



CHALLENGE VTT PENN-AR-BED JEUNES REGLEMENT 2023

1. CONDITIONS DE PARTICIPATION

- Être licencié à la FSGT licence annuelle
- Avoir entre 6 et 16 ans dans l'année
- Les non licenciés à la FSGT peuvent participer au challenge moyennant 5 euros et la présentation d'un certificat médical de moins de 6 mois autorisant la pratique du cyclisme en compétition ainsi qu'une autorisation parentale (leur participation n'est valable que 2 fois maxi).
- Il est laissé, aux clubs organisateurs, la faculté d'accueillir ou pas les non licenciés FSGT.

2. CATEGORIES

- Moustiques : nés en 2017 (6 ans)
- Poussins : nés en 2015 et 2016 (7 et 8 ans)
- Pupilles : nés en 2014 et 2013 (9 et 10 ans)
- Benjamins : nés en 2012 et 2011 (11 et 12 ans)
- Minimes : nés en 2010 et 2009 (13 et 14 ans)
- Cadets : nés en 2008 et 2007 (15 et 16 ans)

Les filles courent dans les mêmes catégories que les garçons.

3. ORGANISATION PREALABLE

- Chaque club participant expédie pour le 20 février au responsable PAB jeunes de la commission VTT la liste de tous ses coureurs licenciés FSGT susceptibles de participer à au moins une rencontre PAB jeunes.
- Au moins une semaine avant chaque rencontre, le club organisateur expédie une invitation aux autres clubs en indiquant bien la date, le lieu précis, les horaires des épreuves (techniques et courses).
- Le responsable de la Commission affecte un numéro de plaque à chaque concurrent. Les plaques sont distribuées lors de la 1^{ère} épreuve. Chaque coureur conservera sa plaque à l'issue de la finale.

4. INSCRIPTIONS :

Les inscriptions doivent parvenir à l'organisateur au minimum 3 jours avant l'épreuve, soit par courrier ou par e-mail ou par téléphone (à une heure raisonnable). **Il est rappelé aux compétiteurs que la signature vaut acceptation des règlements de la PAB.**

5. ORGANISATION DE LA JOURNEE

- Le club organisateur de la rencontre se charge du tracé et du marquage du ou des circuits, de l'organisation et du contrôle des épreuves (demande d'appui possible aux autres clubs), du classement journalier par catégorie (à expédier par messagerie impérativement dans la semaine

suivante au responsable PAB jeunes de la commission, pour le mardi soir dernier délai)

- Les feuilles de classement et de points des épreuves précédentes sont affichées sur place par l'organisateur. (Le responsable de la PAB les lui aura expédiées auparavant par messagerie)
- Si la météo est mauvaise ou pessimiste, un échange téléphonique se fait le matin où la veille entre les responsables de club. C'est le responsable PAB jeunes de la Commission VTT qui tranche sur une décision de maintien ou de report de la rencontre avec proposition d'une autre date.
- Le club organisateur prévoit une collation pour les jeunes dès qu'ils ont terminé leurs épreuves.
- Les podiums et récompenses se feront lors d'une remise officielle à l'issue de la finale PAB

6. MATERIEL ET VERIFICATIONS TECHNIQUES :

- Les VTT aux normes de sécurité en vigueur seront de la responsabilité du pilote (Normes : diamètre des roues maxi 29 pouces). L'état des VTT pourra être vérifié (2 freins, cadre, embouts de guidon, pneus, etc....) par un commissaire ou un responsable de la compétition avant le départ.
- Un VTT ne présentant pas toutes les normes de sécurité ne sera pas admis à prendre le départ de l'épreuve.
- L'utilisation d'un VTT à assistance électrique est interdite.

7. EQUIPEMENT DU PILOTE :

- Le port du casque à calotte rigide, jugulaire attachée est obligatoire pour les épreuves et les reconnaissances sous peine de pénalités en points, en temps et en placement sur la ligne de départ voire mis hors course.
- Pour la sécurité des participants, interdiction d'avoir une caméra sur le casque.

