

## FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CYCLOTOURISME

12, rue Louis Bertrand — 94207 Ivry-sur-Seine Cedex — Métro ligne 7, station Pierre et Marie Curie

Tél. : 01 56 20 88 88 — Fax : 01 56 20 88 99 — Internet : [www.ffct.org](http://www.ffct.org) — E-mail : [info@ffct.org](mailto:info@ffct.org)

Reconnue d'utilité publique

Agréée du ministère de la Santé, de la Jeunesse et des Sports, arrêté du 3/8/2004

Agréée du ministère du Tourisme n° AG 094 02 0001

Délégation par l'État pour l'activité "Cyclotourisme" le 4/04/2006



Commission Nationale Jeunesse

AR/MFD/AL/

Mars 2009

# Critérium du jeune cyclotouriste route



## Règlement



## ARTICLE 1

Le C.J.C. est un jeu sportif et éducatif, DESTINE A ENCOURAGER LES JEUNES à la pratique du cyclotourisme. Il peut être la finalité d'une progression dans l'initiation au cyclotourisme.

CHAQUE ORGANISATION DOIT ETRE INSCRITE AUX CALENDRIERS DEPARTEMENTAL REGIONAL, NATIONAL (OU IRONS-NOUS).

En l'absence d'inscription au calendrier, l'organisation ne sera pas validée.

## ARTICLE 2

Il est ouvert aux jeunes âgés au minimum de huit ans dans l'année et au maximum de dix-huit ans dans l'année. 4 catégories sont définies :

8-12 ans (seulement local et départemental)	15-16 ans
13-14 ans	17-18 ans

Chaque jeune pourra participer soit individuellement, soit par équipe de 2 (d'une même ligue) dans la catégorie 13-14 ans (y compris en tandem). Les équipes mixtes sont autorisées. Les équipiers porteront le même numéro mais avec une mention distinctive pour le deuxième (couleur, B ...).

L'équipe est unie et indissociable du critérium départemental au critérium national, en cas de défection de l'un des participants de l'équipe, l'autre ne pourra se présenter en individuel. Toutefois en cas de force majeure l'équipe pourra être reconstituée par un membre de la même ligue sur décision de la Commission Jeunes.

Cependant, les jeunes licenciés ou non licenciés, à partir de huit ans dans l'année pourront participer aux épreuves locales et départementales par équipes de 2 ou 3 et accompagnés par un adulte.

Seul les jeunes licenciés FFCT compteront dans les effectifs pour la sélection nationale. Pour les jeunes participants non licenciés, les organisateurs sont tenus de contracter une assurance complémentaire. A partir des sélections régionales, les participants devront présenter leur licence fédérale.

## ARTICLE 3

Le port du casque est obligatoire pendant toutes les épreuves sur le vélo, tout participant n'ayant pas son casque sur la tête se verra retirer sa carte de route.

Le vélo ou le tandem doit être conforme au Code de la Route en vigueur, (voir annexe).

Conformément aux articles R.313-4 X et R.313-RV du Code de la Route, l'éclairage sera obligatoire si les conditions atmosphériques et de circulation l'exigent, ainsi que sur décision de l'organisateur.

## ARTICLE 4

Le critérium comprend :

### A. Un test de lecture de carte

Recopier l'itinéraire sur une carte vierge, calculer le kilométrage, choisir la moyenne parmi celles proposées (voir fiche technique annexe).

### B. Un test sportif

Un parcours en forme de huit, et comportant de 4 à 8 balises, en terrain varié, hors des routes à circulation importante, à effectuer en respectant la moyenne choisie par le participant :

CRITERIUM LOCAL : distance de 20 Km avec une tolérance de +/- 15%.

CRITERIUM DEPARTEMENTAL : distance de 30 Km avec une tolérance de +/- 15%.

CRITERIUM REGIONAL: distance de 50 Km avec une tolérance de +/- 15%.

CRITERIUM NATIONAL : distance de 60 Km avec une tolérance de +/- 15%.

