



Ma première compétition de BMX

Comment se déroule une course de BMX

Sommaire



- Les niveaux de compétitions
- L'équipement du pilote
- La fiche de race
- Les prégrilles
- Le déroulement de la course

Les niveaux de compétitions



- Les compétitions de BMX Race existent au niveau départementales, régionales, nationales et internationales.
- Elles s'adressent à tous les âges et niveaux
- Les pilotes sont classés par catégories en fonction de l'âge



Vocabulaire à savoir:

- Race -> course de bmx
- Manche qualificative (1 tour de piste avec 8 pilotes max au départ)
- Pilote -> compétiteur

L'équipement du pilote

Lors d'un jour de compétition le pilote doit être équipé:

- Son maillot du club LPM
- Pantalon de BMX
- Équipement basique de protections (casque intégral, gant, coque, genouillère)



L'équipement du pilote

- Une plaque frontale:

Elle se situe sur le guidon à l'aide de rislans

- Une plaque latéral:

Elle se situe à l'avant du cadre



L'équipement du pilote

Sur chacune de ces 2 plaques, 2 éléments doivent figurer:

- Ton numéros d'identification qui est indiqué sur ta licence
- Le tout posé sur le fond de plaque de couleur sur la plaque frontale situé sur le guidon uniquement

Pour les garçons le fond de plaque est de couleur jaune

Pour les filles le fond de plaque est de couleur bleu



Garçons



Filles / Femmes



Cruiser



Junior F et G



Elite F et G

Les prégrilles

- Les prégrilles sont des grilles où tu te positionnera avec tes concurrents en fonction de ton numéros de race afin d'attendre ton tour pour rouler
- Chaque couloir correspond à un numéros:

1: 1/11/21/31/41/51/61/71/81....

2: 2/22/32/42/52/62/72/82...

3: 3/13/23/33/43/53/63/73/83....

4: 4/14/24/34/44/54/64/74/84....

5: 5/15/25/35/45/55/65/75/85....

6: 6/16/26/36/46/56/66/76/86....

7: 7/17/27/37/47/57/67/77/87....

8: 8/18/28/38/48/58/68/78/88....

9: 9/19/29/39/49/59/69/79/89....

0: 10/20/30/40/50/60/70/80....

Cela indique ton numéros de la race et en fonction tu te mets dans le couloir correspondant



Le déroulement de la course

- Lors de son arrivé à la course, tu auras 1h pour faire des tours de pistes afin de te familiariser avec les bosses, le départ et les virages
- Une fois que tu as découvert ta fiche de race tu auras 3 tours de pistes (3 manches qualificatives) pour faire ta meilleure place possible à chaque tours et pouvoir te qualifier aux phases finales (quart/demie/finale)
- Pour les phases finales tu auras qu'une seule chance de passer au tour suivant et ce jusqu'en finale où se retrouveront les 8 meilleurs pilotes de ta catégorie de la journée
- À partir des phases finales, tu pourra choisir ta place au départ, l'ordre de choix se fait du meilleur score au moins bon lors de la course précédente





Contact:

- Si vous avez des questions concernant la compétition, n'hésitez pas à vous rapprocher des entraîneurs et du bureau