



Organisé par le comité départemental
Tarn et Garonne



Championnat Régional FFC Occitanie
Contre la Montre Individuel

4 JUIN 2023
MONTAUBAN



Antenne Ramonville
2, Bis Chemin Saint-Agne – BP 32276
31522 RAMONVILLE SAINT AGNE CEDEX
Tel : 05.62.88.27.40
Mail : comite-midi-pyrenees@wanadoo.fr

Antenne Montpellier
1039 Rue Georges Méliès,
34967 MONTPELLIER
Tel : 04.67.22.49.63
Mail : ffc.comitelr@wanadoo.fr

Site Internet : www.comiteoccitanieffc.com

**CIRCULAIRE POUR L'ORGANISATION
DES CHAMPIONNATS D'OCCITANIE CLM**

**ELITE – OPEN – ACCESS
DAMES U 15 – DAMES U 17
DAMES U 19 – DAMES SENIORS
U 15 - U 17 – U 19**

DATES ET LIEU : DIMANCHE 04 JUN 2023 - MONTAUBAN RAMIEROU

ORGANISATEUR : MONTAUBAN CYCLISME 82

GENERALITES : Ce championnat est réservé aux coureurs de nationalité française , licenciés en 2023 dans le Comité Occitanie de cyclisme avec interdiction de courir le 04 juin 2023 pour les non participants .

Engagements : Internet

8 euros pour les U15 et U17

14 euros pour les Access - Open - Elite

Organisation :

Dossard : 11h30 Stade du Ramiérou

Départ : 1ère épreuve 12h30 , ensuite départ toutes les minutes dans l'ordre suivant: U15 M F - U17 M F - Femmes toutes catégories - Acces M - Open

Parcours pour les U15 M / F : Circuit bleu de 10 km

Parcours pour les U17 M / F : Circuit rouge de 15 km

Parcours pour toutes les catégories Dames sauf Dames U15 : Circuit rouge de 15 km

Parcours pour les Access M : Circuit rouge de 15 km

Parcours pour les Elite M – Open M : Circuit vert de 23 km

Lieu pour le controle médical : Stade du Ramiérou

TITRES ATTRIBUES

Nombre de titres attribués : 12

- Champion Occitanie Dames U 15
- Champion Occitanie Dames U 17
- Champion Occitanie Dames U 19
- Champion Occitanie Dames Séniors
- Champion Occitanie U 15
- Champion Occitanie U 17
- Champion Occitanie U 19
- Champion Occitanie ELITE/OPEN 1
- Champion Occitanie OPEN 2
- Champion Occitanie OPEN 3
- Champion Occitanie ACCESS 1-2
- Champion Occitanie ACCESS 3-4

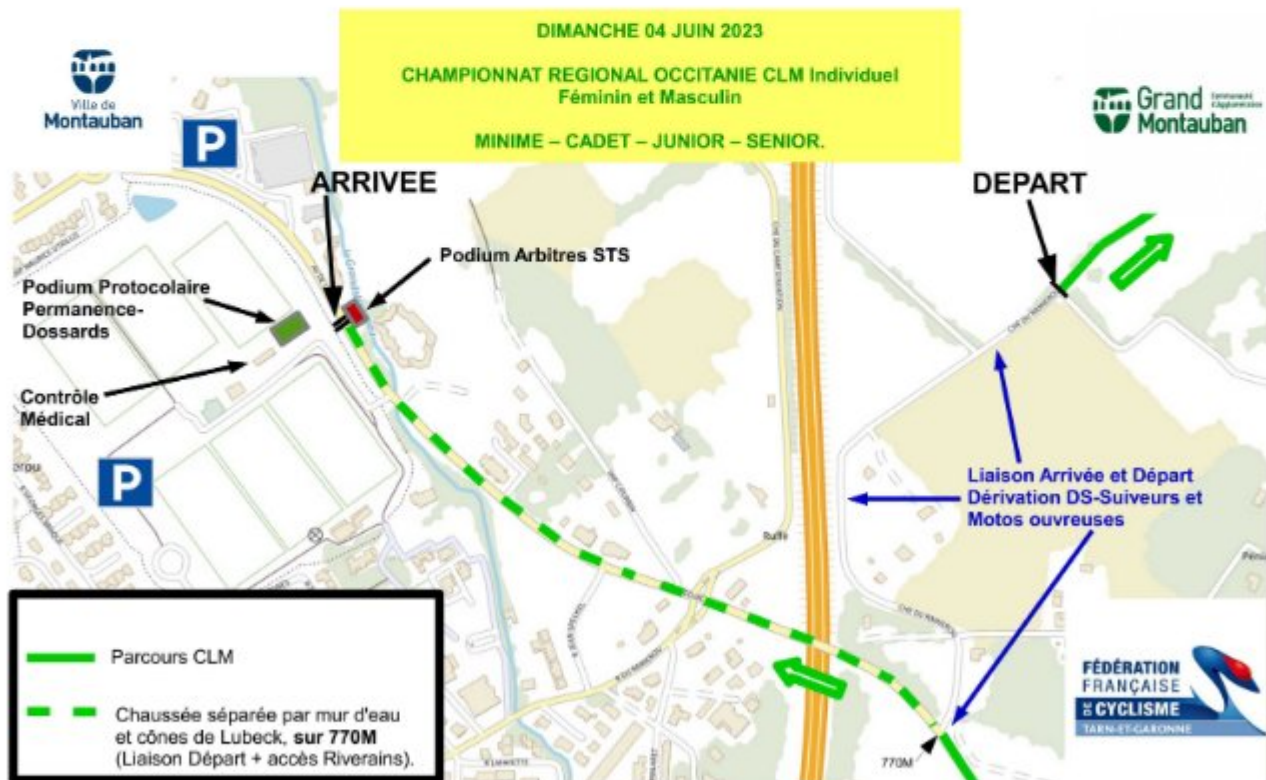
Le titre ne sera attribué dans la catégorie concernée **seulement s'il y a au minimum 3 partantes pour les femmes et 5 partants pour les hommes.**