Pour chaque équipe, il n'y aura qu'un test d'observation et deux itinéraires, chaque membre de l'équipe recopiera son itinéraire sur une carte vierge. Chaque équipier devra effectuer seul les tests mécanique et maîtrise. La moyenne des points obtenus par les 2 équipiers sera retenue ainsi que la moyenne des bonifications obtenues pour l'état de la bicyclette et pour les trousse de réparation. Les 2 équipiers sont tenus de rester ensemble durant tout le parcours. A l'arrivée, la carte de route ne sera prise en compte qu'en présence effective des 2 équipiers.

### C. Un test de connaissances générales portant principalement sur

le Code de la Route et les règles de circulation routière.

le secourisme.

la technique et la pratique de la bicyclette.

les activités fédérales.

le tourisme local.

la cartographie.

la nature.....

Ces questions seront posées aux contrôles sous forme de Q.C.M.

### D. Un test observation

Un questionnaire sera remis au départ à chaque participant ou équipe, comportant 4 photos sur les particularités du parcours.

### E. Un test maîtrise de la bicyclette

Le jeune devra effectuer un parcours de 4 à 8 jeux cyclistes choisis par l'organisateur.

Les jeux seront identiques pour tous les participants.

### F. Un test mécanique

Il sera choisi par les organisateurs. Le test sera identique pour tous les participants.

## ARTICLE 5

Les bicyclettes ou tandem des participants sont vérifiés avant le départ. Des points sont attribués pour les vélos ou tandem conformes au règlement du Critérium et pour les trousse de réparation (voir chapitre bonifications).

Si une bicyclette ou le tandem est estimé en mauvais état ou dangereux par les organisateurs, il devra être réparé. Dans la négative, le départ sera refusé.

Le participant doit effectuer tous les parcours en toute sécurité sur un vélo conforme au Code de la Route.

Les freins doivent rester fonctionnels durant toutes les épreuves.

## ARTICLE 6

Toute communication (quel qu'en soit le mode, ex : téléphone portable) ou aide est interdite entre accompagnateurs et participants (sauf entre membres d'une même équipe) sous peine de disqualification après concertation avec la Commission Jeunes.

Les contacts avec l'habitant sont conseillés.

## ARTICLE 7

Le comportement dangereux ou injurieux d'un participant ou de ses accompagnateurs envers les organisateurs, les contrôleurs et/ou la population pourra entraîner la disqualification du ou des participants concerné(s), après concertation avec la Commission Jeunes

## ARTICLE 8

A l'issue des différents tests, les points obtenus par chaque participant ou équipe, sont comptabilisés et il sera établi un classement :

Général	Equipe
Individuel :	garçons : par catégorie féminines : par catégorie

Un diplôme du Critérium du Jeune Cyclotouriste est remis à tout participant.

## ARTICLE 9

Le critérium se compose :

- D'une participation locale (éventuelle),
- D'une qualification départementale,
- D'une finale régionale,
- D'une finale nationale.

Les qualifications locales et départementales ont lieu au plus tard en avril, organisées par un club ou la Commission départementale Jeunes, sous la responsabilité du Président du Codep.

Les résultats (liste des participants et liste des qualifiables) sont adressés à l'aide de l'imprimé ad hoc ci-joint, au Président de Ligue qui procède à une sélection en fonction des points obtenus par les participants. L'importance et les critères de sélection régionale sont déterminés par le Comité Directeur ou la Commission des Jeunes de la Ligue.

Ces résultats seront également transmis sous la même forme au Responsable national du critérium avant le 1er mai.

Celui-ci effectue une sélection à la proportionnelle pour la finale nationale. Toutefois 2 jeunes au minimum par Ligue ayant organisé au moins un critérium, seront qualifiés.

Le chiffre pris en compte pour le calcul du nombre de sélectionnés au national est celui des participants licenciés FFCT en locales, départementales ou régionales (voir article 10c). En aucun cas il n'y a cumul des épreuves.

La grille de calcul comportant le nombre de sélectionnés sera envoyée à chaque responsable jeunes de la Ligue et copie à chaque Président de Ligue au plus tard le 8 mai.

Les finales régionales se dérouleront au plus tard en mai. L'organisation est prise en charge par la Ligue, laquelle peut déléguer à un club ou à une commission.

