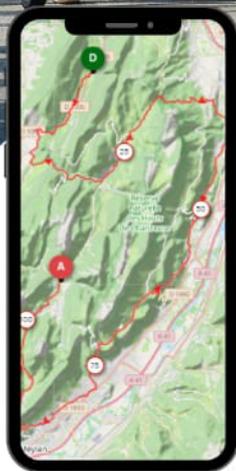


6<sup>ème</sup> édition

# La Définoise santé

Parcourir la 5<sup>e</sup> étape de l'Alpes Isère Tour 2023  
en relais à Vélo à Assistance Electrique

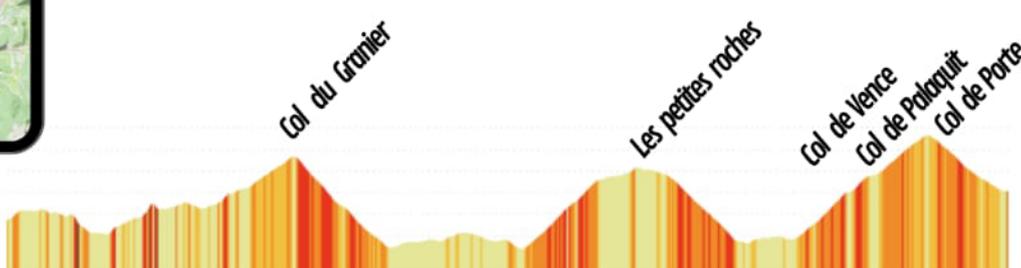


105 Kilomètres  
3000 Mètres D+

17 juin 2023



Départ



Arrivée

Vivez une belle aventure d'équipe!  
Partagez émotions et convivialité!



Accompagnement logistique  
Assistance mécanique



www.gmc.fr - 04 76 25 65 46  
Le Vélodrome - 38320 Eybens



# REGLEMENT Randonnée cycliste "La DéfiNoise Santé"

## Etape : Saint-Thibaud-de-Couz– Saint-Pierre-de-Chartreuse et ses 5 cols

### Samedi 17 juin 2023

#### Objectifs de la Randonnée :

- réaliser le parcours d'une étape de l'Alpes Isère Tour pour des personnes relevant du sport santé ou du handisport.  
- contribuer à la promotion de la prévention primaire et tertiaire de la santé par le sport et l'activité physique,  
- défendre l'image, l'intérêt et faire la promotion d'une pratique de déplacement doux par une utilisation raisonnée du Vélo à Assistance Electrique.

#### Descriptif de la manifestation :

"La DéfiNoise Santé" est une randonnée cycliste dont le départ se situe à Saint-Thibaud-de-Couz dans le département de la Savoie et l'arrivée à Saint-Pierre-de-Chartreuse en Isère. Elle s'adresse particulièrement à un public fragile soit sédentaire, soit dans les suites de maladies chroniques et se pratique en vélo à assistance électrique, par équipe de quatre à cinq participants maximum, sans classement ni chronométrage.

La distance de l'épreuve est de 105 kilomètres environ.

Chaque équipe dispose d'un vélo à assistance électrique et d'une batterie.

Des personnes ayant bénéficié au cours des années précédentes, d'une remise à l'activité physique dans le cadre du Coach Vélo Santé du GMC38 Ef, peuvent s'inscrire avec un vélo traditionnel pour une participation en équipe de 4 à 5.

Chaque équipe devra disposer d'un véhicule d'accompagnement pour assurer le transfert des équipiers du participant qui pédale. Ces équipiers se relayeront pour rouler en VAE sur des distances qu'ils se sentiront capables d'accomplir dans le respect de leurs capacités physiques et de leur santé.

#### Participants :

L'épreuve est ouverte à tous les concurrents majeurs.

1/ Ceux-ci seront des personnes fragiles (en suite de maladie ou sédentaires), sélectionnées et accueillies par les organisateurs dans un projet de promotion de la santé par l'activité physique.

2/ Des participants atteints d'un handicap qui souhaitent parcourir en loisir le même trajet sur des vélos personnels classiques ou adaptés à leur handicap, peuvent également participer à cette Randonnée, par équipes de 4 à 5 participants.

Ils sont soumis aux mêmes règles de participation et de sécurité.

3/ Toute femme membre du Gmc38-EF ou ayant un lien familial avec un membre du GMC38-EF.

#### Licences, certificats médicaux :

Conformément à l'article L231-3 du code du sport, pourront participer à l'épreuve :

- les concurrents titulaires d'une licence en cours d'une fédération sportive,

- les non licenciés, en possession le jour de l'épreuve d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique du cyclisme, datant de moins d'un an ou présentation d'un questionnaire de santé de l'année.

#### Inscriptions, tarifs :

Les inscriptions se font par voie postale ou par internet (voir formulaire d'inscription) jusqu'au 31 mai 2023, auprès du secrétariat du club GMC38 Ef.

