



ROAD-BOOK

DIMANCHE 21 SEPTEMBRE 2025

ROC DES GAVES

XCO





Val d'Azun

STATION SPORT NATURE

PROGRAMME

à partir de 8h15: retrait des plaques

9h00: course U15 10h00: course U17

11h30: course U19 12h30: Séniors - Masters

14h00: remise des prix

14h30: course U13 15h30: course U11

16h00: course U9 16h15: course U7

16h30: remise des prix



Manche Coupe Régionale XC
OCCITANIE

Manche du challenge
PYRENEES OUEST

RESTAURATION & BUVETTE SUR PLACE

SOMMAIRE

1. Contacts
2. Présentation
3. Informations générales
4. Matériels
5. Inscription
6. Horaires des courses
7. Les parcours
8. Le site
9. Comment venir
10. Dépannage
11. Nos partenaires

CONTACTS



Club organisateur:

Pyrénissime Vélo Sport

1 place de la Gare – 65260 PIERREFITTE-NESTALAS

Site internet : <http://www.pyrenissimevelosport.e-monsite.com>

Facebook : <https://www.facebook.com/PyrenissimeVeloSport/>

Contacts:

Mail: pyrenissimevelosport@gmail.com

Tel: 06.30.16.27.31 / 06.28.73.41.32



PRESENTATION

Le **ROC DES GAVES** est une épreuve de Cross-Country, XC, à destination des jeunes de 5 à 99ans.

Elle est une épreuve du challenge Pyrénées Ouest et une manche de la coupe d'Occitanie de XC.

Les courses se déroulent sur des circuits techniques avec des enchainements de montées et de descentes.

Différents types de terrains composent les circuits comme des chemins forestiers, des single tracks, des pierriers...

Tout cela au milieu de la station de sport nature de Couraduque.

Proposé et organisé par le club **Pyrénissime Vélo Sport**.



INFORMATIONS



- Buvette et restauration sur place (pas de paiement par CB).
- Des toilettes seront à disposition.
- Assurance: épreuve couverte par une assurance avec une responsabilité civile.
- Le chronométrage sera assuré par nos soins et pour information.
- Le port d'un casque rigide, avec la jugulaire attachée, est obligatoire pendant toute la durée de l'épreuve, reconnaissance comprise.
- Les compétiteurs sont seuls responsables de la conformité aux normes en vigueur des protections individuelles qu'ils utilisent.
- Le port des gants est obligatoire pendant toute la durée de l'épreuve, reconnaissance comprise.
- **Nous vous demandons de respecter les consignes des signaleurs et bénévoles.**
- **Nous vous demandons de respecter les lieux et l'environnement.**



MATERIELS



Les vélos admis dans l'épreuve de XCO devront répondre aux normes de l'Union Cycliste Internationale en vigueur pour le cross-country.

Les compétiteurs sont seuls responsables de la conformité aux normes en vigueur du matériel qu'ils utilisent ainsi que de leur entretien.

La plaque de guidon doit être fixée de façon à assurer sa bonne visibilité.

L'utilisation de liaisons radio ou autres moyens de communication à distance avec les coureurs est interdite.

Pendant l'épreuve les vélos pourront être examinés à n'importe quel moment pour s'assurer du respect de la réglementation.

INSCRIPTIONS

- Inscription en ligne sur le site de la FFC (cycle-web)
- Les inscriptions le jour de la course seront au tarif unique de 20€ (pas de paiement par CB)
- **Retrait des plaques sur présentation de la licence FFC.**
- Modalité de remboursement :
Si la course est annulée, l'inscription vous sera entièrement remboursée.



Catégories d'âges:

J'ai entre 5 et 99 ans au 31 décembre 2024, ma catégorie est:

U7: 5 – 6 ans

U11: 9 – 10 ans

U15: 13 – 14 ans

U9: 7 – 8 ans

U13: 11 – 12 ans

U17: 15 – 16 ans

U19: 17 – 18 ans

U23: 19 – 22 ans

Sénior: 23 – 29 ans

Master: 30 ans et plus



HORAIRES

À partir de 8h: Inscriptions et retraits des dossards

09h00: départ course U15 H-F

10h00: départ course U17 H-F & U19 F

11h30: départ course U19 H & Master H 50 et 60 & Dames

12h30: départ course U23 H & Séniors H & Masters H 35 et 40

14h00: remise des prix catégories U15 & au delà

À partir de 12h00: Inscriptions et retraits des dossards jeunes

14h30: départ course U13

15h30: départ course U11

16h00: départ course U9

16h15: départ course U7


15h30: remise des prix catégories U7 à U13



PARCOURS

Les informations sont données pour information.