Les résultats doivent impérativement être envoyés au responsable national du critérium avant le 5 juin (le cachet de la poste faisant foi) à l'aide du même imprimé que celui utilisé pour les locales ou départementales.

Tout résultat de finale régionale envoyé au-delà de cette date sera considérée comme nul et les participants ne pourront prétendre à une place en finale nationale.

## ARTICLE 10

a) *En l'absence de finale régionale :*

Tout comité départemental peut organiser un critérium. Les résultats seront pris en compte pour la sélection nationale.

b) *En l'absence de critérium départemental ou régional :*

Un club peut organiser un critérium avec l'accord du Président du Comité Départemental ou de la Ligue, ou du Responsable national du critérium. Les résultats seront pris en compte pour la sélection nationale.

c) *Cas des Ligues ne comportant ni critérium local, ni critérium départemental :*

Ces Ligues pourront organiser directement une finale régionale, celle-ci devant avoir lieu au plus tard en avril.

d) *En l'absence de finale locale et départementale, les jeunes licenciés du Codep pourront participer à la finale départementale d'un Codep voisin de la même Ligue ou par défaut à la finale régionale.*

e) *Si un département a programmé à son calendrier d'organiser des finales départementales, celles-ci doivent impérativement avoir lieu. Au cas où elles ne pourraient se dérouler pour une quelconque raison, un club pourrait organiser une finale locale ou inter-clubs. Dans tous les cas les informations devront être transmises au responsable jeunes de la Ligue, au Président de Ligue et à la Commission Nationale Jeunes.*

f) *Au cas où une Ligue n'organiserait pas de finale régionale pour une quelconque raison, mais dès l'instant qu'une finale locale est organisée à l'intérieur de la Ligue concernée, la Commission Nationale Jeunes transmettra au responsable jeunes de la Ligue et copie à ce Président de Ligue le dossier de l'organisation nationale, lequel devra faire le nécessaire à l'intérieur de sa Ligue pour que 2 jeunes au minimum soient retenus pour la finale nationale.*

## ARTICLE 11

Le nombre de sélectionnés pour la finale nationale sera au minimum de 70 participants (en individuel ou en équipe).

La Ligue choisira ses sélectionnés en fonction du nombre défini par la Commission Nationale Jeune.

## ARTICLE 12

En cas d'égalité, les participants ou l'équipe ex æquo aux premières places seront départagés, (dans le cas où l'égalité poserait problème) par le nombre de points aux questions de connaissances, puis au test d'observation.

S'il y a égalité sur tous les tests, les candidats seront départagés par des questions proposées par le comité d'organisation du critérium.

## ARTICLE 13

La Fédération participe aux frais de déplacement et d'hébergement pour la finale nationale des sélectionnés et des accompagnateurs officiels (1 accompagnateur par Ligue pour 1 à 3 jeunes).

Des récompenses sous forme de bourses de voyage ou de séjours seront offertes par la Fédération aux participants obtenant les meilleurs résultats à la Finale Nationale.

# ARTICLE 14

Le ou les accompagnateurs officiels ont la responsabilité des jeunes qu'ils encadrent pendant toute la durée du séjour, aussi bien en ce qui concerne leur sécurité que leur comportement.

Les accompagnateurs officiels seront désignés pour occuper les postes de contrôleurs durant le séjour.

## DEROULEMENT

L'organisateur est tenu avant le départ d'informer les participants, les contrôleurs et les accompagnateurs des spécificités de l'organisation.

### I - AVANT LE DEPART

Chaque participant ou équipe va chercher sa (ses) plaque(s) de cadre et se dirige vers les points de vérification de son (leur) vélo et de sa (leur) trousse de réparation.

A l'appel de son numéro ou de son nom (à intervalles réguliers), le participant ou l'équipe entre dans la salle des cartes. Il dispose de 15 minutes pour :

Recopier l'itinéraire proposé par l'organisateur, sur une carte routière au 1/100 000<sup>e</sup>.

Calculer le kilométrage.

Choisir sa moyenne.

Sur l'itinéraire proposé doit être indiqué :

Le nombre de balises.

Le sens du parcours.

Le nom des boucles.

Pour les équipes, il sera donné 2 cartes de route à recopier, mais un seul kilométrage sera indiqué à la table de contrôle.

