

# Règlement

## Article 1 L'ÉVÈNEMENT

• La XRACE Adventure est une manifestation organisée par Mistral Adventura. Elle se compose de courses et de randos. Pour les courses, il s'agit d'enchaîner des ascensions d'un col mythique avec des sports différents. Les descentes font également parties des courses.

## Article 2 LES ÉPREUVES

### LES COURSES :

A - 5 formats de courses au choix :

- Double montée :

XRACE Run & Bike : à faire dans l'ordre Trail + Vélo route

XRACE Full Bike (uniquement vélo) : à faire dans l'ordre VTT + Vélo route

- Triple montée :

LA XRACE : à faire dans l'ordre VTT + Trail + Vélo route

- Quadruple montée:

LA XRACE+ : à faire dans l'ordre Roller ou ski roue

+ VTT + Trail + Vélo route

- XRACE ski roue : Unique format de course avec une seule montée, la descente se fait en bus.

B - 2 formules au choix sur chaque format :

- En solo

- En relais par équipe :

- Chaque équipier effectue seul son relais. Le classement se fait par addition des temps. Les départs de chaque discipline se font à heure fixe selon le programme.

- Une équipe peut être composée de 2 coureurs pour les Lights, 2 ou 3 coureurs pour la Medium, 2-3 ou 4 coureurs pour la Maxi.

*Exemple : un équipier peut donc effectuer plusieurs montées et devra respecter les horaires de départ des différentes disciplines dans la mesure du possible selon son avancement.*

*Sa 1<sup>ère</sup> discipline sera celle de l'ordre chronologique du format choisi.*

C - 6 neutralisations chrono :

- Pour le Roller/ski roue :

- La descente (non chronométrée) se fera en vélo par la route ; l'organisation se charge d'acheminer les vélos au sommet
- Pour les relais, la descente se fera en bus.
- Pour le VTT :
  - Sur 1,5 km au départ sur la traversée du village.
  - Au sommet arrêt chrono et neutralisation pour le début de la descente sur les crêtes sur 4 km environ.
  - Neutralisation sur la fin de la descente pour traverser le village sur 4 km.
- Pour le Vélo route :
  - Sur 1,5 km au départ sur la traversée du village.
  - Au sommet, arrêt chrono final. Les coureurs doivent effectuer la descente sur vélo et passer la ligne d'arrivée à Bédoin.

Sur l'ensemble de ces zones neutralisées, un temps maxi sera accordé aux coureurs, il correspondra en moyenne à 2 fois le temps nécessaire basé sur une allure normale. Détails sur les règles de neutralisations dans l'annexe.

### LES RANDOS :

3 disciplines :

Trail / VTT / vélo route – les VAE sont autorisés

- Départ à horaires fixes (voir article 11)
- Mêmes parcours que pour les courses

## Article 3 CONDITIONS DE PARTICIPATION

La XRACE est ouverte à toute personne majeure, licenciée et non licenciée, aux conditions définies ci-dessous.

### POUR LES COURSES :

Les concurrents possédant une licence délivrée par une fédération devront impérativement présenter une copie de leur licence valide pour la saison correspondant à l'année où se déroule la XRACE, et cela lors de l'inscription en ligne. Au plus tard, les licences devront être présentées la veille de l'édition de l'épreuve ou par mail à l'organisateur. Pour les personnes non licenciées, un certificat médical de non contre indication à la pratique sportive du sport en compétition devra être présenté.

La XRACE est organisée sous la FFtri. Un supplément de 8€ sera facturé à tout non licencié FFtri, correspondant à la licence journée.

Pour les randos :  
Aucun certificat médical n'est demandé.

