



Règlement Special Olympics Belgium

# Cyclisme

*Octobre 2021*

**Special Olympics**  
Belgium





## Sommaire

A . Compétition	3
B . Parcours	3
Route	3
Contre la montre	4
C . Equipement	4
D . Règlement de la compétition	5
Divisioning	5
Règles générales	6
E . Compétitions unifiés	8





## A . Compétition

1. 500m contre la montre tricycle (H/F)
2. 1km contre la montre tricycle (M/F)
3. 500m contre la montre (M/F)
4. 1km contre la montre (M/F)
5. 3km course sur route (M/F)
6. 5km course sur route (M/F)
7. 7km course sur route (M/F)
8. 10km course sur route (F)
9. 15km course sur route (M)

## B . Parcours

### Route

1. Le parcours fait de préférence une boucle de 2500m avec, si possible une boucle de 500m pour les plus courtes distances (si possible). La distance peut être approximative. La route doit faire 8m de large, (surtout au départ et à l'arrivée) ;
2. Le parcours doit être « roulant » pour les plus rapides ainsi que pour les plus lents. Les tournants de 180° sont à éviter et il est souhaitable d'avoir les cyclistes à vue tout au long de la boucle.
3. La route doit être en bon état, sans trou et ne peut pas être construite de terre ou de gravier. S'il y a du gravier, de la terre ou des petits cailloux, ils doivent être retirés de la route. Les égouts qui présentent un danger doivent être recouverts d'une plaque en caoutchouc. Pour la sécurité, les arbres et les poteaux doivent être protégés dans les virages.
4. Il est préférable que le parcours soit fermé à toute circulation.
5. Un lieu de rendez-vous ("Staging Area") est à prévoir pour les athlètes. Ceci leur donne la possibilité de se rassembler et fait office de trajet vers le départ. Cet endroit ne se trouve pas sur le parcours, pour garder la sécurité des cyclistes qui font la course à ce moment-là.
6. Les endroits de réparation des vélos se trouvent de préférence dans les environs du parcours, et en priorité près du départ et de l'arrivée.
7. La ligne de départ peut être déplacée en fonction de la distance du parcours afin de garantir un départ en sécurité, la largeur du départ doit être de min. 8m de large.  
Entre la ligne du départ et le premier tournant, il doit y avoir une ligne droite d'au moins 100m.
8. Signalisation du parcours : L'arche du départ / arrivée représente la ligne du départ/arrivée. Un drapeau blanc est prévu à 200m avant l'arrivée.
9. La ligne d'arrivée doit être identique pour toutes les compétitions. L'arrivée doit être au moins 8m de large et pour des raisons de sécurité, être fourni de barrières





nadar pour empêcher les spectateurs d'entrer sur le parcours. Les derniers 100m, des barrières nadar spécifique (sans pieds) seront installés sur les côtés pour assurer la sécurité (cfr chutes) tant pour les cyclistes que pour le public.

La ligne d'arrivée doit couvrir toute la largeur du parcours.

Dans les derniers 200 mètres il est souhaitable de ne plus avoir de virage.

Il devrait y avoir une ligne droite d'au moins 75 mètres derrière l'arrivée pour que les athlètes puissent ralentir sans difficulté.

## Contre la montre

1. Le parcours pour un contre la montre peut être réduit à 500 m si le nombre de candidats au départ est restreint et que ceux-ci ne dérangent pas les autres coureurs sur le parcours. Si le parcours est une boucle, le premier virage se situe à minimum 100m du départ. La route doit être assez large que pour permettre aux coureurs des dépassements avec au moins 1m entre eux (4m ou plus est conseillé). Le parcours du contre la montre peut aller du point A au point B avec une ligne de départ et d'arrivée différente. La ligne d'arrivée doit être la même pour toutes les distances et le point de départ peut varier selon la distance.
2. La surface de la route doit être en bon état sans trou ou caillou.
3. Il est préférable de fermer le parcours du contre la montre à toute forme de circulation.
4. Le lieu de réparation des vélos se trouve de préférence aux alentours du parcours.

