



# GRAND PRIX DU CHARTROUSIN

## SAINT HUGUES EN CHARTREUSE

### DÉFINITION DE L'ÉPREUVE :

Course en style libre sous forme d'ateliers (sprint, parcours technique, slalom, boardercross).  
Chaque concurrent est réparti dans un groupe. Chaque groupe dispose de 40 minutes sur chaque atelier (les heures de rotation sont préalablement diffusées et affichées ; les concurrents doivent être à l'heure à l'endroit prévu). Les 40 minutes comprennent le temps d'explication à l'ensemble des membres du groupe par le jury, la reconnaissance, l'échauffement spécifique sur l'atelier et la phase de course.

### JURY :

En fonction de la qualité de la neige, du nombre de participants, des incidents de course, du nombre de bénévoles disponibles, le jury peut, afin d'assurer la sécurité des concurrents, l'équité et l'intérêt de l'épreuve :

Modifier ou supprimer des portions du parcours.

Interrompre la course en cas d'incident.

Interrompre la course pour procéder à un entretien de la piste.

Organiser des manches supplémentaires.

Organiser des manches supplémentaires avec des modalités différentes (sans bâton, avec 1 bâton ...).

Effectuer la somme des temps de plusieurs manches ou, par exemple, choisir les deux meilleures manches sur les trois effectuées.

Etc.

### ECHAUFFEMENT :

En dehors des heures prévues pour chaque groupe, les concurrents s'échauffent en-dehors des ateliers.

Pour des raisons de sécurité, il est interdit de s'échauffer sur les parcours tant que le responsable de l'atelier ne l'a pas expressément autorisé.

L'échauffement se déroule sous la responsabilité des entraîneurs des clubs en respectant un espace de 10m au départ avec le coureur précédent.

### DÉROULEMENT DE L'ÉPREUVE :

Les coureurs passent seuls (ordre des dossards), toutes les 20 secondes.

Il est obligatoire de céder le passage (se serrer sur le côté voire se ranger s'il n'y a pas suffisamment de place pour doubler) à un concurrent qui nous rattrape.

La priorité est donnée aux coureurs en course lorsque l'on repart après une chute ou une « sortie de route » (on repart alors de l'endroit exact de la sortie).

En cas de gêne flagrante obligeant le concurrent à s'arrêter longuement voire à chuter, ce dernier, selon la décision du jury, POURRA être amené à recourir.