

# 3ème Défi du Haut Bréda 2019

D'Allevard au Pic de la Belle Etoile  
Course Vélo + Ski  
(En solo ou en relais)

3<sup>ème</sup> édition

## Défi du Haut Bréda

28 avril 2019 au Pleynet

**Vélo : 22 km - 1000 m D+**

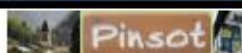
**Ski de rando : 4 km - 1300 m D+**

Parcours  
borné



**Infos et inscriptions :**  
[www.defiduhautbreda.fr](http://www.defiduhautbreda.fr)

Partenaires :



Organisé par :



## Présentation

Il s'agit d'une épreuve de Vélo + Ski Alpinisme ayant pour but de rallier la ville d'Allevard (490 m) au Pic de la Belle Etoile (2718 m).

Cet évènement sera co-organisé par un club de vélo (Roue Libre du Pays d'Allevard) et un club de ski d'alpinisme (Belles Grimpes Ski Alp). Les concurrents partiront d'Allevard à vélo pour monter au Pleynet (22 km et 1000 m de D+) puis dans une zone prévue à cet effet, ils se changeront pour partir en ski de randonnée jusqu'au sommet du pic de la Belle Etoile (env1300 m de D+).

## Participation - assurance

L'épreuve est ouverte à toutes personnes âgées de plus de 18 ans.

Pour pouvoir participer à l'épreuve et être couvert par les assurances (FFME et GAN) qui couvrent les activités de ski-alpinisme et vélo, les participants devront :

### **Pour le Ski :**

- Soit fournir une licence « compétition » FFCAM ou FFME à jour avec visa médical « compétition ».
- Soit acquérir une licence « découverte à la journée » FFME (7€, disponible lors de l'inscription), et fournir un certificat médical de moins de 6 mois attestant de la non contre-indication à la pratique du ski alpinisme en compétition.

### **Pour le Vélo :**

- Soit fournir une licence « compétition » FFC, FSGT, UFOLEP, ou FFTriathlon à jour avec visa médical.
- Soit produire un certificat médical de moins de 6 mois attestant de la non contre-indication à la pratique du vélo en compétition.

## Règlement Vélo

Cette épreuve se déroule sur route ouverte à la circulation. Les participants devront donc se conformer au code de la route ainsi qu'à tout arrêté préfectoral et municipaux en vigueur, et satisfaire à tout arrêt et contrôle au cours de l'épreuve.

L'organisation se réserve le droit de modifier le parcours en cas de force majeure.

L'organisation se réserve le droit d'utiliser toutes photographies prises au cours de l'épreuve afin de promotion de celle-ci.

### Parcours (voir page 8 pour la carte)

- Pointage des coureurs à Allevard à 7h.
- Briefing à 7h15.
- Départ à 7h30, sur la Place devant l'église d'Allevard.
- Du départ jusqu'au Pleynet (22km, 1000m de dénivelé), la montée est chronométrée. Les participants sont soumis à l'observation stricte du code de la route, toute infraction engage la seule responsabilité du coureur.

Le parcours vélo se termine au fond du parking du Pleynet (Altitude 1420 m).

- Les concurrents arrivant au Pleynet après la barrière horaire fixée au briefing (à priori 10h00) ne feront plus partie de la course.
- Les coureurs ont l'obligation de porter une plaque numérotée, fixée de manière visible à l'avant du cadre de leur vélo.

### Equipement obligatoire

- Casque de sécurité rigide norme CEE.
- Matériel de réparation pour crevaison (chambre à air, démonte pneu, pompe).

### Equipement conseillé

- Un bidon d'eau et des barres énergétiques.
- En fonction des conditions climatiques : collants, gants et coupe-vent.

### Infractions

- Les coureurs doivent toujours suivre le parcours officiel. L'emprunt de tout autre itinéraire entrainera la disqualification.
- En cas d'incident ou d'accident risquant de fausser le déroulement de la course, la direction de l'organisation peut à tout instant décider, après en avoir alerté les chronométreurs soit de modifier le parcours ; de neutraliser temporairement la course ou de l'annuler.
- L'aspiration et l'entraînement par un véhicule à moteur est interdit en toutes circonstances.
- Afin de respecter l'environnement et dans un souci de sécurité, il est interdit de se débarrasser d'aliments, de bidons ou de tout autre accessoire.
- Toute infraction au Code de la Route sera pénalisée et pourra entrainer l'exclusion de la course.
- L'organisation pourra exclure de l'épreuve et de son classement tout concurrents ne respectant pas le règlement en particulier le code de la route.

