



RUN & BIKE!!! Mercredi 28 Janvier

publié le 26/01/2015

1) Qu'est-ce que le Run 1 Bike ?

Le Run and bike, également appelé Bike & run, est une épreuve sportive généralement pratiquée lors d'un Raid Nature. Il fait partie des sports enchainés gérés par la Fédération française de triathlon. C'est un sport qui se pratique par équipe de deux généralement, mais peut se faire à plus. Le principe du Run & bike est d'alterner Course à pied et VTT, l'équipe disposant de deux fois moins de vélos que de coureurs. Par exemple, sur une équipe de quatre personnes, deux équipiers auront un VTT et seront suivis par leurs deux équipiers à pied. Au bout d'une certaine distance, un vététiste passera son vélo à un équipier en le lui donnant directement où en le posant devant lui.



2) COMPETITION DEPARTEMENTALE MERCREDI 28 JANVIER à Montendre

DEPART : 13h10 RETOUR : 17h05

12 élèves du collège y participent accompagnée par Mme Bley qui les entraînent depuis 1 mois pour cette journée départementale à Montendre. Les équipes qualifiées iront aux académiques le 11 Février et pourquoi pas atteindre les France qui se déroulent cette année à Montendre avec un parcours de 1km700 en relais par 2 garçons puis 2 filles d'une même équipe ?!

VENEZ NOMBREUX DECOUVRIR CETTE ACTIVITE !