

CAHIER DES CHARGES TECHNIQUE - HIVERNALE DES CROSS DU 2026-2027

1. Objectifs de l'épreuve :

- Promouvoir la pratique du cross duathlon dans la Région Auvergne-Rhône-Alpes.
- Avoir une activité de sports enchaînés sur la période hivernale.
- Offrir une expérience accessible aux débutants, en toute sécurité.
- Mettre en valeur les territoires locaux via des parcours de pleine nature adaptés.
- Proposer aux enfants licenciés ou non un circuit hivernal pour les faire pratiquer.

2. Dates du Challenge “L’Hivernale des Cross Du” :

- Période du 4 octobre 2026 au 14 février 2027
- Finale prévue le week-end du 6-7 février ou du 13-14 février
- La Ligue se réserve le droit de modifier une date si deux sélectifs ont lieu le même jour

3. Format de l'épreuve :

3.1. Épreuve Jeunes 1 (6-8 ans) :

- **Type** : Cross Duathlon (course à pied / VTT / course à pied)
- **Format** : Accessible aux débutants et terrains peu techniques.
 - Course à pied 1 : 250m
 - VTT : 1 km
 - Course à pied 2 : 250m
- **Temps moyen estimé** : 15 min

CAHIER DES CHARGES TECHNIQUE

“L’Hivernale des Cross Du”

Ligue Auvergne-Rhône-Alpes de Triathlon

- **Catégories** : Ouvert à partir de mini-poussins jusqu’à poussins, avec classements par catégories d’âge.

3.2. Épreuve Jeunes 2 (9-11 ans) :

- **Type** : Cross Duathlon (course à pied / VTT / course à pied).
- **Format** : Accessible aux débutants et terrains peu techniques.
 - Course à pied 1 : 500m
 - VTT : 2 km
 - Course à pied 2 : 500m
- **Temps moyen estimé** : 25 min
- **Catégories** : Ouvert à partir de poussins jusqu’à pupilles, avec classements par catégories d’âge.

3.3. Épreuve XS (benjamins & minimes) :

- **Type** : Cross Duathlon (course à pied / VTT / course à pied).
- **Format** : Accessible au débutant mais possibilités de quelques parties techniques.
 - Course à pied 1 : 2 km
 - VTT : 5,5 km
 - Course à pied 2 : 1km
- **Temps moyen estimé** : 40 min
- **Catégories** : Ouvert à partir de benjamins (12 ans et +), avec classements séparés par catégorie d’année de naissance.

CAHIER DES CHARGES TECHNIQUE

“L’Hivernale des Cross Du”

3.4. Épreuve S (cadets & juniors + open adultes séniors & vétérans) :

- **Type** : Cross Duathlon (course à pied / VTT / course à pied).
- **Format** : Accessible au débutant mais possibilités de quelques parties techniques.
 - Course à pied 1 : 4 km
 - VTT : 11 km
 - Course à pied 2 : 2 km
- **Temps moyen estimé** : 1h
- **Catégories** : Ouvert à partir de cadets (14 ans et +), avec classements séparés par catégorie d’année de naissance.

4. Parcours :

4.1. Pour les courses jeunes 1 & 2 :

- **Course à pied** :
 - Parcours en boucle ou en aller-retour
 - Sol stabilisé (chemins forestiers, sentiers larges, pas de pentes techniques)
 - Dénivelé faible (< 20 m pour la boucle)
- **VTT** :
 - Parcours en boucle
 - Terrain roulant, chemins forestiers, pistes agricoles
 - Quelques relances mais **aucun passage trop technique ou dangereux**. En revanche, possibilité de virages techniques à angle droit ou demi-tour
 - Éviter les descentes abruptes, racines, pierres glissantes
 - Signalétique claire : fléchage, rubalise, marquage au sol biodégradable
 - Zones de dépassement prévues (chemins larges sur certaines portions)
 - Vélo avec cintre plat obligatoire (pas de gravel, vélo cyclo-cross, ...)