8. EPREUVES

- Les premiers départs sont donnés en principe à 14H00. En cas de PAB adultes couplée prévoir des départs avancés vers 13H00 ou le matin, en avertir les clubs dans l'invitation.
- Les cadets et les minimes participent seulement à une épreuve X-country. Lors de la 1ère épreuve PAB, un vététiste de chaque club sera placé sur chaque ligne (la liste est établie lors de l'inscription à la PAB par les correspondants de club).
- Pour les féminines, une sera placée sur chaque ligne, en prenant en compte le classement général de la PAB. Pour la première course du challenge, un tirage au sort sera effectué avec les féminines présentes.
- Les autres catégories participent en préambule à leur X-country à une épreuve technique (gymkhana) donnant lieu à des pénalités.
- Les pénalités se répercutent sur le placement des concurrents au départ de l'épreuve X-country :
1^{ère} ligne : les coureurs ayant commis 0 faute
2^{ème} ligne : les coureurs ayant commis 1 faute
3^{ème} ligne : les coureurs ayant commis 2 fautes etc...

Si un nombre important de coureurs ont commis le même nombre de fautes et qu'ils ne peuvent être placés sur la même ligne, alors c'est le dernier classement PAB qui déterminera la place sur ces lignes.

Les points de pénalités seront appliqués pour les fautes suivantes :

Quille renversée : 1 point

Pied à terre : 1 point

Chute : 3 points

Erreur de parcours : 5 points

Jeu refusé ou évité : 10 points

- Malgré ces placements différenciés, le départ est donné au même instant pour tous les concurrents de la catégorie d'âge **au coup de sifflet**.
- 5 jeux maximum seront à réaliser lors du Gymkhana.
- Le vélo doit rester le même pour le gymkhana et la course, avec aucun changement de pneus.
- Sur la grille de départ, la distance entre 2 lignes ne doit pas excéder 2 mètres.
- Les éventuels abandons doivent se présenter au podium (un abandon bénéficie tout de même de points de participation) Les temps du X-country seront d'environ : 30 minutes pour les cadets, 20 minutes pour les minimes, 15 minutes pour les benjamins, 10 minutes pour les pupilles, 5 minutes pour les poussins.
- Les changements de roues et les aides extérieurs sont **interdits** sauf les poussins et les pupilles pour de petites réparations (déraillement, crevaison, bris de chaîne).
- Pour les poussins et les pupilles, un vététiste adulte ouvre la course et un autre en serre-file.
- Les parents ne doivent pas courir auprès de leur enfant pendant la course.

9. POINTS PENN AR BED JEUNES

- 2 classements distincts : 1 classement garçons et 1 classements filles à l'issue de chaque épreuve.

| | | | | | |
|--------------|-----|--------------|----|--------------|----|
| 1 er | 150 | 22ème | 77 | 43ème | 56 |
| 2ème | 140 | 23ème | 76 | 44ème | 55 |
| 3ème | 132 | 24ème | 75 | 45ème | 54 |
| 4ème | 125 | 25ème | 74 | 46ème | 53 |
| 5ème | 120 | 26ème | 73 | 47ème | 52 |
| 6ème | 115 | 27ème | 72 | 48ème | 51 |
| 7ème | 110 | 28ème | 71 | 49ème | 50 |
| 8ème | 105 | 29ème | 70 | 50ème | 49 |
| 9ème | 100 | 30ème | 69 | 51ème | 48 |
| 10ème | 98 | 31ème | 68 | 52ème | 47 |
| 11ème | 96 | 32ème | 67 | 53ème | 46 |
| 12ème | 94 | 33ème | 66 | 54ème | 45 |
| 13ème | 92 | 34ème | 65 | 55ème | 44 |
| 14ème | 90 | 35ème | 64 | 56ème | 43 |
| 15ème | 88 | 36ème | 63 | 57ème | 42 |
| 16ème | 86 | 37ème | 62 | 58ème | 41 |
| 17ème | 84 | 38ème | 61 | 59ème | 40 |
| 18ème | 82 | 39ème | 60 | 60ème | 39 |
| 19ème | 80 | 40ème | 59 | 61ème | 38 |
| 20ème | 79 | 41ème | 58 | 62ème | 37 |
| 21ème | 78 | 42ème | 57 | ab | 20 |
| | | | | NC | 0 |

10. CLASSEMENTS GENERAUX

Classements individuels :

- Pour un coureur ayant participé à la totalité des courses du Challenge PAB, la plus mauvaise course ne sera pas comptabilisée dans le classement final (n-1)
- En cas d'égalité parfaite c'est le coureur ayant participé au plus grand nombre de courses qui l'emporte. Dans le cas d'une autre égalité malgré cela, c'est le classement lors de la finale PAB qui est prise en compte.
- Les filles seront classées entre elles dans leur catégorie.