	Filles ou garçons	Capital points	Points déduits par minute de retard
Moyennes au choix	12 km/h (local ou départemental)	200	2
	14 km/h	200	2
	16 km/h	205	4
	18 km/h	210	6
	20 km/h	215	8

### II - AU DEPART

Si le départ de l'épreuve est en agglomération, un fléchage "entrée et/ou sortie de ville" devra être mis en place.

Passé le délai de 15 minutes, il est appliqué aux participants ou à l'équipe une diminution de 2 points par minute de retard, l'heure de départ est cependant modifiée.

Le participant se présente à la table de contrôle à l'appel de son numéro ou de son nom pour :

- Annoncer la moyenne choisie,
- Recevoir le test d'observation (1 pour les équipes), et sa carte de route avec le nombre de questions. (rayer les cases inutiles),
- Indiquer le kilométrage trouvé.

Une déduction de 3 points est infligée par kilomètre d'erreur en plus ou en moins si le participant ou l'équipe indique un kilométrage différent de celui calculé par l'organisateur ; une tolérance de + ou - 1 Km est admise.

Le contrôleur lui indique son heure de départ, la distance exacte du parcours et les mentionne sur sa carte de route.

Le participant ou l'équipe peut alors partir sur la première boucle, les départs sont donnés à intervalles réguliers.

Le participant ou l'équipe ayant un numéro IMPAIR commence par la boucle X, puis après le passage au contrôle central termine par la boucle Y.

Le participant ou l'équipe ayant un numéro PAIR commence par la boucle Y, puis après le passage au contrôle central termine par la boucle X.

Des contrôleurs placés à 500 m du départ sur chacune des boucles vérifient si les participants ou les équipes sont partis sur la bonne boucle ; en cas d'erreur du participant ou de l'équipe, le contrôleur lui applique une déduction de 5 points tout en le replaçant sur la bonne boucle.

### III - PENDANT LE PARCOURS

A chaque contrôle, le participant ou l'équipe trouvera une balise avec une question. Celle-ci sera sous forme de Q.C.M. (questionnaire à choix multiples). Quatre réponses A, B, C, D, seront proposées. A chaque balise, le participant ou l'équipe devra poinçonner sa carte de route, avec la pince, sur la case correspondant à la bonne réponse. Il n'y aura pas de balise au contrôle central.

La position des balises n'étant pas portée sur les itinéraires, les participants devront suivre scrupuleusement l'itinéraire.

Le participant ou l'équipe manquant au moins 3 contrôles sera non-classé.

Des contrôleurs mobiles ou fixes surveillent le parcours. Ils doivent rendre compte au contrôle central des anomalies constatées : ils infligent une pénalité en cas d'infraction caractérisée au Code de la Route (voir chapitre décompte des points).

### IV - A L'ARRIVEE

Ses deux boucles réalisées, le participant ou l'équipe doit :

Rendre sa carte de route, l'heure d'arrivée sera notée et seul le retard sera pris en compte.

Remettre son test d'observation dûment complété.

Tout participant ou équipe ne présentant pas sa carte de route sera non-classé.

A l'arrivée, comme durant tout le parcours l'équipe doit être complète.

### V - AVANT LE DEPART OU APRES L'ARRIVEE

Le participant ou l'équipe devra :

Faire le test de maîtrise (voir annexe).

Faire le test de mécanique dans un délai de 10 minutes (voir annexe).

Ces deux épreuves seront effectuées individuellement et la moyenne des points sera comptabilisée pour les équipes.

## VI - ROLE DES CONTROLEURS ET RESPONSABLES DE TESTS

Au niveau départemental ou régional, les contrôleurs et responsables de tests seront recrutés parmi les moniteurs d'écoles de cyclotourisme, les initiateurs et les accompagnateurs.

Les contrôleurs devront

Vérifier le port effectif du casque et la présence conjointe des équipiers,

Rendre compte de toute infraction au Code de la Route, ainsi que du non-respect du règlement,

Stopper le candidat jusqu'à réparation, au cas où le système de freins ou tout élément mettrait en danger le participant.