4.2. Parcours XS et S :

- **Course à pied :**
 - Parcours en boucle ou en aller-retour
 - Sol stabilisé ou type cross ou type trail
 - Dénivelé modéré (< 50 m pour la boucle)

- **VTT :**
 - Parcours en boucle.
 - Terrain roulant, chemins forestiers, pistes agricoles, passe-partout en VTT
 - Quelques relances et passages techniques possibles mais **aucun passage dangereux**. En revanche, possibilité de virages techniques à angle droit ou demi-tour.
 - Éviter les descentes trop abruptes et dangereuses
 - Signalétique claire : fléchage, rubalise, marquage au sol biodégradable.
 - Zones de dépassement prévues (chemins larges sur certaines portions).
 - Vélo avec cintre plat obligatoire (pas de gravel, vélo cyclo-cross, ...)

5. Zones techniques :

5.1. Aire de transition :

- Dimension suffisante pour accueillir tous les participants
- Numérotation visible
- Parc à vélos sécurisé (barriérage, surveillance)
- Aire de transition équitable pour tout le monde en terme de distance

5.2. Départ / Arrivée :

- Espace large, visible, sonorisé.
- Ligne de départ sur sol dur ou stabilisé / Ligne droite d'arrivée d'au moins 30 mètres
- Espace d'arrivée sécurisé, avec barriérage.

CAHIER DES CHARGES TECHNIQUE

“L’Hivernale des Cross Du”

Ligue Auvergne-Rhône-Alpes de Triathlon

- Ravitaillement à l’arrivée (eau, boisson chaude, ravitaillement solide simple)

6. Sécurité :

- Présence de secouristes (Croix-Rouge, protection civile ou autre) ou médecin inscrit à l’ordre des médecins, disposant de matériel d’urgence adapté et d’un moyen de transport adéquat pour intervenir sur le terrain. Le dispositif de secours doit être adapté à l’ampleur de l’événement
- Poste de secours à proximité de la zone de départ/arrivée
- Patrouille VTT mobile pour surveillance du parcours
- Moyens de communication (radio, téléphone portable) pour les bénévoles
- Règlement remis à chaque participant (comportement, port du casque, matériel autorisé...)

7. Encadrement :

- Bénévoles ou officiels à chaque point stratégique :
 - Intersection
 - Zone à risque éventuel
 - Ravitaillement
 - Départ/arrivée
- Briefing coureurs obligatoire (consignes sécurité, parcours, météo)
- Animateur micro pour information continue
- Avoir un vélo ouverture devant le premier ou la première athlète de la course et un vélo fermeture derrière le dernier ou la dernière athlète de la course

8. Chronométrage et Résultats :

- Système de chronométrage électronique obligatoire (puces/tapis) avec le prestataire chronométrage de l’Hivernale des Cross Du.
- Classements : les podiums se feront par catégories : mini-poussin, poussin, pupilles, benjamins, minimes, cadets, juniors, séniors, masters
- Podiums avec les médailles fournies par la Ligue. Le club peut ajouter des lots simples s’il le souhaite.
- Qualification pour la finale : sont qualifié(e)s tous les athlètes qui terminent la course à moins de 50% du temps du premier ou de la première de sa catégorie. Ce pourcentage pourra être modifié sous réserve du nombre de participants.

9. Environnement :

- Respect de l’environnement :
 - Aucun jet de déchets (pénalités prévues)
 - Zones de collecte de déchets aux ravitos et à l’arrivée
- Utilisation de balisage biodégradable ou récupérable
- Autorisations obligatoires (collectivités, ONF si forêt domaniale, propriétaires privés)

10. Logistique complémentaire :

- Parking coureurs et spectateurs
- Sanitaires (toilettes, éventuellement douches selon infrastructure)
- Zone d’accueil & retrait des dossards
- Jet d’eau pour lavage des vélos après course

11. Communication & Promotion :

- Affiches/flyers diffusés localement
- Réseaux sociaux & site de la Ligue
- Partenariats clubs locaux / municipalités
- Mise en avant du caractère débutant / convivial / accessible

12. Tarifs :

Le club organisateur devra utiliser la plateforme d’inscription commune à toutes les étapes : Sport’N Connect.

Le tarif doit être le même sur toutes les étapes :

- 5€ pour les mini-poussins, poussins et pupilles
- 10€ pour les benjamins, minimes, cadets et juniors
- 20€ pour les séniors et masters

Par ailleurs, le fait de participer à une étape ouvre droit à une remise de 10% sur toutes les autres étapes auxquelles le participant voudra s’inscrire.