Classement clubs par catégories :

- Le classement des 3 premiers coureurs de chaque club est comptabilisé pour un classement clubs par catégorie (de pupilles à cadets) et pour chaque épreuve de Penn Ar Bed.
- Pour la catégorie des poussins, seul le classement des 2 premiers coureurs est comptabilisé.

Classement général des clubs sur toutes les catégories :

- Un classement général final de l'année sera réalisé par club

11. RECOMPENSES

- A l'issue de la finale Penn Ar Bed, des médailles et coupes seront remises par la commission VTT FSGT 29
 - Aux 3 premiers coureurs des 5 classements individuels
 - Aux 3 premiers clubs de chacune des catégories

12. CHAMPIONNATS

- Le placement sur la ligne de départ lors du Championnat du Finistère VTT se fera par rapport au classement général du Challenge PAB VTT.
- Le placement sur la ligne de départ lors du Championnat de Bretagne VTT se fera par tirage au sort sur la ligne.

13. CONTESTATIONS

- **Toutes tricheries avérées ou mauvais comportements (du coureur, des dirigeants ou des parents) seront disqualificatifs.**
- Toutes les contestations concernant le classement sont à adresser **l'organisateur** de l'épreuve et au responsable de la commission VTT par mail et ce au plus tard le mercredi précédent l'épreuve suivante par le correspondant club seulement (en aucun cas par les parents). Pas de modification le jour de la course, ni rétroactive, sauf erreur flagrante.

14. ANNEXES :

Pour les clubs organisateurs, afin de faciliter le suivi du Gymkhana, 3 fiches sont diffusées en annexe :

- Annexe 1 : Fiche Fautes avec Points de Pénalités : vous y trouverez les différentes fautes avec leurs points de pénalités
- Annexe 2 : Fiches Comptabilités Pénalités : cette fiche servira à comptabiliser les pénalités pour chaque concurrent.
- Annexe 3 : Fiches Pénalités : cette fiche sera à remettre à chaque concurrent à l'issue de l'épreuve Gymkhana afin qu'ils connaissent leurs nombres de pénalités.
- Annexe 4 : exemples de jeux possibles à réaliser lors du Gymkhana : 5 jeux maximum pour chaque Gymkhana.

POINTAGES

| <u>FAUTES</u> | <u>POINTS</u> |
|---------------------|---------------|
| QUILLE RENVERSEE | 1 |
| PIED A TERRE | 1 |
| CHUTE | 3 |
| ERREUR PARCOURS | 5 |
| JEU REFUSE OU EVITE | 10 |

| CHALLENGE PAB VTT 2019 | |
|------------------------|--|
| CATEGORIE : | |
| DOSSARD N° : | |
| POINT(S) DE PENALITE | |
| JEUX N°1 | |
| JEUX N°2 | |
| JEUX N°3 | |
| JEUX N°4 | |
| JEUX N°5 | |
| TOTAL | |

| CHALLENGE PAB VTT 2019 | |
|------------------------|--|
| CATEGORIE : | |
| DOSSARD N° : | |
| POINT(S) DE PENALITE | |
| JEUX N°1 | |
| JEUX N°2 | |
| JEUX N°3 | |
| JEUX N°4 | |
| JEUX N°5 | |
| TOTAL | |

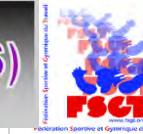
| CHALLENGE PAB VTT 2019 | |
|------------------------|--|
| CATEGORIE : | |
| DOSSARD N° : | |
| POINT(S) DE PENALITE | |
| JEUX N°1 | |
| JEUX N°2 | |
| JEUX N°3 | |
| JEUX N°4 | |
| JEUX N°5 | |
| TOTAL | |

| CHALLENGE PAB VTT 2019 | |
|------------------------|--|
| CATEGORIE : | |
| DOSSARD N° : | |
| POINT(S) DE PENALITE | |
| JEUX N°1 | |
| JEUX N°2 | |
| JEUX N°3 | |
| JEUX N°4 | |
| JEUX N°5 | |
| TOTAL | |