La participation financière individuelle aussi bien en catégorie Handicap ou en Sport Santé, sans mise à disposition de vélo par le GMC38 Ef, est de **25 €**, incluant les ravitaillements et la logistique.

La mise à disposition d'un VAE avec batteries pour chacun des équipages, sera soit le fait de l'organisateur (avec une participation de 5€), soit celui d'un membre de l'équipe.

Réservation à faire dans les meilleurs délais auprès du club. Aucun participant ne peut prétendre au remboursement de son engagement quel qu'en soit le motif.

#### Horaires : Rassemblement et départ :

Le rassemblement est prévu à partir de 7h et le départ sera donné à 8h00 précises à Saint-Thibaud-de-Couz (73). Le pot de l'amitié final aura lieu à Saint-Pierre-de-Chartreuse (38), au fur et à mesure de l'arrivée des équipes et de leurs participants.

#### Identification et visibilité :

Chaque groupe de 4 à 5 participants constitue un "équipage". Une plaque de cadre avec le numéro et le nom de l'équipage (auquel pourra être accolé le nom d'un ou deux partenaires) sera appliquée sur chaque vélo (VAE) et un tee-shirt jaune sera remis à chaque participant. Ce tee-shirt devra être porté par les participants lorsqu'ils seront sur le VAE afin d'être parfaitement visibles et de contribuer à leur sécurité.

#### Classement et récompenses :

Aucun chronométrage officiel ne sera réalisé. Un diplôme sera remis à chacun des participants.

Un tirage au sort par équipage distribuera les lots recueillis par l'organisateur.

#### Sécurité :

Les routes empruntées par la Randonnée restent ouvertes à la circulation dans les deux sens. Par conséquent, les participants doivent respecter le code de la route et notamment rouler sur la partie droite de la chaussée. Les voitures suiveuses seront celles de l'organisation ainsi qu'un véhicule d'accompagnement par VAE. Les cyclistes et les véhicules d'accompagnement devront respecter le code de la route et les indications des dirigeants, motards et organisateurs encadrant l'épreuve. Une fois la ligne d'arrivée franchie, la responsabilité de l'organisateur est dérogée de tout accident ou incident. Le port du casque à coque rigide est **fortement recommandé** pour tous les cyclistes durant l'épreuve.

#### Engagement des coureurs :

Tous les participants s'engagent à respecter le présent règlement sous peine d'être disqualifiés de la Randonnée.

Un concurrent disqualifié ne peut pas prétendre au remboursement de son engagement.

#### Responsabilité de l'organisateur :

La responsabilité du Grenoble Métropole Cyclisme 38 Eybens Formation est engagée pour chaque concurrent, entre la ligne de départ et la ligne d'arrivée uniquement.

Le Grenoble Métropole Cyclisme 38 Eybens Formation n'est pas responsable des vols, bris de matériel, dommages aux véhicules des concurrents (voitures, vélos).

#### Droit à l'image :

Chaque participant accepte sans condition ni contrepartie que les photos et vidéos prises lors de cette manifestation soient utilisées sur internet et dans les différents supports de médias et tout document bénéfique à la réalisation, la communication et la promotion de l'événement et des valeurs que défend le GMC38 Ef et ses partenaires autorisés. Cette acceptation est conclue pour une durée illimitée.