Les balises seront placées après le contrôle. Elles devront être visibles par tous.

Les contrôleurs s'assureront que chaque participant ou équipe répondra individuellement. En cas d'arrivée en groupe, le jeune ayant le numéro le plus élevé poinçonnera en premier.

Les contrôleurs seront visibles. Le contrôle sera signalé et situé sur la droite de la chaussée.

## VII - RECLAMATIONS

Chaque participant a le droit de déposer réclamation pour toute affaire le concernant. Il pourra le faire, assisté de son accompagnateur officiel.

Les réclamations seront reçues par le responsable du critérium ou tout membre de la Commission au plus tard 1/2 heure après la fin de la proclamation des résultats. Au-delà, plus aucune réclamation ne sera étudiée.

## VIII - PROPOSITION TYPE DE REPARTITION DES TACHES POUR L'ORGANISATION D'UN CRITERIUM DEPARTEMENTAL OU REGIONAL.

Le club organisateur a en charge toute la partie intendance de la manifestation et les relations avec les pouvoirs publics.

Il doit pouvoir satisfaire :

A la mise à disposition des locaux nécessaires.

Aux ravitaillements aux points de contrôle

Aux repas pour les participants et les accompagnateurs.

A la fourniture des matériels nécessaires aux tests maîtrise et mécanique, aux contrôles et assurer si possible la sonorisation.

A la fourniture des récompenses.

Le Président du Comité Départemental ou de la Ligue, se charge entièrement de la partie technique du critérium :

Préparation des tests connaissances, observation, mécanique, maîtrise de la bicyclette,

Ordonnancement et déroulement de la manifestation,

Impression des documents nécessaires à ces épreuves, des plaques de cadre, des cartes de route et des diplômes.

Toutes ces opérations s'effectuent sous sa responsabilité.

## IX - DECOMPTE DES POINTS

### 1— BONIFICATION

Capital points (selon la moyenne choisie) 200-205-210-215 points.

Etat de la bicyclette (20 points maxi) :

Avertisseur sonore (timbre ou grelot) : 8 pts

Catadioptres :

- avant (blanc) : 4 pts

- latéraux (orange) : 4 pts

- arrière (rouge) : 4 pts

Trousse de réparation (20 points maxi)

Démonte pneu 2 minimum : 2 pts

Pompe adaptée aux valves du vélo : 2 pts

ou cartouche CO<sup>2</sup> (nécessaire pour 2 réparations)

Rustine+colle et/ou chambre à air : 2 pts

(nécessaire pour 2 réparations)

Jeu de clés adaptées au vélo du participant : 4 pts

(freins - dépose des roues)

Câbles de freins adaptés au vélo : 4 pts

(obtention automatique des points dans le cas des deux systèmes de freinage hydraulique)

Clé à rayon : 3 pts

(obtention automatique des points dans le cas de roues à bâtons).

Dérive chaîne : 3 pts

Conformément au Code de la Route, l'éclairage et la signalisation seront obligatoires si les conditions atmosphériques ou de circulation l'exigent ainsi que sur décision de l'organisation.

Test de connaissances : 80 points (à répartir sur le nombre de balises),

Test d'observation : 40 points,

Test maîtrise : 40 points (4 à 8 jeux),

Test mécanique : 30 points.

### 2 - DEDUCTIONS DES POINTS

Retard sur la lecture de carte : 2 points par minute.

Erreur de kilométrage en plus ou en moins (avec tolérance de + ou - 1 Km) : 3 points par kilomètre,

Départ sur mauvaise boucle : 5 points,

Retard à l'arrivée (selon la moyenne choisie) : 2,4,6,8 points par minute,

Contrôle manquant : 50 points,

Pour 3 contrôles manquants, le jeune sera non classé.

### 3 - PENALITES

Infraction majeure au Code de la Route : 100 points,

Les infractions majeures sont le non-respect :

- des priorités
- du stop
- du feu rouge
- d'un sens interdit ou circulation interdite aux cycles,
- d'un sens giratoire ou obligatoire,

3 fautes majeures signalées entraînent l'élimination,

Infraction mineure au Code de la Route : 10 points,

### 4 - ELIMINATION OU NON CLASSEMENT

Inscriptions publicitaires sur la tenue vestimentaire : respect de la charte fédérale sous peine d'élimination,

Perte de la carte de route : non classé(e),

Non respect du port du casque durant les épreuves à vélo : retrait de la carte de route.