| CHALLENGE PAB VTT 2019 | |
|------------------------|--|
| CATEGORIE : | |
| DOSSARD N° : | |
| POINT(S) DE PENALITE | |
| JEUX N°1 | |
| JEUX N°2 | |
| JEUX N°3 | |
| JEUX N°4 | |
| JEUX N°5 | |
| TOTAL | |

| CHALLENGE PAB VTT 2019 | |
|------------------------|--|
| CATEGORIE : | |
| DOSSARD N° : | |
| POINT(S) DE PENALITE | |
| JEUX N°1 | |
| JEUX N°2 | |
| JEUX N°3 | |
| JEUX N°4 | |
| JEUX N°5 | |
| TOTAL | |

ANNEXE 3 : Fiches Pénalités

| | | | | | | | | | | | | | |
|--|----------------------|--------------------|-----------|--------------|----------------------|----------------------|--|----------------|--------------------|-----------|--------------|----------------------|----------------------|
| <div style="text-align: center; padding: 10px;">  <p>PENALITE(S)</p> <p>CHALLENGE PAB VTT 2019</p> </div> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">NOM / PRENOM :</td> <td style="width: 50%; text-align: center;">PENALITE(S)</td> </tr> <tr> <td>CATEGORIE</td> <td>N° DE PLAQUE</td> </tr> <tr> <td><input type="text"/></td> <td><input type="text"/></td> </tr> </table> | NOM / PRENOM : | PENALITE(S) | CATEGORIE | N° DE PLAQUE | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <div style="text-align: center; padding: 10px;">  <p>PENALITE(S)</p> <p>CHALLENGE PAB VTT 2019</p> </div> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">NOM / PRENOM :</td> <td style="width: 50%; text-align: center;">PENALITE(S)</td> </tr> <tr> <td>CATEGORIE</td> <td>N° DE PLAQUE</td> </tr> <tr> <td><input type="text"/></td> <td><input type="text"/></td> </tr> </table> | NOM / PRENOM : | PENALITE(S) | CATEGORIE | N° DE PLAQUE | <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| NOM / PRENOM : | PENALITE(S) | | | | | | | | | | | | |
| CATEGORIE | N° DE PLAQUE | | | | | | | | | | | | |
| <input type="text"/> | <input type="text"/> | | | | | | | | | | | | |
| NOM / PRENOM : | PENALITE(S) | | | | | | | | | | | | |
| CATEGORIE | N° DE PLAQUE | | | | | | | | | | | | |
| <input type="text"/> | <input type="text"/> | | | | | | | | | | | | |
| <div style="text-align: center; padding: 10px;">  <p>PENALITE(S)</p> <p>CHALLENGE PAB VTT 2019</p> </div> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">NOM / PRENOM :</td> <td style="width: 50%; text-align: center;">PENALITE(S)</td> </tr> <tr> <td>CATEGORIE</td> <td>N° DE PLAQUE</td> </tr> <tr> <td><input type="text"/></td> <td><input type="text"/></td> </tr> </table> | NOM / PRENOM : | PENALITE(S) | CATEGORIE | N° DE PLAQUE | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <div style="text-align: center; padding: 10px;">  <p>PENALITE(S)</p> <p>CHALLENGE PAB VTT 2019</p> </div> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">NOM / PRENOM :</td> <td style="width: 50%; text-align: center;">PENALITE(S)</td> </tr> <tr> <td>CATEGORIE</td> <td>N° DE PLAQUE</td> </tr> <tr> <td><input type="text"/></td> <td><input type="text"/></td> </tr> </table> | NOM / PRENOM : | PENALITE(S) | CATEGORIE | N° DE PLAQUE | <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| NOM / PRENOM : | PENALITE(S) | | | | | | | | | | | | |
| CATEGORIE | N° DE PLAQUE | | | | | | | | | | | | |
| <input type="text"/> | <input type="text"/> | | | | | | | | | | | | |
| NOM / PRENOM : | PENALITE(S) | | | | | | | | | | | | |
| CATEGORIE | N° DE PLAQUE | | | | | | | | | | | | |
| <input type="text"/> | <input type="text"/> | | | | | | | | | | | | |

