

BIKE & RUN LE MATIN
EASY RAID L'APRÈS-MIDI



AMAZING DAY

BIKE & RUN / EASY RAID

DIMANCHE 8 FÉVRIER 2026



INSCRIPTIONS B&R + EASY RAID
= 50% SUR L'EASY RAID



COURSES S - XS - XXS - 8/11 ANS

Programme dimanche 8 février

- ▣ 8-9h15: retrait des dossards toutes les courses au gymnase.
- ▣ 9h30: départ Bike and Run S.
- ▣ 9h40: départ Bike and Run XS.
- ▣ 9h30-11h30: retrait dossard kids au stade
- ▣ 11h15: départ Bike and Run XXS ans.
- ▣ 11h45: départ Bike and Run 8-11 ans.
- ▣ 12h00: Proclamation des résultats B&R.
- ▣ 11h30-13h30: Crazy Croziflette.
- ▣ 14h00 : Easy Raid.
- ▣ 16h30: Proclamation des résultats Easy Raid.

Les Bike and Run Formats

XS – S - XXS

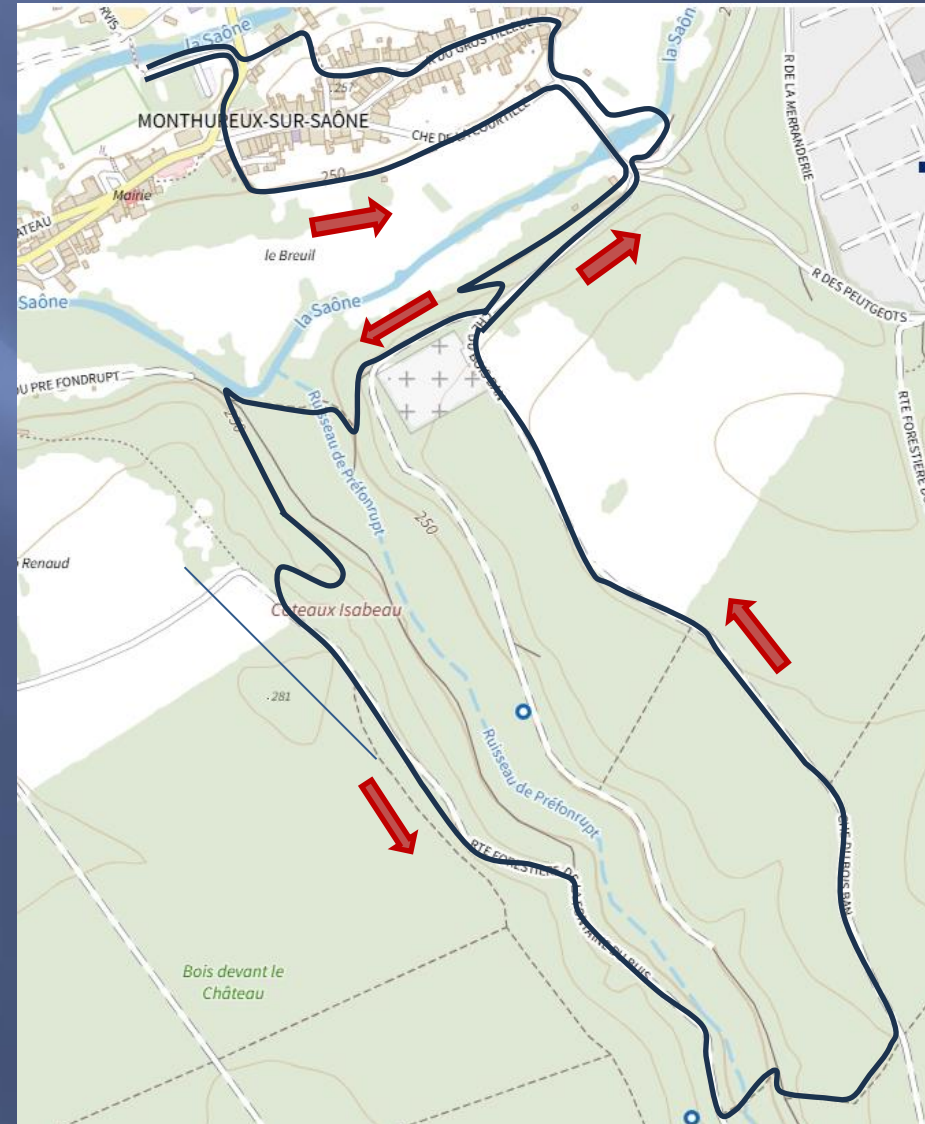
- ▣ Départ: stade de Monthureux/Saône.
- ▣ Boucle de départ solo cap: 2x300 m (chaque binôme). 2x150 m pour le XXS
- ▣ Boucle en duo: 5000 m.
- ▣ Format XXS: 2 petits tours - 4 kms
- ▣ Format XS: 2 tours - 10 kms
- ▣ Format S : 3 tours - 15 kms.
- ▣ Sécurité: Contrôle des carrefours , circulation alternée.
- ▣ Arrivée: Stade de Monthureux/Saône