3 fautes majeures signalées entraînent l'élimination,

Pour 3 contrôles manquants, le jeune sera non classé,

Communication (Art 6),

Comportement (Art 7).

## ANNEXES

### TEST MECANIQUE

Il doit concerner une panne courante.

Le test pourra être choisi parmi ces exemples, la liste n'est pas exhaustive.

- Démontage et remontage d'un pneu,
- Démontage et remontage d'une chaîne,
- Montage et démontage des pédales,
- Réparation d'une crevaison,
- Remplacement des pignons d'une roue libre,
- Remplacement d'une selle,
- Remplacement d'un patin de freins,
- Remplacement d'un câble de frein et réglage des patins,
- Remplacement d'un câble de dérailleur et réglage du dérailleur.
- Remplacement d'un rayon et dévoilage d'une roue. ....

Pour la notation 3 éléments seront pris en compte :

La démarche, L'efficacité, Le temps.

En aucun cas ces tests ne devront être effectués sur la bicyclette du participant.

Il conviendra donc de prévoir le matériel et l'outillage nécessaires pour le déroulement de ces tests (même matériel et même outillage pour chaque participant).

## TEST DE MAITRISE

Le test pourra être choisi parmi ces exemples, la liste n'est pas exhaustive.

JEUX	DESCRIPTION	PENALITES	Pts
Slalom simple	8 plots en ligne espacés de 1.50 m	1 plot renversé ou déplacé = moins 3 pts 3 plots renversés ou déplacés = jeu nul	10
Slalom en quin-conce	8 plots en quinconce espacés de 1.50 m	1 plot renversé ou déplacé = moins 3 pts 3 plots renversés ou déplacés = jeu nul	10
Slalom roue avant	8 plots en ligne espacés de 0.8 à 1.2 m la roue avant seule slalome	1 plot renversé ou déplacé = moins 3 pts 3 plots renversés ou déplacés = jeu nul	10
Slalom avec portes	8 plots en ligne espacés de 1.50 m 3 portes (2 plots) espacées de 30 cm	1 plot renversé ou déplacé = moins 3 pts 3 plots renversés ou déplacés = jeu nul	10
Passage étroit à 2 mains	Longueur 2 à 3 m espacé de 10 cm (plots ou rubalise)	1 plot renversé ou déplacé = moins 3 pts Rubalise touchée 1 fois = moins 3 pts 3 plots renversés ou déplacés = jeu nul Rubalise touchée 3 fois = jeu nul	10
Passage étroit à 1 main	Longueur 2 à 3 m espacé de 10 cm (plots ou rubalise)	1 plot renversé ou déplacé = moins 3 pts Rubalise touchée 1 fois = moins 3 pts 3 plots renversés ou déplacés = jeu nul Rubalise touchée 3 fois = jeu nul	10
Entonnoir à 2 mains	Longueur 2 à 3 m Entrée 0.60 m - Sortie 0.10 m (plots ou rubalise)	1 plot renversé ou déplacé = moins 3 pts Rubalise touchée 1 fois = moins 3 pts 3 plots renversés ou déplacés = jeu nul Rubalise touchée 3 fois = jeu nul	10
Entonnoir à 1 main	Longueur 2 à 3 m Entrée 0.60 m - Sortie 0.10 m (plots ou rubalise)	1 plot renversé ou déplacé = moins 3 pts Rubalise touchée 1 fois = moins 3 pts 3 plots renversés ou déplacés = jeu nul Rubalise touchée 3 fois = jeu nul	10
Ligne droite	Rouler sur une ligne de 5 à 6 cm de large sur une distance de 3,00 m	Roue avant ou arrière en dehors de la ligne : 1 fois = moins 3 pts 3 fois = jeu nul	10
Passage sur-baisse	Hauteur mini 1.30 m ou partie la plus haute du vélo + 5 cm	Barre touchée non tombée = moins 3 pts Barre reversée ou tombée = jeu nul	10
Bascule	Longueur 2 m, larg. 20cm, ht. 10 cm	Pied au sol ou non passés en totalité = jeu nul	10
Clochette	Hauteur sous clochette 2,00 m	Clochette non touchée = jeu nul	10