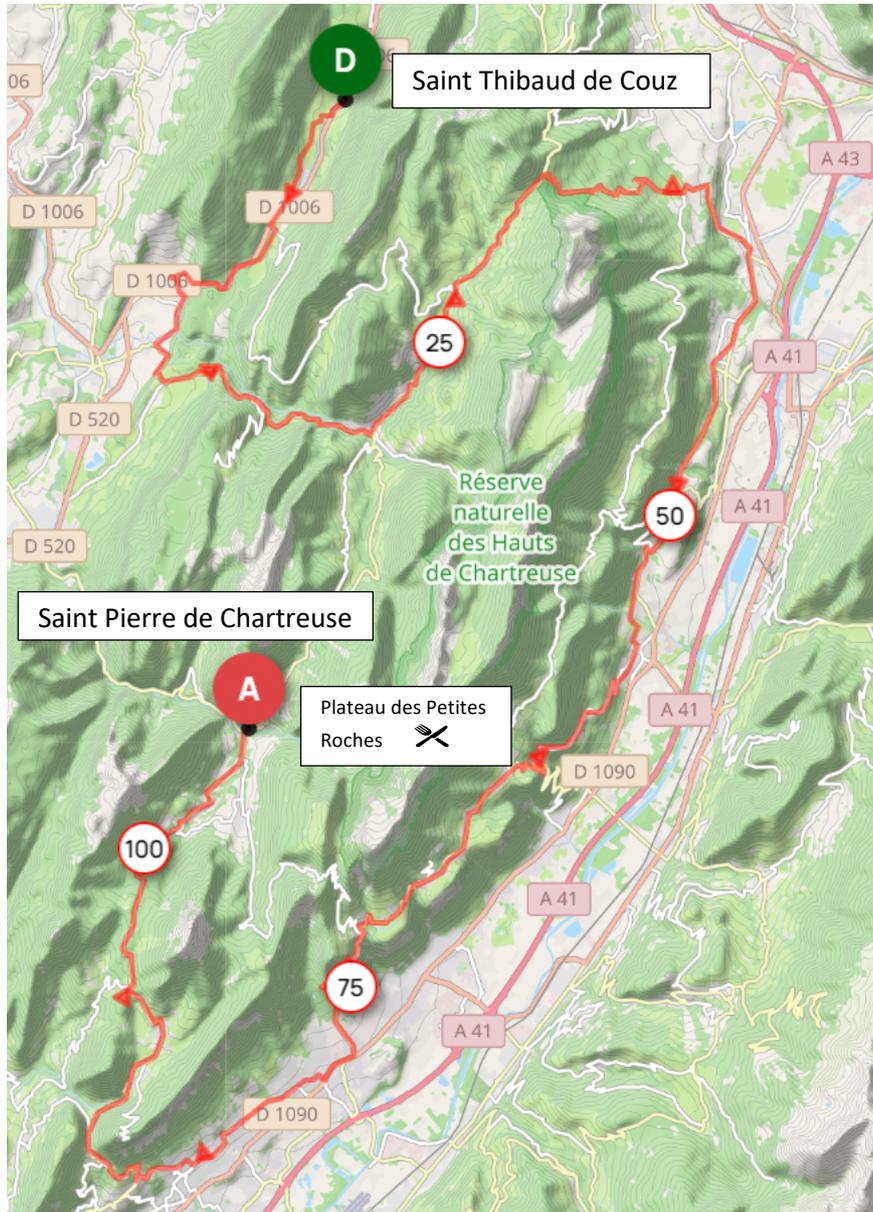
**La signature sur le bulletin d'inscription atteste l'acceptation du présent règlement et engage personnellement la responsabilité du participant.**

# PARCOURS RANDONNEE CYCLISTE

## "La DéFiNoise Santé"

Entre Saint-Thibaud-de-Couz (73) – Saint-Pierre-de-Chartreuse (38)

Samedi 17 juin 2023



**FICHE D'INSCRIPTION  
RANDONNEE CYCLISTE**

à **VELO à ASSISTANCE ELECTRIQUE**  
*"la DéFiNoise Santé"*

**Entre Saint-Thibaud-de-Couz (73) – Saint-Pierre-de-Chartreuse (38)  
Samedi 17 juin 2023**

☞ **A renvoyer à : GMC 38-EF - Le Vélodrome - Avenue Maquis de l'Oisans - 38320 - EYBENS**  
**ou par mail : [gmcyclisme38@gmail.com](mailto:gmcyclisme38@gmail.com)**

Nom : ..... Prénom : .....

Date de Naissance : ..... Sexe : F / H (rayer la mention inutile)

Adresse : .....

Code Postal : ..... Ville : .....

Téléphone : ..... Club / association : .....

Adresse email : .....

N° de licence éventuelle : .....Fédération : .....

**Pour les non licenciés, joindre un certificat médical de NON CONTRE INDICATION à la pratique du cyclisme ou un QUESTIONNAIRE de SANTE de moins d'un an.**

Catégories de pratique (merci de préciser) :

Nom du contact et n° de téléphone en cas d'accident : .....

Lien avec le concurrent : .....

Équipage de 4 à 5 : **nom de l'équipage** : .....

J'atteste avoir pris connaissance du règlement de l'épreuve\* et l'accepte dans son intégralité et demande mon inscription.

Date : ...../...../2023

**Signature :**

\* Règlement d'épreuve consultable sur internet : [www.gmc38.fr](http://www.gmc38.fr)

# **"La DéFiNOISE Santé"**

est une initiative

**Grenoble Métropole Cyclisme 38 Eybens formation,**

avec ses coureurs, dirigeants, bénévoles et le soutien de :

**- GRENOBLE ALPES METROPOLE et le SMMAG**

**- le Conseil Départemental de l'ISERE,**

**- la société ELIS**

**- GROUPAMA Assurances**

**- ACEF AURA**

**- la Société BOSCH**

**- la Fédération Française de Cyclisme,**

**- Le comité Handisport Isère,**

*Et la participation de :*

**- les APPRENTIS d'AUTEUIL,**

**- l'association ZEN ALTITUDE 38,**

**- le Centre de Rééducation de Rocheplane,**

**- le Lyon Sprint Evolution,**

**- l'Union Cycliste Albenassienne,**

**- l'Institut de la Thérapie Sportive (ITS),**

**- les Voironnaises,**

**- Audrey GAUTIER, kinésithérapeute,**

**- Laure GIRARD, Ambassadrice FFC AURA,**

**et l'ensemble de nos partenaires, des patients et des participants  
du Coach Vélo Santé et des Bouge-Bouge du GMC38  
qui nous font confiance pour les accompagner  
dans des projets de Sport Santé.**