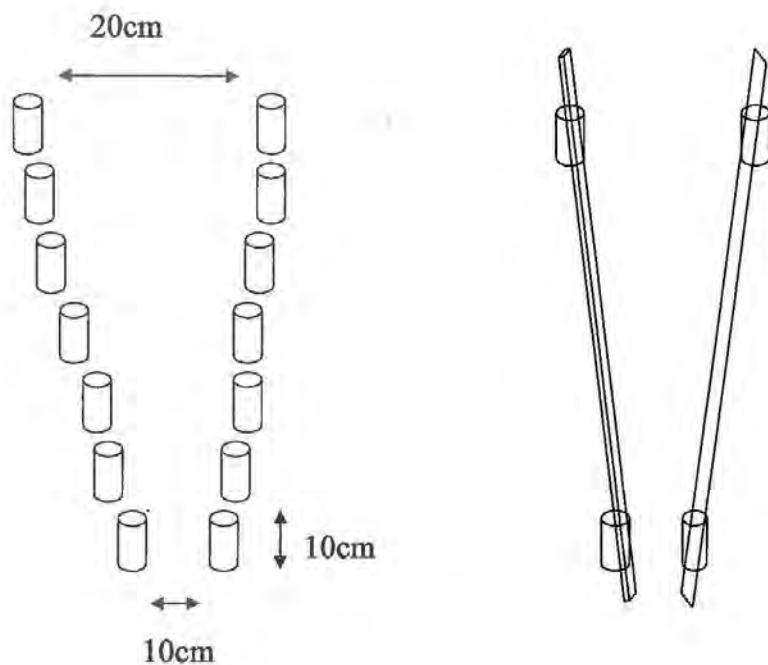
ANNEXE 4 :

Exemples de jeux réalisables pour le Gymkhana



ENTONNOIR

Jeu N° 1



ROUTE

Pénalités:

Lieu ou quille tombée = 5s
Pied à terre ou chute = 5 s
Tout le jeu évité ou sabordé = 30 s

6 Fautes maximum soit 30s

VTT

Pénalités:

Lieu ou quille tombée = 1faute
Pied à terre ou chute = 1faute
Jeu refusé ou évité = 10 fautes

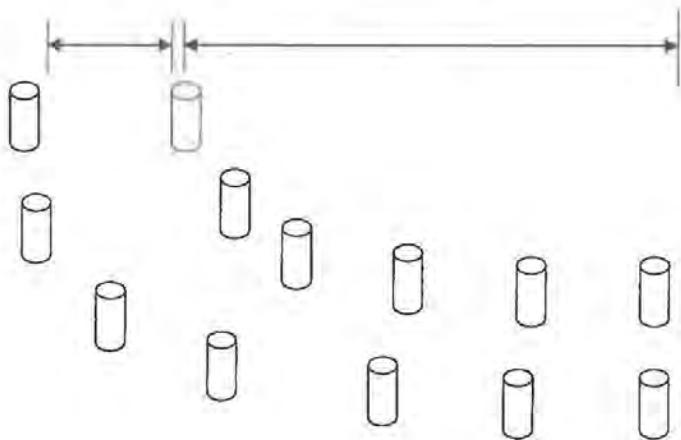
6 Fautes maximum si jeu effectué



PASSAGE ETROIT COURBE

Jeu n° 2 bis

30 cm rayon > 1 m



VTT

Pénalités:

Quille tombée ou évitée = 1 faute
Pied à terre ou chute = 1 faute
Jeu évité ou évité = 10 fautes

6 fautes maximum si jeu effectué

ROUTE

Pénalités:

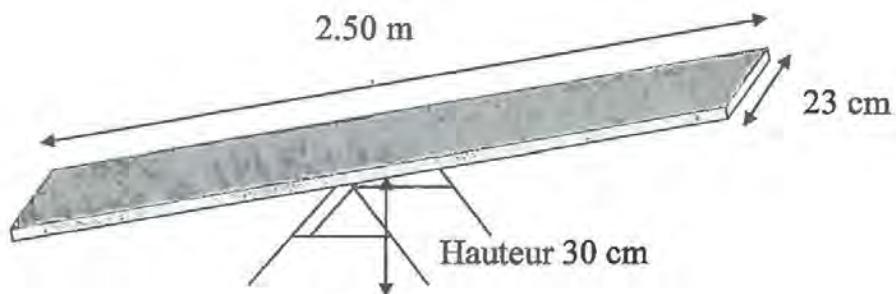
Quille tombée ou évitée = 5s
Pied à terre ou chute = 5s
Jeu refusé ou évité = 30s