## C . Equipement

1. Athlètes, partenaires "Unified" et coachs sont obligés de porter un casque pendant l'entraînement et la compétition. Les casques doivent être conformes aux normes de sécurité soumises par le Belgian Cycling.
2. La tenue cycliste de l'athlète : Seuls les vêtements sans publicité sont autorisés.
3. Pour les disciplines en équipe : les athlètes et les partenaires unifiés d'une équipe doivent porter la même tenue cycliste.
4. Tous les vélos doivent être conformes aux normes de sécurité soumises par le Belgian Cycling. Les vélos qui ne le sont pas peuvent être refusés par l'organisation de la course cycliste ou peut entraîner l'exclusion de l'athlète.
5. Les vélos doivent avoir 2 freins qui fonctionnent. Un vélo avec support accoudoirs peut être utilisé mais uniquement pour le contre la montre. Les poignées doivent être bien fixées et en toute sécurité pour ne pas perturber la bonne conduite. Les vélos peuvent être contrôlés afin de s'assurer qu'ils soient conformes aux normes et à la sécurité. C'est à la responsabilité de l'entraîneur de s'assurer de la sécurité du vélo de l'athlète et des normes dans un premier temps.





6. Les instances de secours reconnues, comme la croix rouge, doivent être présentes sur le parcours pendant la course et l'organisateur doit avoir accès à la ligne des services d'urgence. La présence d'un véhicule d'intervention médicale sur le parcours est souhaitée.
7. Pour une course sur route il y a possibilité qu'une voiture, moto ou cycliste de l'organisation ouvre la course afin d'assurer une distance de sécurité avec le premier coureur.
8. Le dernier coureur lors d'une course sur route ou contre la montre peut être suivi par une voiture, moto ou cycliste de l'organisation.
9. Les cyclistes ayant des problèmes mécaniques, peuvent, si besoin, échanger une partie du vélo ou entièrement afin de pouvoir terminer la course. Un cycliste qui pendant la course se remet en selle après une chute ou une crevaison peut être poussé pendant 10m. En cas de problème mécanique, crevaison ou chute, le cycliste peut courir (vélo à la main) jusqu'à l'arrivée, à condition de rester sur le parcours.
10. Tout au long du parcours les coureurs doivent garder une main sur le guidon, même à l'arrivée.
11. L'utilisation de toute forme de communication radio est interdite. Aucun coureur ne peut porter tout type de radio pour communiquer avec d'autres coureurs ou entraîneurs pendant la compétition.
12. L'utilisation de casque (musique) de n'importe quel type est absolument interdit pendant la course et l'entraînement. Exception aux cyclistes qui présentent des problèmes d'ouïe, des implants ou appareils auditifs sont admis.
13. Tout type de kit aérodynamique, comme un casque aérodynamique, roues pleines (lenticulaires) peuvent être utilisés avec accord préalable. Dans ce cas, ce type de kit aérodynamique doit être également utilisé lors du divisioning.

## D . Règlement de la compétition

### 1. Divisioning

- a. Dans le cadre des Spécial Olympics, les compétitions de cyclisme sont ouvertes aux athlètes de tous niveaux. Les coureurs sont répartis sur base des temps transmis et/ou de leurs courses précédentes.
- b. Une course divisioning (préliminaire) sera organisée et servira de base pour déterminer les compétences des coureurs et pour mieux les répartir dans les compétitions finales. En ce qui concerne le temps, la marge de différence entre la course divisioning et la finale ne peut excéder 15%. Le meilleur temps pendant la course divisioning et/ou la finale servira de base pour la prochaine compétition. Si nécessaire, on tiendra compte des conditions météorologiques et des problèmes mécaniques.
  - 1) Il y aura une épreuve de 5km divisioning pour la répartition des coureurs participant aux courses de 5km, 7km 10km et 15km.





- 2) Il y aura une épreuve de 3km divisioning pour les participants à la course de 3km.
- 3) Si un athlète participe aux 5km (et plus) et 3km, il sera jugé d'après le temps réalisé au divisioning de 5km.
- c. Une épreuve divisioning pour le contre la montre servira de base pour définir la capacité d'un coureur et ainsi le placer dans la catégorie adéquate. La marge de différence entre la course divisioning et la finale ne pourra pas excéder 15% sinon l'athlète encourt une disqualification. Le meilleur temps lors de la course divisioning ou la finale servira de base pour la compétition suivante. Si nécessaire, on tiendra compte des conditions météorologiques.
  - 1) 1km contre la montre divisioning pour les 500m / 1km contre la montre.
  - 2) 500m contre la montre divisioning en tricycle pour les 500m / 1km contre la montre en tricycle.
- d. Les athlètes qui participent à l'épreuve sur route et au contre la montre devront prendre part aux divisioning dans les deux catégories.

