

LE DUATHLON VTT

Epreuve ouverte à toute personne pratiquant une activité sportive régulière.

Elle se compose de 3 épreuves successives :

Course à pied, VTT, et ... course à pied.

Elle se pratique en « individuel » ou à « l'Américaine »

PARCOURS

Duathlon: 3km course ... 20km VTT ... 3km course

Duath'Kids : 1km course ... 3km VTT ... 400m course
(ouvert aux enfants à partir de 8 ans)

La partie course à pied du Duathlon s'effectue dans le parcours de cross, et en sous-bois. La partie vélo reprend la partie course à pied, puis se prolonge autour du lac d'Arc-sur-Tille.

Pour le parcours du Duath'Kids, il s'effectue sur la partie course à pied du Duathlon et autour du terrain de foot. Des commissaires sont placés tout au long du parcours pour assurer la sécurité de tous.

PROGRAMME

Accueil des concurrents au Stade des « Vachottes »
(Terrain de foot d'Arc-sur-Tille)

Dimanche 7 septembre 2014

- **A partir de 8h : retrait des dossards aux abords du terrain**
- 09h30 : départ du Duathlon des Sables Individuel et Américaine
- 11h30 : départ du Duath'Kids

Récompenses : Coupes offertes à chaque catégorie représentée par au moins 10 concurrents

Un VTT offert par la Rose des Sables

tiré au sort parmi tous les participants

Quizz en attendant la remise des prix

Pour s'inscrire:

- **Inscription en ligne** sur <http://cap.vtt.free.fr>
- **VICTORIA TROPHEE** Route de Gray à St Apollinaire (jusqu'au 05/09/14).
- **SUPER U d'Arc sur Tille** Des bulletins et une urne sont à votre disposition (jusqu'au 06/09/14 à 15H00) .
- **DECATHLON Quetigny** : Des bulletins sont à votre disposition et peuvent être déposés à l'accueil (jusqu'au 06/09/14 à 15H00).
- **Par courrier** : Association Rose des Sables, 39 rue de Dijon - 21 560 Arc sur Tille. (jusqu'au 05/09/14).
- **Sur place** le samedi après midi, et le dimanche jusqu'à 30 minutes avant les départs.

Joindre le bulletin ainsi que le règlement par chèque à l'ordre de « Association Rose des Sables ».

CONDITIONS D'INSCRIPTION

Duathlon individuel : à partir de 16 ans

Duathlon Américaine : à partir de 13 ans

Duath'Kids : de 8 à 12 ans inclus

Autorisation parentale pour mineurs

Certificat médical d'aptitude de moins de 6 mois (ou licence)

Port du casque obligatoire.

**LA ROSE DES SABLES REMERCIE SES
PARTENAIRES 2014**



Fleurs et
Jardins
Arc sur Tille



Boulangerie Pâtisserie
Walewska
Varois et Chaignot

Thierry HUMBLLOT
Electricien



Pour tout autre renseignement, vous pouvez nous contacter :

Dominique Dental : 03 80 37 03 94 - dden@bbox.fr

Sylvie Mildner : 03 80 27 32 95 - remi.mildner@dbmail.com

Pour retrouver toutes les informations et les résultats, retrouvez nous sur :

<http://cap.vtt.free.fr>



<http://cap.vtt.free.fr>

LE 7 SEPTEMBRE 2014

**Duathlon VTT
ARC SUR TILLE**