## Article 4 INSCRIPTION

- Les inscriptions se font uniquement sur le site [www.xrace-adventure.com](http://www.xrace-adventure.com) en remplissant le formulaire d'inscription.
- Le coureur ou l'équipe figurera dans les listes officielles publiées sur le site web.
- Pour des raisons de sécurité, le nombre de participants sera limité à 400 coureurs pour les courses et 400 randonneurs (toutes disciplines confondues).
- L'organisation souscrit une assurance responsabilité civile organisateur. Il vous est fortement conseillé de souscrire une assurance « individuelle accident » ou vérifier que votre police d'assurance comprend cette garantie.
- **limité à 100 coureur pour la XRACE ski roue**

## Article 5 RETRAIT DES DOSSARDS

POUR LES COURSES :

- Les dossards seront à retirer la veille du départ (Vendredi) de 16h à 21h à Bédoin, ou le matin à partir de 4h45.
  - Le briefing aura lieu le vendredi à 19h30. Le programme officiel et tous les horaires des animations seront publiés sur le site, ainsi que sur la page Facebook.
  - La plaque de course devra être mise sur le cintre de chaque vélo. Le système de chronométrage (puce, bib tag,... ou tout autre dispositif), et/ou de tracking gps sera à utiliser selon les préconisations d'usage mentionnées sur le roadbook.
- Un bracelet d'identification sera distribué à chaque participant et assistant. Il devra être porté en permanence au poignet dès la remise du dossard.

POUR LES RANDOS :

- Les dossards seront à retirer à votre arrivée.

## Article 6 LES PARCOURS

A - DEPART

- L'accès à la ligne de départ doit se faire 15 mn avant l'horaire de départ indiqué dans le programme. Les concurrents devront passer le check-in avant la mise en grille de départ. Tout oubli ou manquement mettra l'équipe ou le coureur hors course, et sera marqué comme non partant et non classé.

B - BALISAGE ET TRACE

- Le parcours est balisé par nos soins. L'organisation fournit un road book indiquant les ravitaillements et

checkpoints. L'organisation met à disposition sur le site de la course les traces GPS de chaque section.

- Il est recommandé à chaque coureur l'utilisation du GPS pendant l'épreuve. Seules les traces GPS peuvent garantir l'exactitude du parcours. Le balisage de l'organisation vient compléter la trace sur le terrain.
- Une équipe de l'organisation partira 2h avant la course afin de vérifier le balisage.
- La route n'est pas coupée ; chaque coureur se doit de respecter le code de la route.

C - PORTES HORAIRES POUR LES SOLOS

- 3 portes horaires seront mises en place sur les parcours (concerne surtout le format XRACE+):
  - Porte horaire 1 : Pas de départ du Trail après 16h. Départ directement en vélo de route.
  - Porte horaire 2 : Pas de départ route après 21h30.
  - Porte horaire 3 : Pas de passage en vélo de route au Chalet Reynard (6km du sommet) après 23h.

Les coureurs qui ne peuvent franchir les portes horaires seront classés après les coureurs qui auront franchi les portes.

Exemple : *un coureur qui ne passe pas la 2<sup>ème</sup> porte, mais qui aura passé la 1<sup>ère</sup>, sera automatiquement classé avant un coureur qui n'a pas passé la 1<sup>ère</sup>.*

D - PENALITE

- Tout coureur qui ne réalise pas la totalité d'une section se verra attribué la pénalité suivante : temps du dernier + 30 mn.

Il ne pourra pas être classé devant un coureur qui aura réalisé l'ensemble des parcours.

- Le jury se réserve le droit d'intervenir dans le classement dans le but de l'équité sportive.

## Article 7 RAVITAILLEMENT

- L'organisation mettra en place 3 ravitaillements boissons + barres énergétiques :
  - A Bédoin dans la zone de transition
  - Au chalet Reynard
  - Au sommet

Toutefois, il vous est conseillé d'être un maximum autonome afin de garder vos habitudes alimentaires.

## Article 8 CATEGORIES

Sur les 4 formats de course, les catégories sont les suivantes :

- Homme solo
- Femme solo

- Homme relais
- Femme relais
- Mixte relais (au moins une femme dans l'équipe)

Pour la XRACE ski roue, voir les catégories dans l'article 14 relatif au challenge

Des informations complémentaires concernant la course seront mises à disposition des participants sur le site ou la page Facebook.

