

REGLEMENT de la RANDONNEE La TOMATE CONTRE la DYSTONIE

« Pour une randonnée en toute DECONTRACTION et en toute SECURITE »

Préambule

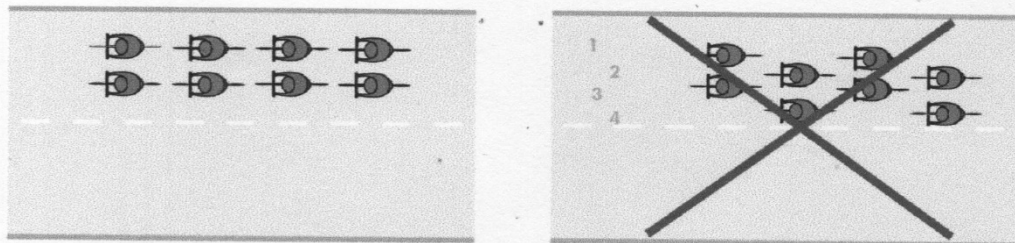
- Ce règlement est destiné aux participants inscrits à la randonnée et aux cyclotouristes externes qui participent à une étape de la randonnée.
- Tout participant doit être licencié à une fédération sportive pour la saison en cours.
- Le bureau de l'association La Tomate contre la Dystonie se réserve le droit d'accepter ou de refuser toute inscription.
- Cette randonnée comporte des étapes très vallonnées avec un dénivelé cumulé sur l'étape de # 1800 m et la distance de certaines journées peut approcher 200 km : ceci nécessite une **bonne condition physique et les capacités de suivre le peloton.**

Principes de la randonnée

- La randonnée se déroule selon les mêmes principes qu'une randonnée Audax (vitesse de 22,5 en terrain plat et de 21 sur les étapes accidentées)
- La randonnée bénéficie d'un accompagnement de motards privés qui sécurisent la progression des cyclotouristes : traversée des agglomérations, priorité aux carrefours et aux ronds-points, doublement et croisement des véhicules motorisés.
- Un véhicule de l'organisation ouvre la route et assure le respect de l'itinéraire ; un minibus voiture balai et support au dépannage ferme la marche.
- Des cyclotouristes, nommés capitaines de route, encadrent les autres participants de la randonnée : tête et queue de peloton et serre-files.
- Le parcours de chaque journée comprend plusieurs arrêts qui font l'objet de manifestations locales pour « La Tomate contre la Dystonie » tout en permettant aux cyclos de prendre collations et repas.
- Le CCLM, club en charge de la partie cyclo de la manifestation « La Tomate contre la Dystonie », en assure l'animation : respect des horaires de départ et d'arrivée des étapes, respect du règlement par les participants, désignation des capitaines de route, debriefing journalier...

Règles à respecter

- Les cyclos roulent de façon groupée, en peloton, conduits par les capitaines de route.
- Pour leur sécurité et pour faciliter la circulation des véhicules, **les cyclos roulent par 2 de front.**



Cette règle est impérative. Evitez de rouler « en épi » ou de laisser trop de distance intercalaire !

- L'allure du peloton est contrôlée par les capitaines de route.
- Il n'est pas permis de dépasser les capitaines de route ou de rouler à la même hauteur
- Entre deux villes étapes, les cyclos évitent les dépassements entre eux. Sur les portions vallonnées du parcours, toujours derrière les capitaines de l'avant, les dépassements sont autorisés dans les côtes pour réduire le fractionnement du peloton ; le peloton se regroupe et se reforme dès le sommet de la côte franchi sous la houlette des capitaines de route.

- Les cyclotouristes qui ont des difficultés passagères, qui ne leur permettent pas de suivre l'allure du peloton, doivent **impérativement** prendre la voiture balai.
- Les cyclos suivent le **guidage GPS de la voiture ouvreuse qui seule fait autorité.**
- Les cyclos peuvent déposer à l'arrière du minibus **un « petit sac »** avec des effets personnels, sans encombrer les sièges passagers ; ces sacs sont accessibles uniquement lors des arrêts déjeuner et collation.
- **Respect des horaires** : heures de départ, durée des arrêts collation, « pauses confort » ; les réparations (crevaisons) se font impérativement sans déborder les horaires !

Signature du participant :