## 2. Règles générales

- a. Dans un contre la montre chaque participant roule individuellement.
  - 1) Les coureurs démarrent à intervalle de 30sec ou 1min.
  - 2) Le départ est donné après un décompte visible et/ou audible. Le compte à rebours avant le départ sera donné à divers intervalles (15 secondes, 10 secondes, 5-4-3-2-1...GO!).
  - 3) Pour les coureurs ayant un problème auditif médicalement reconnu, ils seront aidés pour le départ au moyen de signes visuels.
  - 4) Le coureur démarrera à l'arrêt. Il pourra être maintenu et puis lâché sans être poussé. La personne qui s'en chargera sera disponible pour tout compétiteur qui le demande.
  - 5) Avec la permission du comité, l'ordre de départ peut être adapté. On peut commencer avec le coureur le plus rapide jusqu' au plus lent ou vice versa. Tout dépendra du parcours, de la capacité des coureurs et de tout élément ayant un impact sur la sécurité.
  - 6) L'utilisation d'un vélo spécifique pour le contre la montre n'est autorisée que pour ce genre de course. Le même équipement doit être utilisé pendant les épreuves de divisioning et de compétition.
- b. L'épreuve sur route est une course où tous les compétiteurs démarrent en même temps.
  - 1) Dans les finales, la course se termine dans le même tour que le vainqueur sauf si, il est décidé de prolonger la compétition suite à une différence de vitesse marquée entre les coureurs. Si c'est le cas, l'officiel de course demandera l'avis à la commission technique ou au manager du cyclisme.





- c. Les coaches et les membres de club ne peuvent pas suivre la course à vélo ou par tout autre moyen de transport. Ce n'est possible qu'avec l'autorisation du comité organisateur ou d'un officiel. Les coaches ne peuvent prodiguer leurs conseils que depuis le côté de la route.
- d. Le départ est donné par un coup de pistolet ou un coup de sifflet. Pour les malentendants (porteurs d'appareils ou d'implants) on prévoira un signe visuel : drapeau ou signe du bras.
- e. Quand il y a plusieurs tours, le dernier tour sera signalé avec une cloche. Pour les malentendants (porteurs d'appareils ou d'implants) il y aura un signe visuel : drapeau ou signe du bras.
- f. Le classement sera établi selon l'ordre de passage de la ligne d'arrivée.
- g. Si le parcours le permet, il est possible à plusieurs catégories de concourir en même temps. Les départs se feront à intervalle de 1, 2 ou 3 min.
- h. Les coureurs porteront un dossard selon les instructions des officiels ou du manager du cyclisme.
- i. Les coureurs ont droit à une reconnaissance du parcours et un tour d'échauffement avant la compétition.
- j. La course se termine lorsque la roue avant a franchi la ligne d'arrivée.





## E . Compétitions unifiées

### 1. Compétitions / distances

- a. L'organisateur, manager a le droit de déterminer quelle distance sera parcourue.
- b. Des compétitions de contre-la-montre sont recommandés avec une distance de 2.5km, 5km comme 10km. Si les conditions le permettent, une course sur route peut également être organisé.
- c. Compétitions avec des équipes de 2 coureurs, athlète et partenaire unifié, chacun avec leur propre vélo.
- d. En outre, il peut y avoir des compétitions avec des tandems ou le partenaire unifié assure la conduite et l'athlète (cycliste visuellement restreint) le pédaleur.

### 2. Position

- a. Les athlètes et les partenaires unifiés restent ensemble durant la course entière.
- b. Ils peuvent changer de position pendant la course, l'athlète et le partenaire unifié sont autorisés à rouler à l'avant et à l'arrière.

### 3. Équipement

- a. Identique au paragraphe C (p 4).

### 4. Divisioning

- a. Les mêmes règles que sous 'D.1. Divisioning'.
- b. Tant lors du divisioning que pour la compétition, les athlètes roulent avec le même partenaire unifié.

### 5. Règlements

- a. Identique au contre-la-montre et/ou course sur route.
- b. Le deuxième (athlète ou partenaire unifié), qui arrive détermine le temps. Ils doivent cependant arriver ensemble.