## Article 9 ECLAIRAGE/GILET FLUO

Pour la XRACE+ et la XRACE, tous les départs en vélo de route après 18h30 : éclairage vélo obligatoire (AV + AR).

## Article 10 MATERIEL OBLIGATOIRE

Lors de la 1<sup>ère</sup> édition, beaucoup de coureurs ont été surpris par le froid et n'avaient rien prévu.

Le Ventoux enregistre régulièrement des écarts de +10° entre le sommet et le village ; c'est pourquoi chaque coureur devra prévoir un kit froid.

L'organisation donnera l'info si «Obligatoire ou pas» lors du retrait des dossards

- Une paire de gants longs
- Un coupe vent
- Une couverture de survie

Conseillé : une polaire selon les conditions

Pour le trail, il sera demandé aux coureurs de partir avec minimum 1,5L de boisson. Une vérification aura lieu avant le départ et tout coureur ne pourra pas partir sans le minimum requis.

Pour les épreuves de ski roue, VTT et vélo de route, le port du casque aux normes est obligatoire.

## Article 11 HORAIRES DE DEPART

A - XRACE solo

- 5h30 : XRACE+ + Challenge rollerski
- 7h30 : XRACE + Full Bike
- 9h30 : Run & bike

B - XRACE relais et Randos

Les départs de chaque discipline auront lieu à horaires fixes (afin d'éviter une attente trop longue pour les derniers relayeurs) :

- 5h30 : Roller
- 7h30 : VTT
- 8h30 : Route
- 9h30 : Trail

Exemple d'une équipe de 2 coureurs sur la XRACE+ : *chaque relayeur part à l'heure de la discipline inscrite sur le programme. Si le départ a déjà été donné, le relayeur enchaine sur l'épreuve suivante, le classement se faisant par addition des temps de chaque discipline.*

## Article 12 TARIFS

TARIFS COURSES :

- XRACE solo : 79€ Avant le 1/05/2024
- XRACE+ solo : 89€ Avant le 1/05/2024
- FULL BIKE et RUN & BIKE: 69€ avant le 1/05/2024
- XRACE ski roue : 39€ Avant le 1/05/2024
- XRACE relais : 39€/coureur Avant le 1/05/2024 (sauf si l'un des coureurs fait 2 montées, le prix sera pour celui-ci de 69€)
- Pour les non licenciés fftri un pass compétition journée sera rajouté :
  - +8€ Pour la Xrace+
  - +5€ pour la XRACE
  - +2€ par équipiers pour les Relais ainsi que pour les formats solo Full Bike et Bike & Run

### • Augmentation des tarifs à partir du 1/05/2024:

- 1/05/2024 : +10€ sur tous les tarifs de base.
- 1/06/2024 : +20€ sur tous les tarifs de base.
- 13/06/2024 : Fermeture des inscriptions en ligne à midi.
- Inscription sur place: Inscriptions sur place dans la limite des places disponibles avec +30€ sur tous les tarifs de base

- Des frais de gestion seront appliqués par la plate forme d'inscription.

TARIFS RANDOS

12€ /15€ sur Place

NB : *pas besoin de certificat médical ou de licence sur les randos*

## Article 13 : DROIT À L'IMAGE

En participant à la Xrace adventure, j'autorise l'organisateur à diffuser de manière public les images de l'événement dans le respect de la dignité humaine.