Celles-ci sont susceptibles d'évoluer à l'approche de la course.



Catégorie	Parcours
U7	1 boucle tapis
U9	Start + 1 boucle A
U11	Start + 2 boucle A
U13	Start + 3 boucle A
U15	Start + 1 boucle A + 1 boucle B
U17 H-F / U19 F	Start + 2 boucle B
U19 H / Masters H 50 & 60 / Dames	Start + 3 boucle B
U23 H / Séniors H / Masters H35 & 40	Start + 4 boucle B



Station sport nature Val d'Azun – Couraduque

LE SITE



100km de pistes balisées vous attendent toute l'année pour une immersion au cœur de paysages naturels grandioses entre le col du Soulor à Arrens-Marsous (1474m d'altitude) et le col de Couraduque à Aucun (1367m d'altitude). L'hiver sur la neige, la station propose un espace nordique pour la pratique du ski de fond et des raquettes à neige, ainsi qu'un espace de glisse ludique dédié aux enfants avec ses tapis roulants, le Nordic Park. Le reste de l'année les pistes sont un formidable terrain de jeu pour les sportifs qui pratiquent la randonnée, le trail ou le VTT. Pendant les vacances d'été c'est un espace dédié aux loisirs avec ses trottinettes électriques et sa tyrolienne au col du Soulor, ainsi qu'un programme d'aventures à vivre en famille avec des balades thématiques et des activités nature.



<https://www.station-valdazun.com>
/

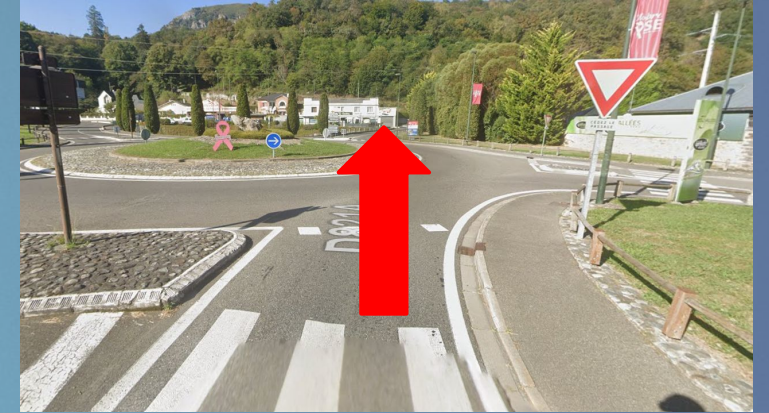
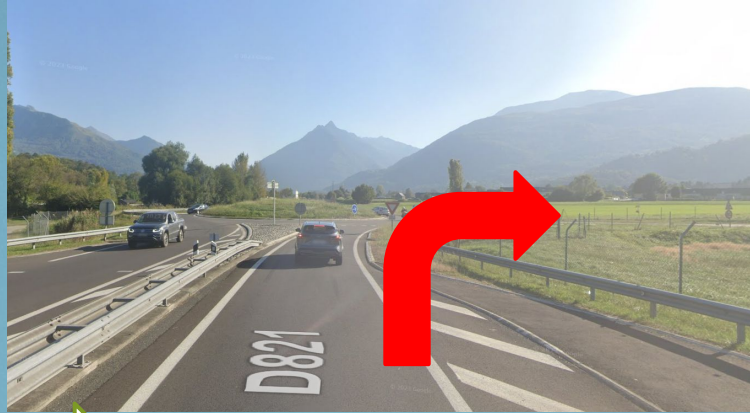


COMMENT VENIR

Sortie de Lourdes



Direction Argeles-Gazost (D821)



A Argeles-Gazost



Direction Aucun puis Couradunque



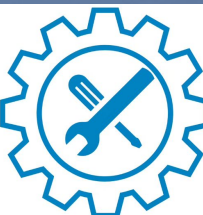
DEPANNAGE

Un problème mécanique, une urgence, nos jeunes pilotes vous recommandent les magasins de Cycles d'Argeles-Gazost:

À 15 kms
Argeles-Gazost



À 15 kms
Argeles-Gazost



NOS PARTENAIRES