Programme pour la journée de championnat.

Catégories	Horaire Dossard	Distance (km)	Départ	Horaire Départ	Cérémonie Protocolaire
U15 M / F	11h30	10	de 1' en 1'	12h30	~17h30
Pause technique ouverture circuit rouge (10 minutes)					
U17 M / F		15			
Dames ACCESS / OPEN / ELITE / U19		15			
ACCESS M		15			
Pause technique ouverture circuit vert (10 minutes)					
OPEN M / ELITE M / U19 M		23			

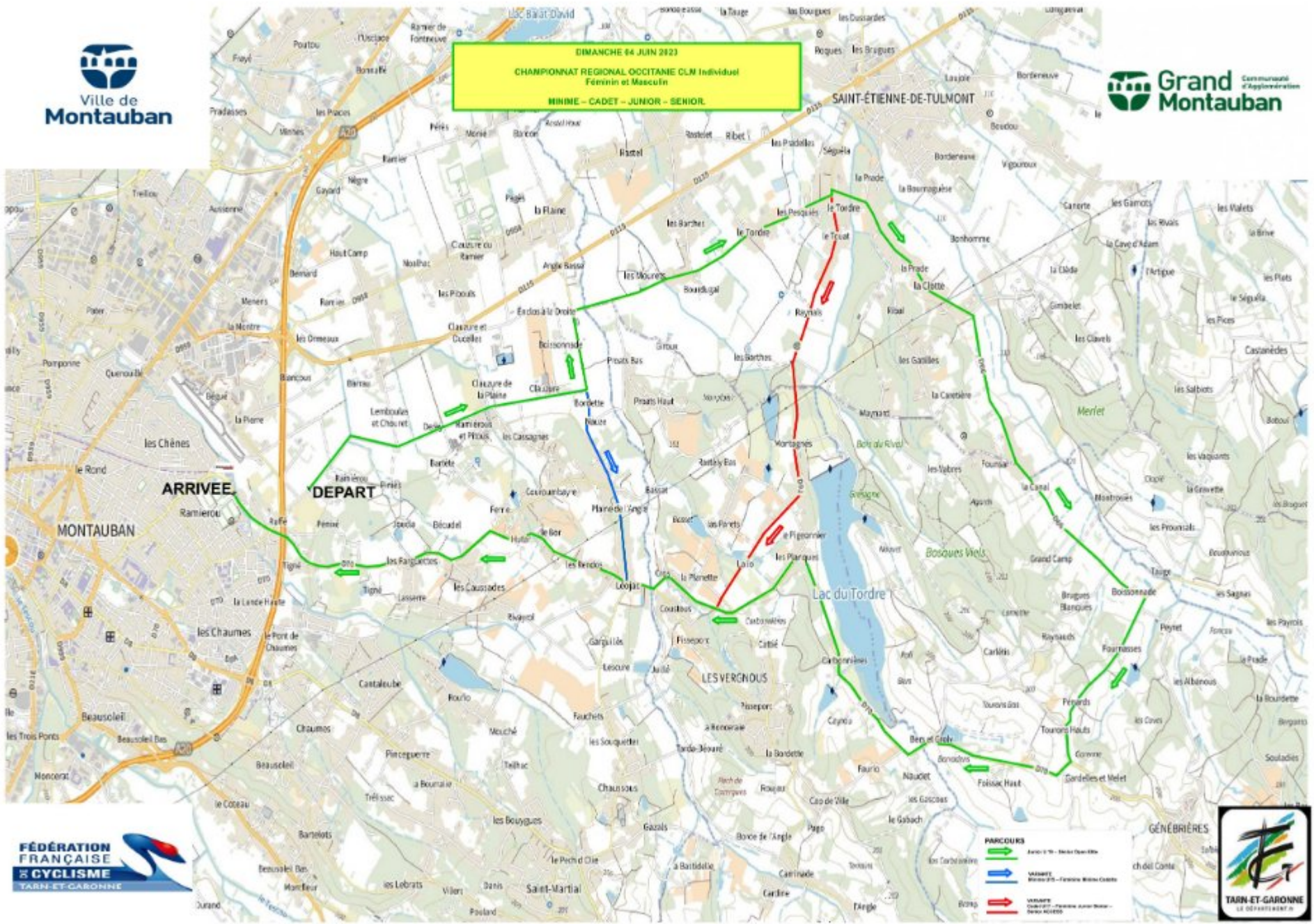
ANNEXE: Plans des circuits

Zones Départ et Arrivée



Distance entre ARRIVEE et DEPART : 1,410 KM

DIMANCHE 04 JUIN 2023
CHAMPIONNAT REGIONAL OCCITANE CLM Individuel
 Féminin et Masculin
MINIME - CADET - JUNIOR - SENIOR





Distance	Dénivelé +	Dénivelé -	Altitude min.	Altitude max.
9.16 km	57 m	59 m	108 m	147 m