# REGLES DES NEUTRALISATIONS

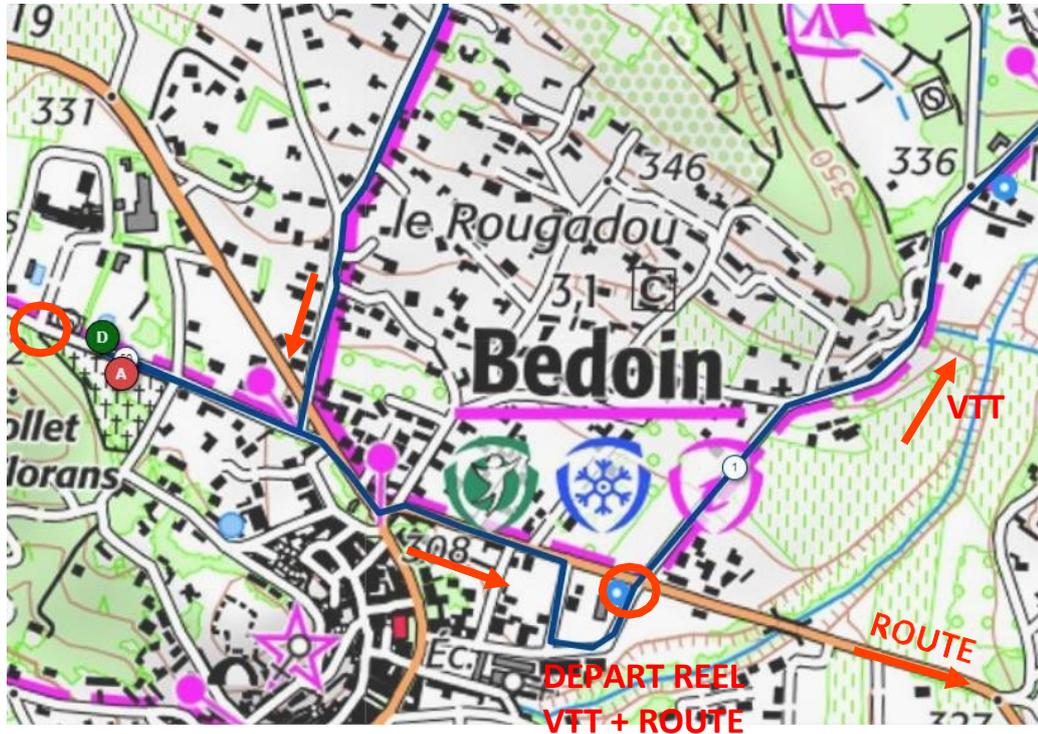
**Neutralisation** = temps max autorisé, le chrono repart passé ce temps

## ► **SOMMET SKI ROUE** : concerne que la Xrace+

**1H de neutralisation**, temps estimé = 30mn (descente par la route)

A la fin de la montée ski roue (descente en vélo), arrêt chrono jusqu'à la reprise chrono du VTT à la sortie du village. Obligation de repasser par la zone transition pour pointage.

