

# DEROULEMENT JOURNEE TYPE

## COURSE BMX

Ça y est, le jour de ta première compétition arrive et tu te poses beaucoup de questions ? Cet article est fait pour toi !

!!! Avant toute chose, n'oublies pas de t'inscrire en répondant à l'invitation de ton club par e-mail !!!

### ►Avant de partir à la course :

→ Comme avant chaque entraînement, tu vérifies ton vélo (pression des pneus, chaîne bien tendue, vis bien serrées...).

Tu prévois une petite trousse de réparation avec une chambre à air, des clés démonte pneu et une pompe au cas où tu crèves ou pour un petit réglage de dernière minute.

→Tu prends tes plaques (la frontale et la latérale). Ton numéro de plaque et le numéro de pilote mentionné sur ta licence FFC.

Et oui, pour te reconnaître à la ligne d'arrivée, il faut afficher ton numéro.



→Tu n'oublies pas ta tenue réglementaire : casque, gants, tenue du club, chaussettes hautes et protections.

# DEROULEMENT JOURNEE TYPE

## COURSE BMX

### ► Planning type 2018

**BLOC 1** : Poussins à Benjamins + Cruisers Essais : 09h00 à 10h00

Manches qualificatives : 10h00 à 12h00

**BLOC 2** : Pré-Licenciés et Minimes et + Essais : 12h00 à 13h00

Manches qualificatives : 13h00 à 14h30

**Pour les 2 blocs** 1/8 finales 14h45 et ainsi de suite jusqu'aux finales

### ► Catégorie 2018

*Pré-licenciés* : 5 et 6 ans

*Poussins* : 7 et 8 ans

*Pupilles* : 9 et 10 ans

*Benjamins* : 11 et 12 ans

*Minimes* : 13 et 14 ans

*Cadets* : 15 et 16 ans sauf cadets Nationaux

*Juniors* : Juniors (sauf juniors nationaux) + Cadets Nationaux

*Masters* : 30/39 ans

*Vétérans* : 40 ans et plus.

*Régionaux* : 19/29 ans

*Elites régionaux* (dont juniors nationaux)

*Cruisers* : 13/39 ans et 40 ans et +

### ► Les essais :

→ **Dès ton arrivée**, tu vas voir sur le tableau d'affichage si tu es bien dans la liste des inscrits. Si par mégarde tu n'y es pas, tu vas vite au secrétariat de course t'inscrire.

→ C'est bon, tu es bien sur la liste ? Maintenant place aux essais de la piste. .

15 minutes avant l'horaire tu te places en pré-grilles (ci-dessous), c'est là où se fait l'attente pour accéder à la piste. Elles se situent généralement derrière la butte de départ.

# DEROULEMENT JOURNEE TYPE

## COURSE BMX

Ce sont des couloirs rangés de 0 à 9. Pour les essais, tu ne tiens pas compte du chiffre, tu te places où tu veux. En général tu as au moins 3 tours pour t'habituer à la piste. **Il ne faut pas t'épuiser.**



### ►Avant la course :

→Tu es bien chaud, tu connais dès à présent la piste, maintenant il faut que tu saches dans quelle course tu es. Tu retournes au tableau d'affichage et tu vas découvrir les feuilles de race pour les qualifications. Comment la lire ? C'est très simple :

Coupe de bretagne											
Numéro de course				Catégorie		Place sur la grille de départ					
RACE 34				Benjamins		RESULTATS			POSITIONS		
PLAQUE	NOM	PRENOM	CLUB	P L A C E	T O T A L	M1	M2	M3	M1	M2	M3
									8	2	3
									7	6	1
									6	3	5
									5	1	7
									4	8	2
									3	5	6
									2	7	4
									1	4	8
Prochaine course pour les qualifiés											
MANCHES QUALIFICATIVES, les 4 premiers vont en 1/2 FINALE											

# DEROULEMENT JOURNEE TYPE

## COURSE BMX

→Maintenant que tu connais ta race (numéro de course) tu vas pouvoir aller te placer en pré-grilles. Mais contrairement aux essais, tu vas devoir te placer dans un couloir bien précis. Pour le connaître, il faut regarder le dernier chiffre de ton numéro de race (ci-dessus c'est le "4"). Il faudra donc te placer dans la pré-grille numéro 4.

# Pré-grille 1 : race 1, 11, 21, 31, 41, 51, 61, 71, 81, 91...

# Pré-grille 2 : race 2, 12, 22, 32, 42, 52, 62, 72, 82, 92...

# Pré-grille 3 : race 3, 13, 23, 33, 43, 53, 63, 73, 83, 93...

...

# Pré-grille 0 : race 10, 20, 30, 40, 50, 60, 70, 80, 90...

→Et pour ta place sur la grille, prenons exemple comme ci-dessus avec le premier pilote : à la première manche (M1) il se placera à la ligne de départ numéro 8, à la seconde manche(M2) il ira à la 2 et pour terminer, il se mettra à la 3 pour la dernière manche (M3).

### ►La course :

→C'est l'heure de la course ! Chaque race comprend 8 pilotes maximum.

→La course se déroule toujours de la même façon :

Dans un premier temps, les manches qualificatives:

*3 courses avec les mêmes pilotes à chaque fois.*

Le but est de terminer dans les 4 premiers du classement des trois manches. Le 1er marque 1 point, le 2ème marque 2 points, le 3ème marque 3 points etc. Il faut comptabiliser le moins de point possible. En cas d'égalité pour la 4ème place à l'issue des 3 manches, c'est celui qui aura fait la meilleure place à la dernière manche qui sera qualifié. Les 4 premiers sont qualifiés et les autres sont éliminés.

Dans un second temps se déroule les phases finales en une seule manche qui peuvent débiter dès 1/16 de finales suivant le nombre de pilotes présent par catégorie.

Pour ces phases finales, de nouvelles feuilles de race sont affichées. Même principe que pour les manches qualificatives, mais cette fois ci, tu ne tiens pas compte de ton numéro sur la grille, c'est toi qui la choisira quand on t'appellera.

# DEROULEMENT JOURNEE TYPE

## COURSE BMX

Pour chaque phase finale jusqu'au ¼ inclus, les 4 premiers sont qualifiés, les 4 autres sont éliminés.

En 1/2 de finale, les 4 premiers vont en finale (A), les 4 autres accèdent à la finale B.

### ►Après la course :

→Après la ligne d'arrivée, tu te positionnes devant le numéro de ta place d'arrivée. Ce passage est obligatoire, si tu pars avant que le juge te l'autorise, tu seras disqualifié.

→Ensuite, tu vas pédaler un peu sur le plat pour récupérer.

Si tu accèdes à la finale et que tu termines dans les 3 premiers il va falloir attendre la cérémonie protocolaire pour monter sur le podium et récupérer ta coupe. Et si tu es en benjamin ou moins, les 4, 5, 6, 7 et 8ème sont aussi récompensés par une médaille !