Leaflet | Maps © Thunderforest thunderforest.com - Data © OpenStreetMap contributors



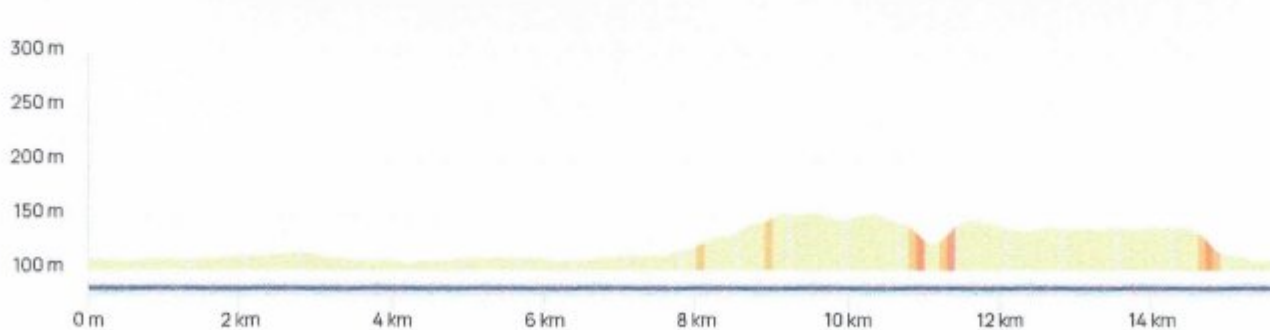
Le droit de reproduction est strictement réservé à un usage personnel et privé. Lors de la pratique de votre activité, veuillez à respecter les propriétés et chemins privés et assurez-vous de la praticabilité du parcours.



Distance	Dénivelé +	Dénivelé -	Altitude min.	Altitude max.
15.79 km	106 m	108 m	108 m	153 m



Leaflet | Maps © Thunderforest thunderforest.com - Data © OpenStreetMap contributors



Le droit de reproduction est strictement réservé à un usage personnel et privé. Lors de la pratique de votre activité, veuillez à respecter les propriétés et chemins privés et assurez-vous de la praticabilité du parcours.



