DUMONT D'URVILLE-LAPLACE CAEN 1 - 05022 LYC DUMONT D'URVILLE-LAPLACE CAEN 2 - 05022 LYC DUMONT D'URVILLE-LAPLACE CAEN 3 (LP) - 05644 LYC G LE CONQUERANT FALAISE 1 - 05644 LYC G LE CONQUERANT FALAISE 2 - 05644 LYC G LE CONQUERANT FALAISE 3 - 05644 LYC G LE CONQUERANT FALAISE 4 - 05002 LYC MALHERBE CAEN 1 - 05002 LYC MALHERBE CAEN 2 - 05036 LYC C TELLIER CONDE/NOIREAU 1 - 05009 LYC M CURIE VIRE 1 - 05009 LYC M CURIE VIRE 2 - 05025 LYC J VERNE MONDEVILLE 1 - 05025 LYC J VERNE MONDEVILLE 2 (LP)	Néant
	<b>SPORTS PARTAGÉS</b>			
	Néant		- 05644 LYC G LE CONQUERANT FALAISE 1 05646 IME FALAISE  - 05644 LYC G LE CONQUERANT FALAISE 2 05646 IME FALAISE	
<b>MANCHE</b>  11 EQ COL 7 EQ LYC 6 EQ SP COL 2 EQ SP LYC	- 05303 COL L PASTEUR SAINT-LO 1 - 05303 COL L PASTEUR SAINT-LO 2 - 05303 COL L PASTEUR SAINT-LO 3 - 05303 COL L PASTEUR SAINT-LO 4 - 05282 COL ETENCLIN LA HAYE DU PUIITS 1 - 05282 COL ETENCLIN LA HAYE DU PUIITS 2 - 05241 COL ECOLE HIPPIQUE GRAIGNES 1 - 05241 COL ECOLE HIPPIQUE GRAIGNES 2 - 05241 COL ECOLE HIPPIQUE GRAIGNES 3 - 05296 COL A MICLOT PORT-BAIL-SUR-MER 1 - 05296 COL A MICLOT PORT-BAIL-SUR-MER 2	Néant	- 05201 LYC EMILE LITRE AVRANCHES 1 - 05201 LYC EMILE LITRE AVRANCHES 2 - 05208 LYC S DE BEAULIEU CARENTAN 1 - 05208 LYC S DE BEAULIEU CARENTAN 2 - 05208 LYC S DE BEAULIEU CARENTAN 3 - 05241 LYC ECOLE HIPPIQUE GRAIGNES 1 (LP) - 05253 LYC ST-LO THERE LE HOMMET D'ARTHENAY 1	Néant

RI

168, rue Caponière - B.P. 46184

14061 CAEN CÉDEX

Tél. 02 50 10 14 92 | Mel : sr-caen@unss.org

www.unss.ac-caen.fr | www.unss.org

Li  
Ég  
Fr

SPORTS PARTAGÉS			
	- 05303 COL L PASTEUR SAINT-LO 1 05651 ITEP AAJD AGNEAUX  - 05303 COL L PASTEUR SAINT-LO 2 05651 ITEP AAJD AGNEAUX  - 05303 COL L PASTEUR SAINT-LO 3 05651 ITEP AAJD AGNEAUX  - 05282 COL ETENCLIN LA HAYE DU PUIITS 1  - 05287 COL J MONNET MARIGNY 1 (tandem) 05631 IDRIS AAJD IME MARIGNY  - 05287 COL J MONNET MARIGNY 1 (autonomes) 05631 IDRIS AAJD IME MARIGNY		- 05253 LYC SAINT-LO THERE LE HOMMET D'ARTHENAY 1 (tandem) 05631 IDRIS AAJD IME MARIGNY  - 05253 LYC SAINT-LO THERE LE HOMMET D'ARTHENAY 1 (autonomes) 05631 IDRIS AAJD IME MARIGNY
<b>ORNE</b>  10 EQ COL ETAB 6 EQ COL EXCEL 9 EQ LYC 8 EQ SP COL 3 EQ SP LYC	- 05472 COL J PRÉVERT DOMFRONT 1 - 05463 COL H DE BALZAC ALENÇON 1 - 05476 COL J MOULIN GACÉ 1 - 05477 COL MOLIÈRE L'AIGLE 1 - 05484 COL A COLLET MOULINS LA MARGE 1 - 05477 COL MOLIÈRE L'AIGLE 2 - 05471 COL R GOSCINNY CEAUCÉ 1 - 05483 COL E CHARTIER MORTAGNE 1  - 05476 COL J MOULIN GACÉ 2 REP - 05477 COL MOLIÈRE L'AIGLE 3 REP	- 05491 COL H FERGANT VIMOUTIERS 1 - 05479 COL J BREL LA FERTÉ-MACÉ 1 - 05491 COL H FERGANT VIMOUTIERS 2 - 05466 COL F TRUFFAUT ARGENTAN 1 - 05491 COL H FERGANT VIMOUTIERS 3 - 05491 COL H FERGANT VIMOUTIERS 3	- 05406 LYC NAPOLÉON L'AIGLE 1 - 05401 LYC ALAIN ALENÇON 1 - 05403 LYC MEZERAY-GABRIEL ARGENTAN 1 - 05402 LYC NAVARRE-LECLERC ALENÇON 1 - 05406 LYC NAPOLÉON L'AIGLE 2 - 05406 LYC NAPOLÉON L'AIGLE 3 - 05402 LYC NAVARRE-LECLERC ALENÇON 2 (LP)  - 05406 LYC NAPOLÉON L'AIGLE 4 REP - 05407 LYC LES ANDAINES LA FERTÉ-MACÉ REP
	SPORTS PARTAGÉS		
	- 05463 COL H DE BALZAC ALENÇON 1  - 05629 IME SEGUR AUBE 1 05477 COL MOLIÈRE L'AIGLE  - 05466 COL F TRUFFAUT ARGENTAN 1  - 05648 IME GODEGRAND LA CHAPELLE PRES SEES 1 - 05488 COL N J CONTÉ SÉES  - 05592 ITEP L'AIGLE 1 - 05477 COL MOLIÈRE L'AIGLE  - 05648 IME GODEGRAND LA CHAPELLE PRES SEES 2 - 05488 COL N J CONTÉ SÉES  - 05622 IME LA PASSERELLE ALENÇON 1-REP - 05462 COL ST EXUPERY ALENÇON  - 05593 EREA PIERRE MENDES FRANCE LA FERTÉ-MACÉ 1 REP		- 05592 ITEP L'AIGLE 1 05406 LYC NAPOLÉON L'AIGLE  - 05591 IME LA GARENNE ST GERMAIN DU CORBÉIS 1 05402 LYC NAVARRE-LECLERC ALENÇON  - 05592 ITEP L'AIGLE 2 05406 LYC NAPOLÉON L'AIGLE

**RECTORAT**

168, rue Caponière - B.P. 46184

14061 CAEN CÉDEX

Tél. 02 50 10 14 92 | Mel : sr-caen@unss.org

www.unss.ac-caen.fr | www.unss.org