Plans Bike & Run XS-S

BOUCLE SOLO CAP

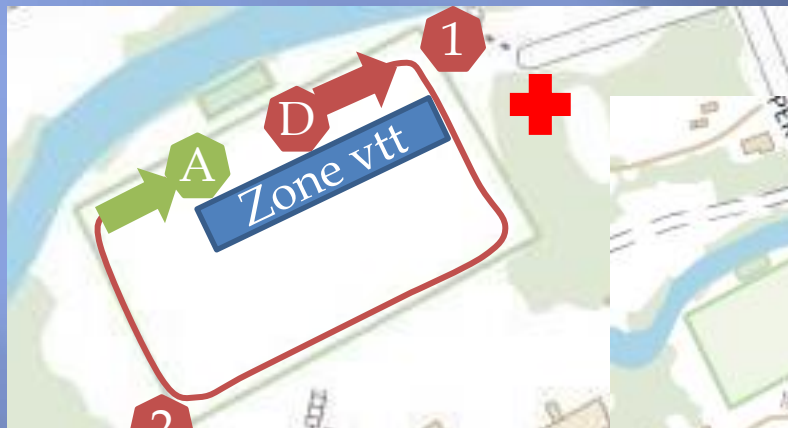


BOUCLE DUO B&R

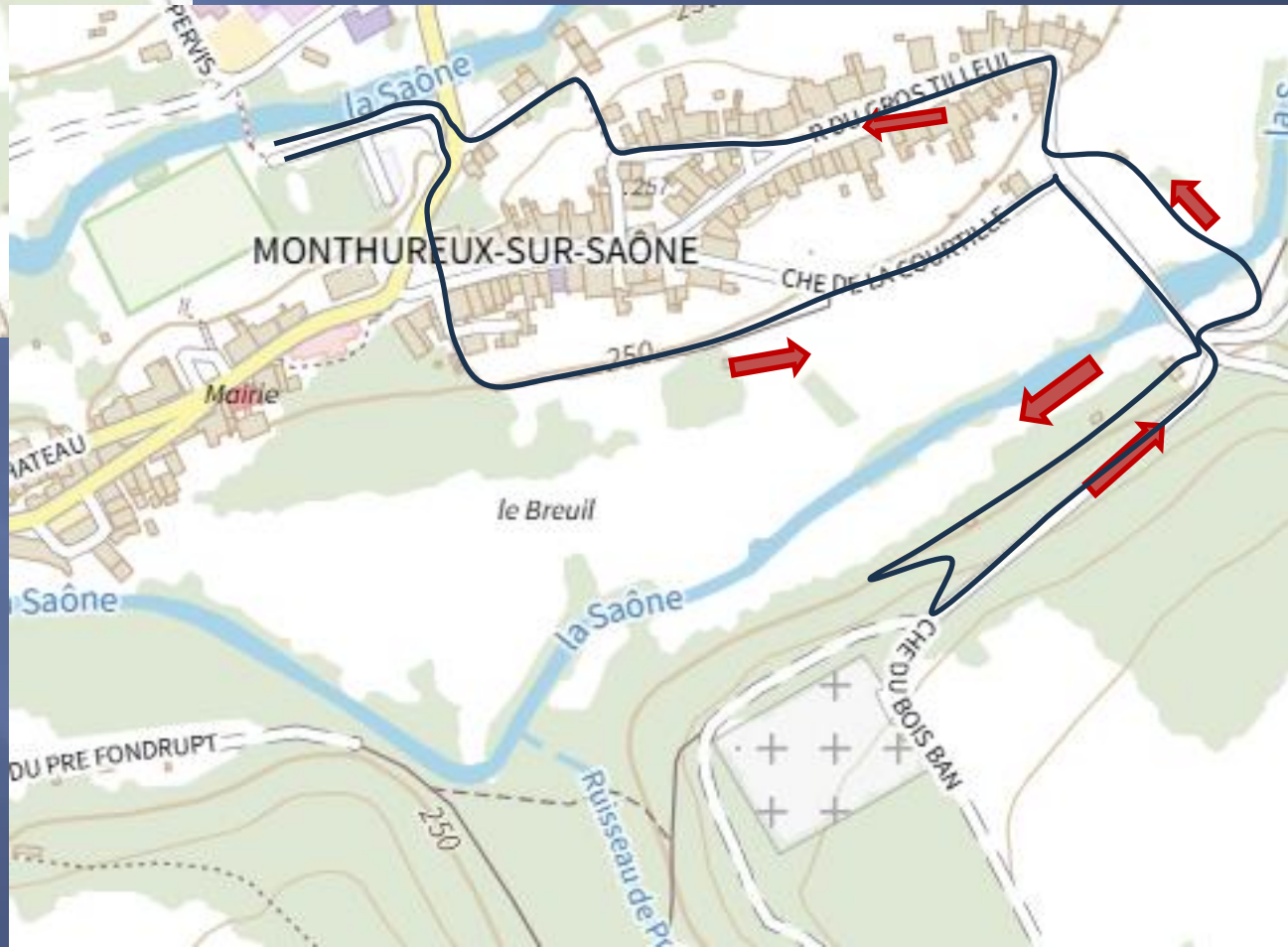


Plans Bike & Run XXS

BOUCLE SOLO CAP



BOUCLE DUO B&R



Le Bike and Run Format Poussins/pupilles

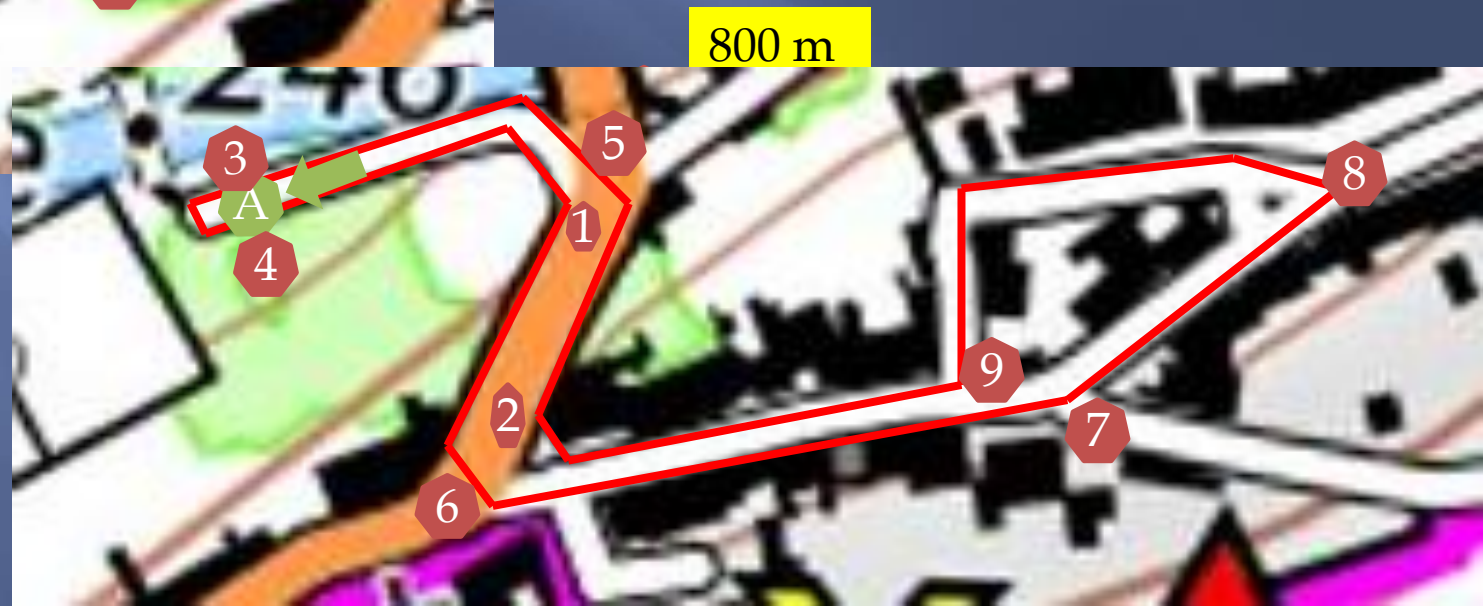
- ▣ Départ: stade de Monthureux/Saône.
- ▣ Boucle de départ solo cap: 150 m.
- ▣ Boucle en duo: 800 m.
- ▣ Format : 3 tours pour tous.
- ▣ Sécurité: Espace stade+village
- ▣ Arrivée: Stade de Monthureux/Saône

Plans Bike & Run Poussins-Pupilles

BOUCLE SOLO CAP



BOUCLE DUO B&R



Easy Raid

- ▣ Par Equipe de 2.
- ▣ Ouvert à partir de la catégorie Benjamin.
- ▣ Enchaînement d'activités: prologue Spartan race, C.O Village, suivi itinéraire VTT entrecoupé d'1 C.O forêt, biathlon carabine optique.
- ▣ Matériel obligatoire par Equipe: montre, téléphone avec protection, couverture de survie, vtt, casque, ravitaillement liquide et solide, k-way
- ▣ Matériel facultatif par équipe: Boussole