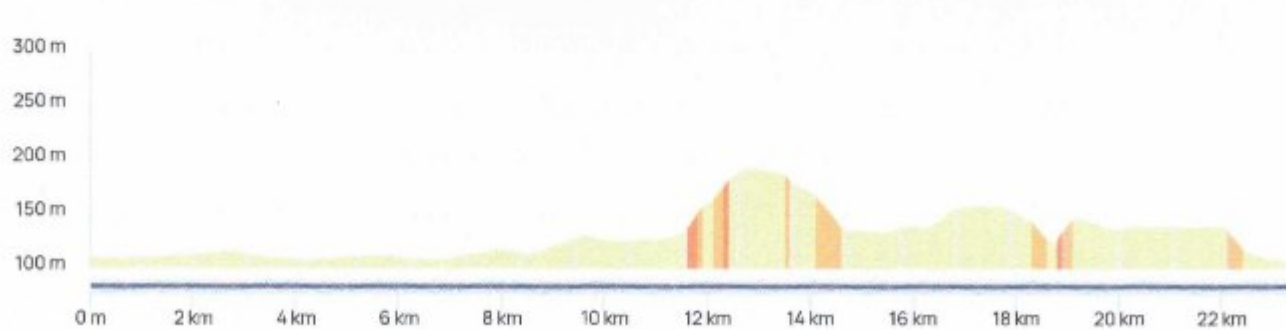
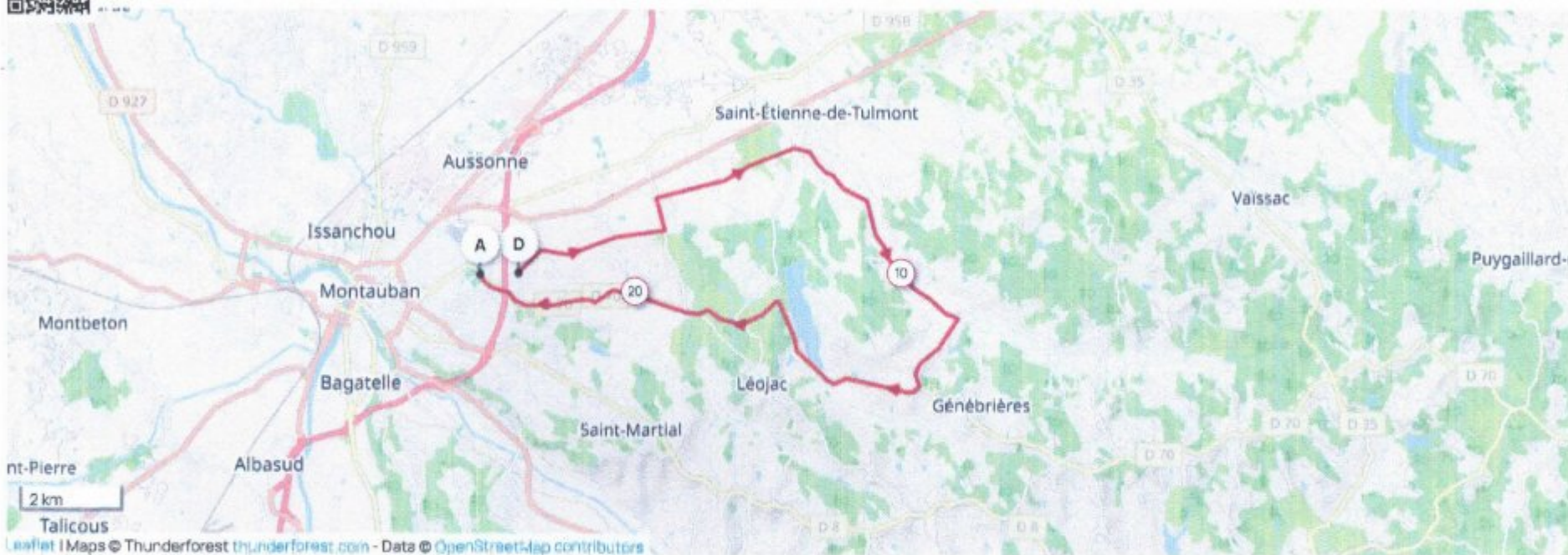
Distance
23.32 km

Dénivelé +
164 m

Dénivelé -
167 m

Altitude min.
107 m

Altitude max.
193 m



Le droit de reproduction est strictement réservé à un usage personnel et privé. Lors de la pratique de votre activité, veuillez à respecter les propriétés et chemins privés et assurez-vous de la praticabilité du parcours.