### Abandons

- Un véhicule « balai » sera à l'arrière de l'épreuve. Tout coureur qui abandonne doit remettre son dossard et signaler à l'organisation son abandon.
- En cas de crevaison ou problème mécanique, le concurrent doit être autonome et réparer par ses propres moyens.

### Classement

Un classement pour la partie vélo sera établi à l'arrivée au Pleynet.

Deux catégories : meilleur temps homme et meilleur temps femme.

## Règlement Ski

- L'organisation pourra selon les conditions météo annuler l'épreuve.
- La non-conformité du matériel de sécurité ou l'équipement non conforme d'un participant annulera l'inscription.
- Aucun détritrus ou matériel ne doit être abandonné sur le terrain.
- Chaque concurrent doit posséder le matériel listé en annexe.
- La vérification du matériel se fera au départ du Pleynet.
- L'arrivée chronométrée sera établie au sommet du Pic de la Belle Etoile. En fonction des conditions météo et nivologique, le parcours pourra être modifié par l'organisation.
- Un concurrent rejoint doit laisser le passage à celui qui en fait la demande.
- L'abandon se fait à un poste de contrôle, sauf cas de force majeure.
- Les participants acceptent l'utilisation des images fixes ou audio visuelles prises pendant l'épreuve par l'organisation sur tout support promotionnel ou publicitaire.
- L'organisation n'est pas responsable des biens et objets des concurrents en cas de vol ou de perte. Les vêtements doivent être rangés dans les sacs fournis au départ et restitués à l'arrivée.
- La signature du bulletin d'inscription atteste la prise de connaissance du règlement et en accepte son application.
- Un contrôle des DVA sera mis en place à la sortie du parc à Vélo. Tous concurrents n'étant pas équipés d'un DVA en état de marche sera disqualifié.

### Parcours (voir page 8 pour la carte)

- Le parcours, situé en zone de montagne, sera balisé et tracé mais non sécurisé (voir matériel obligatoire).
- Les concurrents devront suivre l'itinéraire balisé et ne pas s'en écarter.
- Suivant les conditions nivologique et météo, une barrière horaire sera fixée sous le Rocher de l'Évêque (env. 2000 m).
- 150m sous le sommet, la pente se raidit (40 à 45°) et pourra être équipée. L'usage des crampons et longues pourra être demandé.
- L'arrivée sera définie au sommet du Pic de la Belle Etoile (2718m).
- La descente (non chronométrée) s'effectue par l'itinéraire de montée sous la responsabilité du coureur. Nous vous conseillons de l'effectuer groupée et sans prise de risques.

### Abandon

- Tout coureur qui abandonne doit remettre son dossard et signaler à l'organisation son abandon

## Classements

Le classement sera effectué au sommet du pic de la Belle Etoile :

Seront récompensés :

- Meilleurs temps hommes et femmes à ski.
- Podium scratch hommes et femmes solo.
- Podium scratch hommes et femmes duo.

## Liste du matériel obligatoire pour la partie ski

Le parcours se situe en zone de montagne non sécurisée. Le matériel pourra être vérifié au départ du Pleynet. Pour plus d'information, se référer à la réglementation FFME en vigueur ( <http://www.ski-alpinisme.com/reglement.php> ).