Bidon au sol	Prise et repose d'un bidon cyclo lesté dans un cercle de 0.30 à 0.80m de diamètre espacés de 1.5 à 3.00 m	Prise du bidon sans repose verticale = moins 3 pts Non prise du bidon = jeu nul Pose du bidon en dehors du cercle = moins 3 pts	10
Freinage tracé au sol	Arrivée sur une ligne tracée au sol à 15 km/h environ, s'arrêter avant la 2ème ligne de 4 cm de large située à 2 m après la 1ère	Arrêt sur la ligne de 4 cm = jeu bon Arrêt avant la ligne = moins 5 pts Arrêt après la ligne = jeu nul	10
Freinage	Arrivée sur une barre en hauteur située entre 15 et 20 cm du sol à 15 km/h environ, s'arrêter avant la 2ème barre située à la même hauteur et 10/20 cm après la 1ère	1ère barre renversée 2ème en place = jeu bon Arrêt avant la barre à moins de 5 cm = moins 5 pts Deux barres renversées = jeu nul	10
Mini basket	Balle de 10 à 15 cm de diamètre à lancer d'une ligne tracée au sol distante de 2 à 3 m d'un panier de basket de 30 cm d'ouverture minimum, situé à 80 cm de hauteur.	Balle dans le panier mais lancée après la ligne = moins 5 pts Balle touchant le panier, mais ne rentrant pas dans le panier = moins 5 pts Balle touchant le panier, mais ne rentrant pas dans le panier et lancée après la ligne = jeu nul	10
Lancer franc	Lancer une balle de 10 à 15 cm de diamètre d'une ligne tracée au sol distante de 2 à 3 m d'un passage surbaissé. La balle passe au-dessus de la barre horizontale, le participant sous la barre	Balle non passée au-dessus de la barre, mais cyclo passé sous la barre = moins 5 pts Barre touchée mais passée (cyclo ou balle) = moins 5 pts Balle passée au-dessus de la barre, mais cyclo non passé sous la barre = jeu nul Barre renversée par le cyclo ou la balle	10
Slalom équilibre	Renverser les quilles en alternance avec le pied droit puis le pied gauche. 8 quilles en ligne espacée de 1.50 m	1 quille non renversée = moins 3 pts 3 quilles non renversées = jeu nul	10
Lever la roue avant et/ou arrière	Passer au-dessus d'une barre placée à une hauteur de 5cm en levant la roue avant et/ou la roue arrière	La roue avant passe au-dessus, la roue arrière touche = moins 5 pts La roue avant touche = jeu nul	10
Maîtrise de l'équilibre	Effectuer une distance de 2 à 3 m dans un temps compris entre 10 à 20 secondes.	Test non réussi = jeux nul	10

Hauteur des plots : 15 à 25 cm.

Circuits, lignes et obstacles seront matérialisés par de la rubalise fixée au sol.

Les jeux devront être effectués dans l'ordre prévu au départ (numérotage préconisé).

Les obstacles artificiels d'une hauteur supérieure à 30 cm devront tomber en cas de touche du participant et ne présenter aucun danger pour celui-ci.

En cas de passage surbaissé artificiel, la barre horizontale (pas de fil ou élastique) devra être de moindre poids et devra tomber à chaque touche.

Un pied à terre dans les zones matérialisées = moins 3 pts

Trois fois un pied à terre dans la zone du jeu = jeu nul

Ordre des jeux non respecté = moins 5 pts par erreur

Les participants sont autorisés à faire un repérage visuel et pédestre des obstacles du circuit de maniabilité. En aucun cas les participants ne devront se situer dans les zones matérialisées à pied ou avec leur vélo en dehors de leur ordre de passage sous peine d'élimination du test de maîtrise.

Les jeux cyclos devront obligatoirement être effectués avec les chaussures adaptées aux pédales.

**Commission Nationale Jeunesse**

Contact: [www.ffct.org](http://www.ffct.org)