REGLEMENTATION DU CONTRE-LA-MONTRE INDIVIDUEL

Le Championnat régional Occitanie de contre-la-montre individuel sera disputé selon les dispositions du règlement FFC en vigueur.

Rappel des principales dispositions :

1 - Ordre des départs :

Les départs sont donnés de minute en minute.

2 – Appel du coureur :

Chaque coureur doit se présenter sur la ligne de départ au plus tard 15 minutes avant son heure de départ.

3 – Contrôle Matériel :

Chaque coureur doit se présenter pour le contrôle de sa bicyclette et de son équipement au plus tard 15 minutes avant son heure de départ. Les arbitres se réservent le droit de refuser le départ à un coureur n'ayant pas satisfait à cette exigence. Les bicyclettes doivent être conformes à la réglementation FFC selon les catégories du coureur. Le port du casque est obligatoire.

4 – Départ :

Le départ sera donné à partir d'une rampe de lancement. Au départ le coureur est tenu et lâché sans être poussé par un teneur. Un coureur se présentant en retard au départ ne pourra prendre le départ lancé. Il devra préalablement se manifester auprès du chronométreur donnant le départ et faire procéder au contrôle de sa bicyclette. Il devra passer par la rampe de lancement. Son temps sera décompté de l'heure prévue de son départ.

5 – Coureur en course :

Si un coureur est rejoint, il n'est pas autorisé à mener ni à profiter du sillage du coureur qui le rattrape sous peine de sanctions prévues au barème des pénalités. Le coureur qui en rejoint un autre doit observer un écart latéral de deux mètres au minimum.

Après un kilomètre, le coureur rejoint doit rouler au minimum à 25 mètres de l'autre concurrent. Si nécessaire, le commissaire doit obliger les coureurs, l'un à respecter l'écart latéral de deux mètres et l'autre la distance de 25 mètres. L'aide entre les coureurs est interdite. Aucune aide ne peut être apportée par un coureur à un autre coureur, qu'il appartienne ou non à la même équipe.

6 – Ravitaillement :

Aucun cas de ravitaillement ne doit être effectué par l'intermédiaire d'un véhicule en marche, ni en dehors de la zone de ravitaillement.

7 – Voitures suiveuses :

Chaque coureur peut être accompagné par un véhicule de tourisme ayant à son bord un responsable licencié ou son représentant, également licencié.

Le véhicule suiveur est autorisé à transporter le matériel permettant le changement de roues ou de bicyclette.

Il est interdit de préparer ou de tenir prêt, hors gabarit du véhicule suiveur, tout matériel destiné aux coureurs. Toutes les personnes doivent se tenir à l'intérieur des véhicules. L'emploi de mégaphones à transistors est autorisé.

Il est interdit de venir à la hauteur du coureur avec la voiture suiveuse. Les indications pouvant être fournies aux coureurs, doivent provenir exclusivement de l'arrière de celui-ci.

La voiture suiveuse venant à la hauteur du coureur entraîne dès la première infraction, une pénalité de 20 secondes pour le coureur et une amende prévue au barème des pénalités pour le suiveur licencié, ceci pour chaque infraction.

Le véhicule suiveur doit se tenir au moins à 10 mètres derrière le coureur et ne jamais le dépasser, ni venir à sa hauteur. En cas d'avarie, le dépannage n'est autorisé qu'à l'arrêt en tenant compte que le véhicule suiveur ne doit jamais gêner quiconque. Le véhicule suiveur d'un coureur qui va être rejoint doit, dès que la distance qui sépare les deux coureurs est inférieure à 100 mètres, se placer derrière le véhicule de l'autre concurrent. Le véhicule affecté au coureur qui en rejoint un autre, n'est autorisé à s'intercaler que si les coureurs sont séparés d'au moins 50 mètres. Si cet écart se réduit par la suite, le véhicule se replacera derrière le deuxième coureur.

8 – Règlementation routière et sécurité

La compétition se déroulera sur une route partiellement ouverte à la circulation. Les coureurs doivent respecter le code de la route, en particulier rouler à droite et ne pas couper les virages.

Une moto ouvreuse précèdera chaque coureur pour avertir et protéger son passage.

9 – Reconnaissances :

En l'absence de zone d'entraînement spécifique, tout coureur pratiquant un échauffement préliminaire ne doit en aucune manière franchir la ligne d'arrivée, ni gêner un coureur en course, sous peine de pénalisation.

10 – Infractions :

Toute infraction sera sanctionnée selon le barème des pénalités de la FFC (Courses Amateurs).