



www.sochrono.fr



magasin
foul&es
Bayonne

GIANT

ACQS
EXPERTISE CONSEIL

BEACIT
INGÉNIERIE et AUTOMATION

CBLEC
Audit & Conseils



Saint Paul GRAND DAX
LES-DAX AGGLOMÉRATION



18H TRAIL
DES LOUPIOTES
7 OU 15 KM

15H30 BIKE AND RUN JEUNES

13 NOVEMBRE 2021

LAC DE CHRISTUS

SAINT PAUL LES DAX

Ne pas jeter sur la voie publique

Illustrateur: Lisa Salesses @lili_salesses lisa.salesses@gmail.com

Venez nous retrouver, le 13 Novembre pour un **BIKE and RUN jeunes** à partir de 15h30 et pour le **TRAIL des LOUPIOTES** à partir de 18h sur les chemins aux alentours du lac de Christus.

Inscription en ligne :

L'inscription se fait prioritairement sur le site www.sochrono.fr. Le paiement sera effectué en ligne jusqu'au vendredi 12 novembre à 20h.

Il sera possible de s'inscrire sur place avec une majoration de 3€/course

Le retrait des dossards : 13/11/21, à retirer au Foyer des jeunes et d'éducation Populaire (centre aéré), 735 allée de Christus à Saint Paul les Dax.

Bike and RUN : Retrait des dossards entre 14h et 15h

Tarif : 10€/équipe

TRAIL : Il s'effectuera entre 15H00 et 17H00

7 km : 8€

15 km : 14 €

BIKE and RUN jeunes : Équipe de DEUX.

Parcours et heures de départ :

	Mini Poussins – Poussins (2012 à 2014)	Pupilles 2010 - 2011	Benjamins- Minimes 2006 à 2009
Heures de départ	15h30	16h	16h30
Nombre de tours	1 boucle	2 boucles (1800 + 1300m)	3 boucles (1800m + 2 X 1300m)
Distance	1800m (6 à 9')	3100m (12' à 18')	4400m (20' à 30')
Remise des Prix	17h15	17h15	17h15

Départ et arrivée au centre aéré à Saint Paul lès Dax. Les parcours sont situés dans ce secteur sur des circuits tous terrains (chemins de terre, piste cyclable, chemin de balade).

Prévoir 1 VTT, 2 casques, 2 porte-dossards ou 8 épingles à nourrice.

Parcours Bike & Run :



1- Le trail des LOUPIOTES :

Le départ du trail est effectué à 18h (de nuit) proche du centre aéré, comme son nom l'indique, il faut **une frontale (matériel obligatoire)**. Le parcours empruntera les chemins derrière le lac de Christus.

Nous vous conseillons de prendre avec vous au moins ce matériel :

- **Couverture de survie**
- **Flasque/Bidon**
- **Barre énergétique** (ravitaillement au départ et à l'arrivée).
- **Téléphone portable** avec ce numéro enregistré: Claire : 06 37 17 20 00
- **De la bonne humeur et des sourires !**

La course de 7 km est ouverte aux concurrents nés en 2006 et avant.

La course de 15 km est ouverte aux concurrents nés en 2004 et avant.

Parcours Trail Court :



