

# DES ACTIVITÉS POUR TOUS

## PARTICIPEZ AUX BREVETS

### ➤ RANDONNÉES MER-MONTAGNE



Les “ Mer-Montagne ” consistent à rallier à vélo ou à tandem n'importe quel point du littoral français à un sommet déterminé de col, de mont ou de ville, dans l'un des cinq massifs montagneux français.

#### Conditions de participation

Les “ Mer-Montagne ” sont ouvertes aux seuls licenciés de la FFCT ; en formule randonneur les participants devront être majeurs.

Ces randonnées doivent être réalisées dans le pur esprit cyclotouriste et le participant doit toujours pourvoir lui-même à tout ce que demande l'accomplissement de sa randonnée. Les voitures suiveuses sont dans tous les cas interdites.

#### Itinéraire

Bien que l'itinéraire soit laissé au choix du participant, il devra être le plus direct possible entre les points de départ et d'arrivée. Il est recommandé cependant d'éviter les grands axes routiers.

Le point de départ par rapport à celui de l'arrivée devra être distant d'au moins 200 km (distance calculée sur les cartes routières à vol d'oiseau).

Les “ Mer-Montagne ” peuvent être réalisées en formules Randonneur ou Touriste. Le participant devra, dès son inscription, choisir sa formule et ne pourra la modifier en cours de randonnée.

◆ En randonneur les délais accordés sont calculés sur le kilométrage réel, sur la base de 10 km/h, arrêts compris. *Exemple : Nice-La Chapelle-en-Vercors, à vol d'oiseau = 200 km ; distance réelle = 352 km ; délai accordé = 35 h.*

◆ En touriste, les délais sont calculés sur la moyenne de 60 km/jour. *Exemple : Nice-La Chapelle-en-Vercors à vol d'oiseau = 200 km ; distance réelle = 352 km ; délai accordé = 6 jours.*

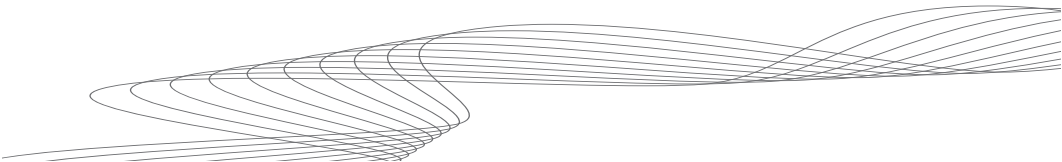
#### L'inscription

Tout postulant à une “ Mer-Montagne ” devra en faire la demande au délégué fédéral en adressant le montant de l'inscription. Il lui sera retourné un bulletin d'inscription par personne ainsi qu'une feuille d'itinéraire en double exemplaire. Il indiquera son itinéraire avec le kilométrage partiel et total, le numéro des routes empruntées, le jour et l'heure de départ et d'arrivée ainsi que les horaires de passage présumés ; un contrôle inopiné peut être mis en place.

Ces indications ne sont pas nécessaires pour la formule touriste.

Les documents devront être adressés dûment remplis au délégué “ Mer-Montagne ” au moins un mois avant la date de départ. Joindre également une photo d'identité et une photocopie de la licence FFCT de l'année en cours.

Dans le cas où le candidat ne peut pas prendre le départ, son dossier est prorogé d'une année calendaire. Passé ce délai, une nouvelle inscription est nécessaire.



## PARTICIPEZ AUX BREVETS

› RANDONNÉES MER-MONTAGNE

Ces randonnées doivent permettre la découverte des cinq massifs d'arrivée et des trois littoraux français de départ (Manche, Atlantique, Méditerranée).

### LIEUX D'ARRIVÉE ALPES

Joux-Plane *	1 713 m
Cornet-de-Roseland	1 968 m
Saint-Véran	2 040 m
La Chapelle-en-Vercors	945 m
Mont Ventoux	1 909 m

### LIEUX D'ARRIVÉE MASSIF CENTRAL

Super-Besse	1 350 m
Col du Béal *	1 390 m
Mont Gerbier-de-Jonc	1 551 m
Pas de Peyrol	1 588 m
Mont Aigoual *	1 567 m

### LIEUX D'ARRIVÉE JURA

Mouthe	935 m
Col de la Faucille	1 323 m
Col de Richemont *	1 060 m

### LIEUX D'ARRIVÉE VOSGES

Col du Donon	727 m
Col de la Schlucht	1 258 m
Grand Ballon	1 424 m

### LIEUX D'ARRIVÉE PYRÉNÉES

Col de la Pierre-St-Martin *	1 713 m
Col du Soulor	1 450 m
Superbagnières	1 804 m
Port de Lers *	1 517 m
Col de Jau *	1 513 m

(\* Ces lieux sont dépourvus de possibilités de contrôle ; la photo du panneau routier du col avec le vélo est dans ce cas nécessaire.

### Garnet de route, cartes postales et plaques de cadre

Le délégué fédéral fournira au participant :

- ◆ le carnet de route ;
- ◆ les cartes postales de contrôle de départ/arrivée ;
- ◆ la plaque de cadre.



Les contrôles intermédiaires sont fixés par le candidat et indiqués sur la feuille de route par la lettre C. Ils seront distants de 60 à 100 km.

Ces contrôles se font par apposition sur le carnet de route d'un timbre humide portant le nom de la localité. En cas d'impossibilité réelle, le contrôle photo (vélo et pancarte) peut être admis. Deux cartes postales sont fournies par l'organisation. Elles sont obligatoirement à expédier :

- ◆ la première, après le départ (à moins de 50 km de celui-ci) ;
- ◆ la seconde, avant l'arrivée (à moins de 50 km de celle-ci).

Ces cartes doivent être signées au moment de l'expédition.

Chaque participant doit être en mesure de présenter son carnet de route lors d'un éventuel contrôle. L'apposition de la plaque de cadre est obligatoire pour la formule Randonneur.

DES ACTIVITÉS POUR TOUS

