

Règlement : Le Participant devra être en possession de tout le matériel obligatoire indiqué par l'Organisateur par mail, dans les 7 jours avant le départ, appelé « Checklist ».

Le Participant est le seul responsable de l'état de son équipement et matériel.

Tout matériel appartenant au Participant reste sous sa responsabilité en cas de vol ou de dommages, la responsabilité de la Vélocipédie Occitane ne pouvant être recherchée à ce titre. De plus, la responsabilité de la Vélocipédie Occitane ne peut être recherchée en cas de vol ou de détérioration des effets personnels du Participant au cours de l'Epreuve.

Le participant s'engage à :

- ✓ Disposer et être responsable de l'état de son vélo, de ses divers équipements / matériels, de s'adapter à l'environnement particulier d'une telle épreuve d'exploration et de sport nature aventure.
- ✓ Tester ses équipements sur différents types de parcours en amont de l'épreuve et ne pas attendre le dernier moment.
- ✓ Tester le positionnement sur le vélo, de vérifier l'usure des pneus, des plaquettes de freins, et le réglage des cales de chaussures automatiques.
La préparation de chacune et chacun conditionne sa propre réussite.
- ✓ Avoir un dispositif contre le vol de son vélo avant, pendant et après l'épreuve.

L'organisateur ne peut être tenu responsable de la disparition, du vol, de la dégradation du vélo des participants et/ou de leur matériel pour manque de surveillance, de négligence alors que le risque était prévisible. Un dispositif pour empêcher et dissuader est donc à mettre en œuvre.

Le Vélo :

- ✓ Plusieurs types de vélo sont acceptés : Cyclo-cross, Gravel, VTT. Vélos « musculaires » ou « à assistance électrique » autorisés
- ✓ Un vélo en bon état avec notamment des pneus et des freins en état de fonctionner en toute sécurité.
- ✓ Un casque de vélo en bon état avec sangles et sans fissures porté obligatoirement toute la durée de l'épreuve.
- ✓ Un gilet jaune classique ou de type harnais avec sangles à haute visibilité avec bandes réfléchissantes, par faible visibilité (brouillard, brume, forte pluie...).
- ✓ Un éclairage avant blanc sur le vélo avec suffisamment d'autonomie pour la durée de l'épreuve et avec un flux lumineux visible et conséquent (attention au nombre de lumens).
- ✓ Un éclairage arrière rouge sur le vélo avec suffisamment d'autonomie

A emporter à la journée :

Sur le vélo :

- ✓ Petites sacoches (guidon, sur porte bagage ou sur cadre) recommandées, ou sac à dos léger pour les affaires de la journée.
- ✓ Un kit de réparation avec le nécessaire habituel (rustines, colle, chambres à air, mèches, démonte pneus, outils multifonctions, dérive chaînes, attaches rapides, plaquettes de frein...).

POINT MATERIEL et SECURITE – Vélocipédie Occitane

- ✓ Une pompe à vélo correspondant aux bonnes valves sur le vélo et sur les chambres à air de secours, même si le vélo est équipé en tubeless.
- ✓ Branchement éventuel pour recharge véloAE

Affaires de la journée :

Communication et orientation :

- ✓ Papiers d'identité (carte d'identité ou passeport ou permis, carte assurance maladie, carte de mutuelle...)
- ✓ Un téléphone portable chargé, avec appareil photo et chargeur correspondant. L'enregistrement des numéros de l'organisation doit se faire avant le départ.
- ✓ L'utilisation d'un GPS spécifique de vélo est accessoire.
- ✓ Chaque participant doit suivre l'itinéraire obligatoire. Le fichier GPX correspondant au tracé proposé sera à télécharger et à intégrer dans votre GPS.
- ✓ Différents moyens de paiements (carte bancaire et espèces).

Vêtements et accessoires :

- ✓ Vêtements de pluie avec une membrane imperméable, coupe-vent et respirante
- ✓ Gants ou mitaines
- ✓ Bandana / tour de cou
- ✓ Une paire de lunettes de protection contre le soleil, les projections, les insectes...

Eau-nourriture :

- ✓ Une gourde de minimum 1 litre.
- ✓ Une réserve de nourriture sucrée / salée nécessaire et le portage du pique-nique le cas échéant

Pharmacie :

- ✓ Petite trousse à pharmacie (médicaments de base pour maux de tête, maux d'estomac, coups, hématomes, pansements, compresses, bandes...).

Il ne s'agit ici, que du minimum vital à posséder par chaque participant. A chacun de compléter selon ses besoins habituels et ses capacités personnelles.

Bagages (pour soirées et nuitées) :

- ✓ Bagages : Prise en charge (étiquetage et transfert) au départ de Bram vers les villages étape (Chalabre puis La Bastide sur l'Hers).
- ✓ Nuitées : en camping municipal à Chalabre (tentes non fournies) et gîte au village vacances de La Bastide sur l'Hers (4 à 6 pers/gîte). Douches chaudes...
- ✓ Une liste d'hébergements alternative sera fournie, si vous choisissez le confort d'un hôtel ou d'une chambre d'hôte...(prestation non comprise).
- ✓ Matériel transporté à prévoir (dans sacs de voyage, sacs à dos ou petite valise) :
 - matelas (mousse, autogonflant)
 - duvet (0 à 5°C idéal). Si duvet d'été (10-15°C), prévoir drap de sac et sous-vêtements chauds (humidité ambiante),
 - Tente (1 à 3 places selon vos choix), vérifier l'imperméabilité du sol de tente ou prévoir bâche légère (surface herbeuse)
 - Lampe frontale, vêtements chauds et de pluie, affaires de toilette...

POINT MATERIEL et SECURITE – Vélocipédie Occitane

- Chargements de batterie pour vélo : prévoir les branchements adaptés (soirées étapes ou pauses du midi)