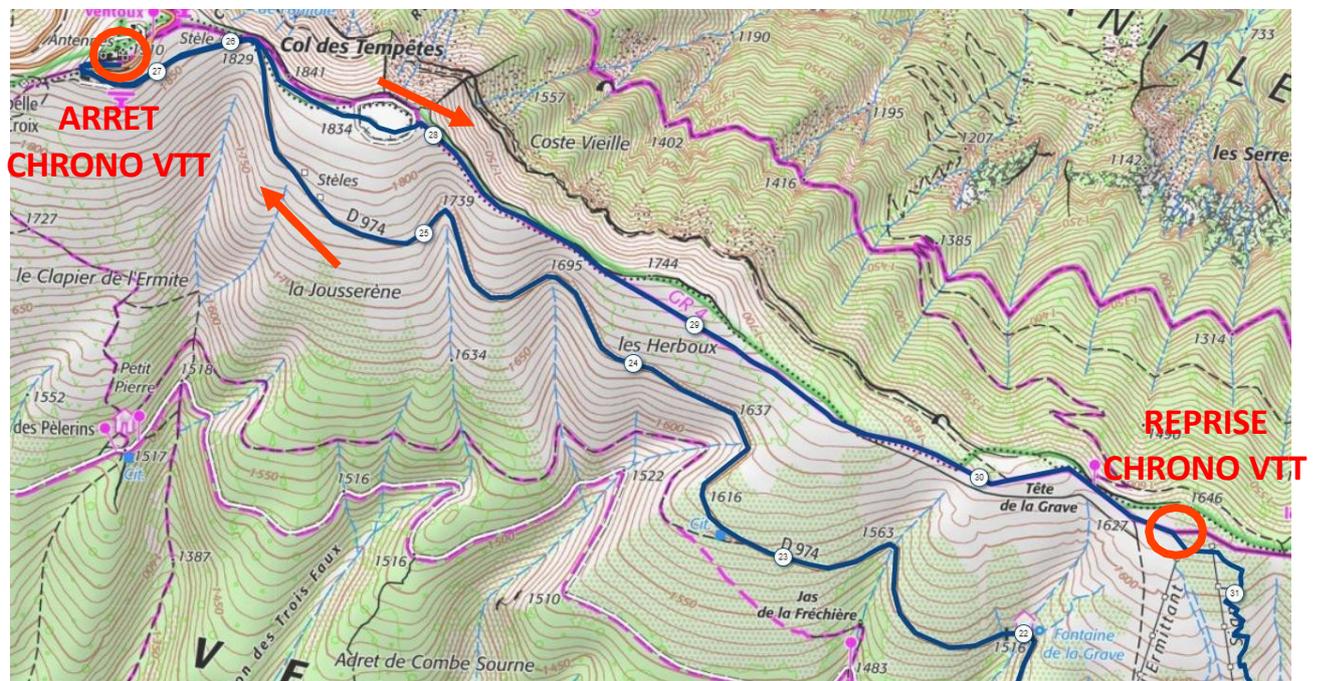
DEPART FICTIF  
VTT + ROUTE



## ► **SOMMET VTT** : concerne la Xrace+, la Xrace, la Full Bike

**30 mn de neutralisation**, temps estimé = 15mn (4km)

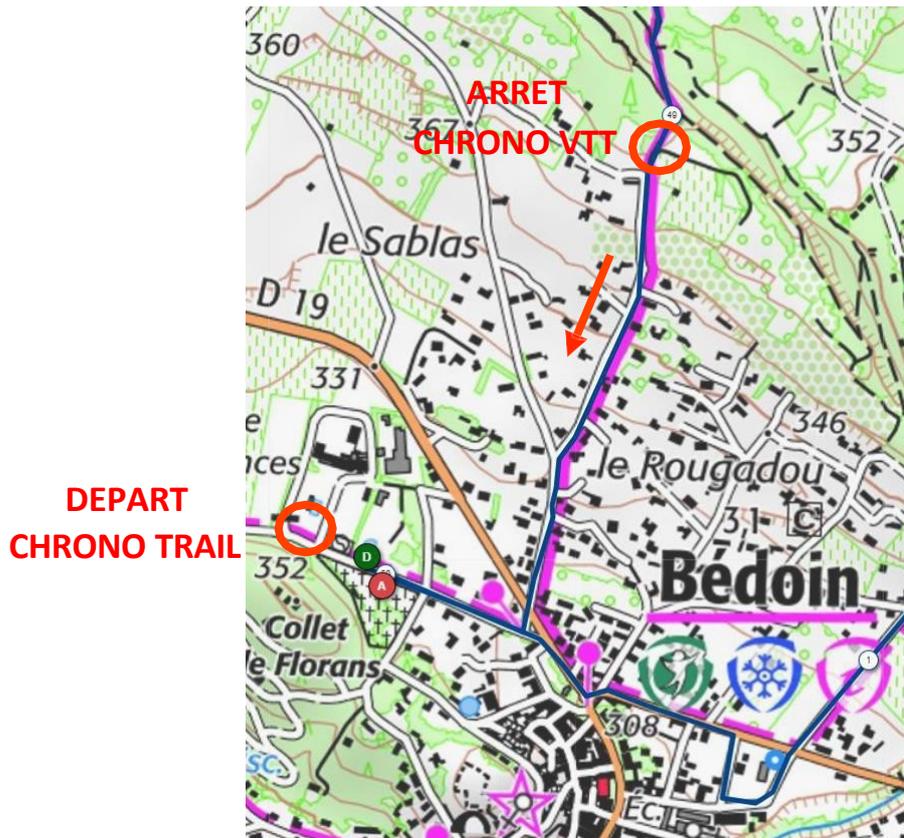
A la fin de la montée VTT arrêt chrono, 4km descendant neutralisés pour profiter de la vue sur les crêtes et pour la sécurité.



