



Challenge RO Course à Pied



Présentation :

Pour tous les coureurs du Rambouillet Olympique, nous proposons cette année un challenge Course à Pied. L'objectif du challenge est d'obtenir le plus de points possibles tout au long de l'année en participant à des courses sous les couleurs du RO.

Pour marquer des points et apparaître dans le classement, il faudra au minimum avoir participé à une course officielle dans la saison.

Participer à une course rapportera un certain nombre de points (détaillés ci-dessous).

La présence aux séances de fractionné du mardi et du jeudi comptera dans ce challenge (voir détails).

Il y aura un classement distinct pour les femmes et les hommes. Ce classement sera consultable sur le site et mis à jour régulièrement.

⇒ rambouillet-olympique.com --> La vie du club --> Résultats – épreuves sportives

Méthode de calcul :

La formule utilisée pour calculer les points du classement général est la suivante :

❖ (Somme des points marqués sur chacune des courses) x **coeff.présence** x **coeff.catégorie**

coeff.présence : égal à 1 + taux de présence aux séances de fractionné

coeff.catégorie : coefficient correcteur pour les catégories d'âge

Année de naissance		Catégorie	Coefficient
2004	2005	JU	1,2
2001	2003	ES	1,1
1989	2000	SE	1
1984	1988	M0	1,1
1979	1983	M1	1,2
1974	1978	M2	1,3
1969	1973	M3	1,4
1964	1968	M4	1,5
1959	1963	M5	1,6
1954	1958	M6	1,7
1949	1953	M7	1,8
1944	1948	M8	1,9
1939	1943	M9	2
1900	1938	M10	2,1

❖ Exemple de calcul :

un coureur a marqué 200 points sur des courses dans la saison, est venu à 70% des séances et est M2 :

200 x 1,70 x 1,3 = **442 pts** au classement général

Décompte des points par course :

Le nombre de points marqués sur une course dépend de plusieurs critères :

- Type de course (trail ou route) et distance
- Course club ou non
- Nombre de participants du club
- Classement général de la course
- Classement catégorie

❖ Type de course et distance :

Coefficient appliqué au total de points de chaque course.

Trail	
distance	coefficient
moins de 10 km	2
entre 10 et 20 km	4
entre 20 et 50 km	8
entre 50 et 100 km	12
+ 100 km	16

Route	
distance	coefficient
moins de 5 km	1
entre 5 et 10 km	2
entre 10 km et semi	4
entre semi et marathon	8
entre marathon et 100 km	12
+ 100 km	16

❖ Course club :

Le nombre de points sera **doublé** pour les courses club définies en début de saison. (1 par mois)

❖ Nombre de participants du club :

Plus il y aura de participants du club à une course, plus le nombre de points attribué sera élevé.

Par exemple, pour un coureur solitaire le nombre de points sera 4.

Alors que si 5 personnes du club participent à la même course, la répartition sera la suivante :

- 4 pts pour le 5^e
- 5 pts pour le 4^e
- 6 pts pour le 3^e
- 7 pts pour le 2^e
- 8 pts pour le 1^{er}

Soit 4 points pour le dernier et un point supplémentaire en remontant le classement club.

❖ Classement général :

Un nombre de points est attribué en fonction de la position du coureur dans le classement général de la course.

Position général	Nombre points
dans les 10%	15
entre 10 et 20%	12
entre 20 et 30%	10
entre 30 et 40%	8
entre 40 et 50%	6
entre 50 et 60%	5
entre 60 et 70%	4
entre 70 et 80%	3
entre 80 et 90%	2
au-delà de 90%	1

❖ Classement catégorie :

Un nombre de points est attribué en fonction de la position du coureur dans le classement de sa catégorie.

classement catégorie	Nombre points
1er	5
dans les 3 premiers	4
dans les 5 premiers	3
dans les 10 premiers	2
dans les 20 premiers	1
au-delà de 20	0

Points importants :

- Inscription

Lors de l'inscription, pensez bien à préciser **RAMBOUILLET OLYMPIQUE** quand un club est demandé.

- Le jour de la course

Portez fièrement les couleurs du club (maillot, veste, short, chaussettes, cache-cou...)

- Résultats de votre course

Tous les résultats de courses effectuées par chaque licencié sont à retrouver sur le site du club :

rambouillet-olympique.com --> La vie du club --> Résultats – épreuves sportives

Si vos résultats n'y figurent pas, merci de le signaler par mail ou directement dans le groupe Whatsapp CAP RO.