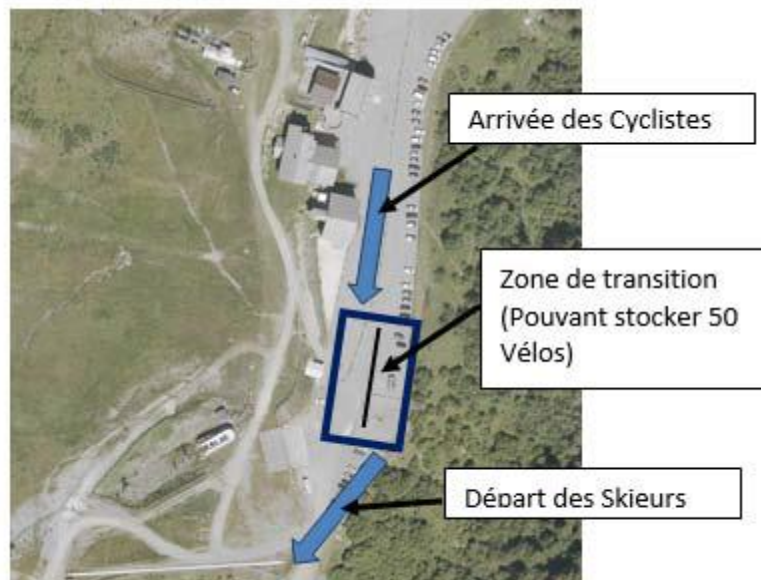
### **Matériel :**

- Skis, fixations, peaux, chaussures, bâtons.
- DVA, pelle, sonde, casque, baudrier, longe, crampons.

### **Vêtements :**

- Trois couches en haut dont un coupe-vent (une 4ème couche pourra être demandée suivant les conditions) et deux couches en bas.
- Gants, bandeau ou bonnet, lunettes de soleil.

## Transition Vélo –Ski



- La transition s'effectuera au Pleynet après avoir parcouru l'épreuve de vélo.
- La zone sera délimitée par des barrières et son accès sera strictement réservé aux concurrents.

- Le déplacement dans cette zone devra se faire uniquement à pieds. Il faudra donc descendre du vélo avant d'entrer dans cette zone.
- Le matériel pour le ski de randonnée sera placé en fonction du numéro de dossard.
- Une zone de ravitaillement sera située à la sortie de cette zone de transition.

## **Annulation**

L'organisateur, en cas de force majeure, se réserve le droit d'annuler la course sans remboursement des frais d'inscription.

## **Participation en Duo**

- L'épreuve peut être réalisée en Duo (Un cycliste + Un skieur Alpiniste). Le règlement s'appliquera de la même façon aux Duos et aux Solos.
- Le passage de relais s'effectuera à la sortie de la zone de transition et la chasuble devra être transférée du cycliste au skieur alpiniste.
- Seront récompensés les premières équipes hommes, mixtes et femmes. Un classement Duo sera réalisé à l'issue de l'épreuve.

## **Inscription**

- L'inscription est de 40 euros pour les Solos et 60 euros pour les Duos (2x30) + 7€ si pas d'assurance FFME ou FFCAM pour le ski alpinisme (course + repas).
- L'inscription se fait en ligne chez notre partenaire « Thierry Unautresport ».

## **Organisation et Logistique**

### **Samedi 27 avril 2019**

16h à 18h : Retrait des dossards et inscriptions (pas d'inscription le dimanche) devant le magasin « Allevard Sport Shop ».

### **Dimanche 28 avril 2019**

5h à 5h30: Retrait des dossards et dépose des vélos à Allevard.

5h30 à 6h15 : Dépose du matériel de ski Alpinisme.

6h15 : Briefing au Pleynet.

6h30 à 7h : Descente en bus à Allevard.

7h30 : Départ des cyclistes d'Allevard.

8h30 : Arrivée des premiers cyclistes au Pleynet.

10h : Arrivée des derniers cyclistes au Pleynet et des premiers skieurs Au Pic de la Belle Etoile.

13h : Arrivée des derniers skieurs au Pic de la Belle Etoile.

A partir de 12h : Repas au Pleynet.

14h : Podiums et remise des récompenses.

# **Dispositif de sécurité et sanitaire**

## Epreuve de vélo (7h30 à 10h)

- Un poste de sécurité basé au Pleynet (4 secouristes).
- Une voiture ouvreuse + moto.
- Deux motos dans le peloton.
- Une voiture balai matérialisant la fin de course.
- Bénévoles signaleurs à tous les croisements pour assurer la sécurité des coureurs (voir carte du parcours).
- Deux bénévoles ayant le PSC1 (Samuel Le Baher, Guylaine Blanc).
- Mise en place de barrières de sécurité pour le départ et l'arrivée.

## Epreuve de Ski de Randonnée (8h30 à 12h30)

- Un poste de sécurité basé au Pleynet (4 secouristes).
- Un Guide de Haute Montagne (Arthur Sordoillet).
- Un accompagnateur en montagne (Samuel Le Baher).
- 10 bénévoles reliés par radio sur le parcours.
- Parcours sécurisé et validé par un guide de haute montagne.
- Parcours tracé et balisé par l'organisation.
- Information au secours en montagne de l'évènement.

# Carte des parcours

Vélo



Ski de randonnée