► **FIN DESCENTE VTT** : concerne la Xrace+ et la Xrace

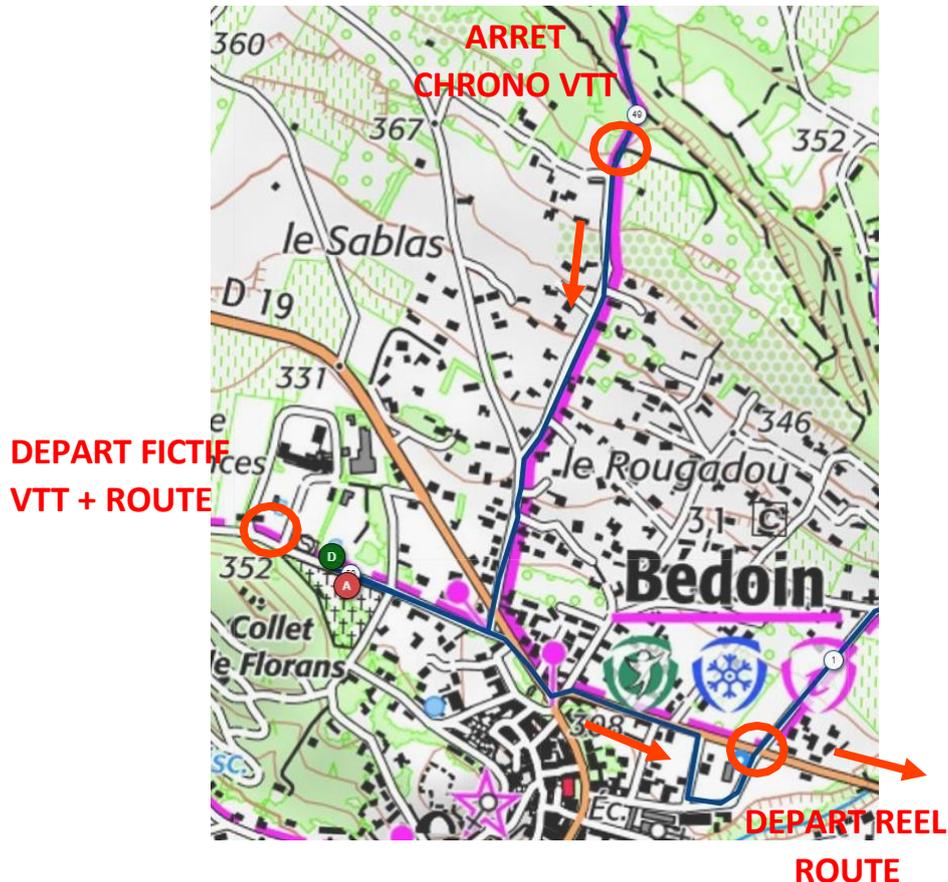
**15mn de neutralisation, temps estimé = 10mn (1km)**

Le chrono reprend à la sortie du parc transition pour le trail



► **FIN DESCENTE VTT** : concerne la Full Bike

**20mn de neutralisation, temps estimé = 10mn (2km)**



► **FIN DU TRAIL** : concerne la Xrace+, la Xrace et la Run&Bike

**15mn de neutralisation, temps estimé = 7mn (1km)**

Attention, c'est LA neutralisation qui paraîtra ultra rapide avec la fatigue, donc bien gérer le timing !!

Carte identique à la 1<sup>ère</sup>.

► **SOMMET ROUTE** : concerne tous les formats

**ARRET CHRONO FINAL : FINISHER DE LA XRACE ADVENTURE**

Pas de temps max. Vous devez juste revenir **en vélo** au centre des Florans pour passer la ligne d'arrivée fictive.