Saint-Paul-lès-Dax VTT

Type d'événement : Sans catégorie Parcours : --

8,18 km

Distance

1:02:28

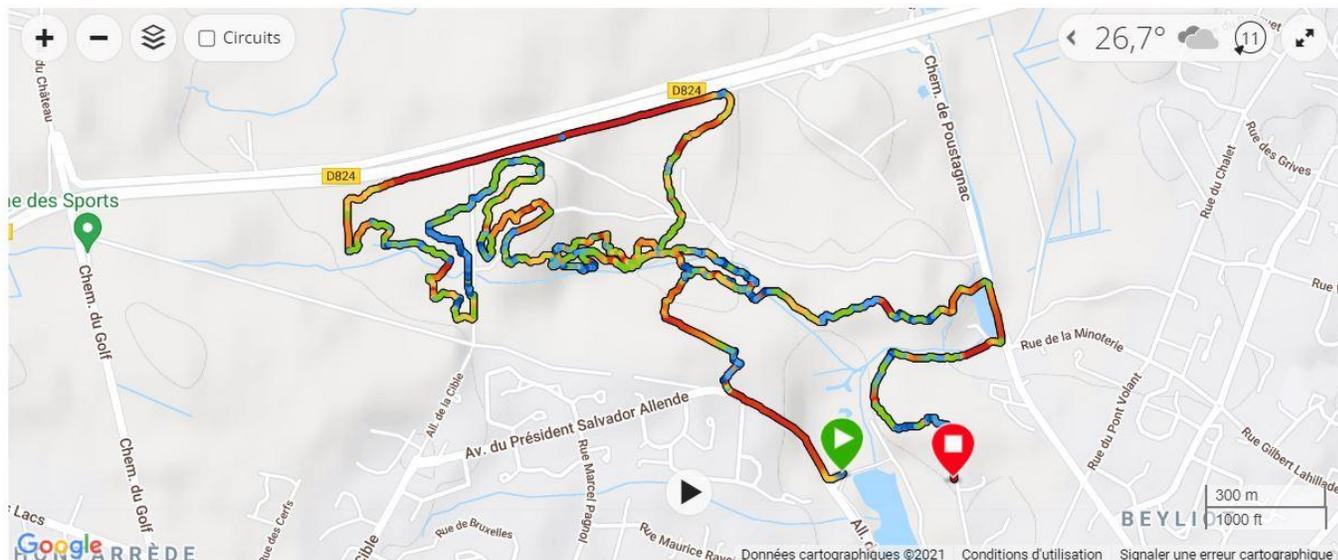
Durée

7,9 km/h

Vitesse moyenne

127 m

Ascension totale



Plus lente  Plus rapide

Parcours Trail Long :



Saint-Paul-lès-Dax VTT

Type d'événement : Sans catégorie Parcours : --

14,63 km
Distance

1:32:48
Durée

9,5 km/h
Vitesse moyenne

200 m
Ascension totale



Plus lente Plus rapide

Restauration : paiement carte bancaire préféré ;-)



<p>BIERE</p> <p>2€ + 1€ Ecocup</p>	<p>COCA</p> <p>2€</p>	<p>ICE TEA</p> <p>2€</p>	<p>CAFE</p> <p>1€ + 1€ Ecocup</p>	<p>THE</p> <p>1€ + 1€ Ecocup</p>	<p>CHOCOLAT CHAUD</p> <p>2€ + 1€ Ecocup</p>
<p>SOUPE</p> <p>2€ + 1€ Ecocup</p>	<p>SANDWICH SAUCISSE</p> <p>3,5€</p>	<p>SANDWICH VENTRECHE</p> <p>3,5€</p>	<p>FRITES</p> <p>3€</p>	<p>BROWNIE</p> <p>1,5€</p>	

Règlements:

Sur le site du club de Saint paul les dax Triathlon :

<http://saintpaullesdaxtriathlon.assoconnect.com/page/961304-reglements-bike-run-jeunes-et-trail>

Protocole sanitaire :

La présentation d'un pass sanitaire est obligatoire dès 12 ans pour les compétiteurs et accompagnants pour accéder au site (retrait des dossards, départ, arrivée, classement et remise des prix, repas à emporter, buvette).

Par conséquent, le port du masque n'est pas obligatoire (enceinte où le pass sanitaire est requis).

(Cf <http://www.landes.gouv.fr/fin-du-port-du-masque-dans-le-departement-des-a7242.html>

<https://www.sports.gouv.fr/accueil-du-site/actualites/article/decisions-sanitaires-applicables-au-sport-a-partir-du-30-septembre-2021>)

(Application des règles en vigueur, modifications possibles)

Nos Partenaires institutionnels



Département
des Landes



FÉDÉRATION
FRANÇAISE DE
TRIATHLON



LIGUE RÉGIONALE DE
TRIATHLON
NOUVELLE-AQUITAINE



Un GRAND MERCI à TOUS NOS PARTENAIRES : sans leur implication, cette journée serait impossible !

TRÈS BONNE COURSE A TOUS !!! ECLATEZ-VOUS!