6 fautes maximum soit 30s



PLANCHE A BASCULE

Jeu N° 3



VTT

ROUTE

Pénalités:

- Roue en dehors de la planche = 1 faute
- Planche non basculée = 1 faute
- Pied à terre ou chute = 1 faute
- Jeu refusé ou évité = 10 fautes

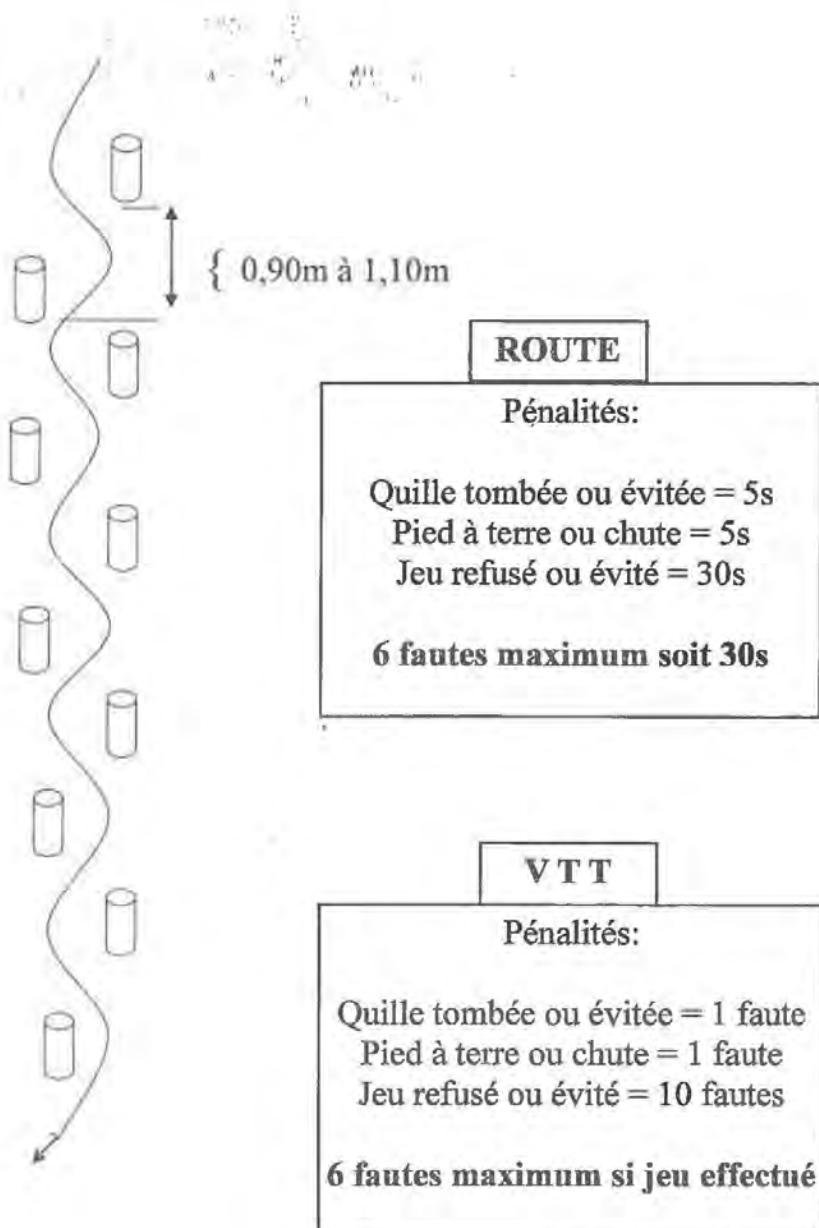
Pénalités:

- Roue en dehors de la planche = 5s
- Planche non basculée = 5s
- Pied à terre ou chute = 5s
- Jeu refusé ou évité = 30s



SLALOM SIMPLE

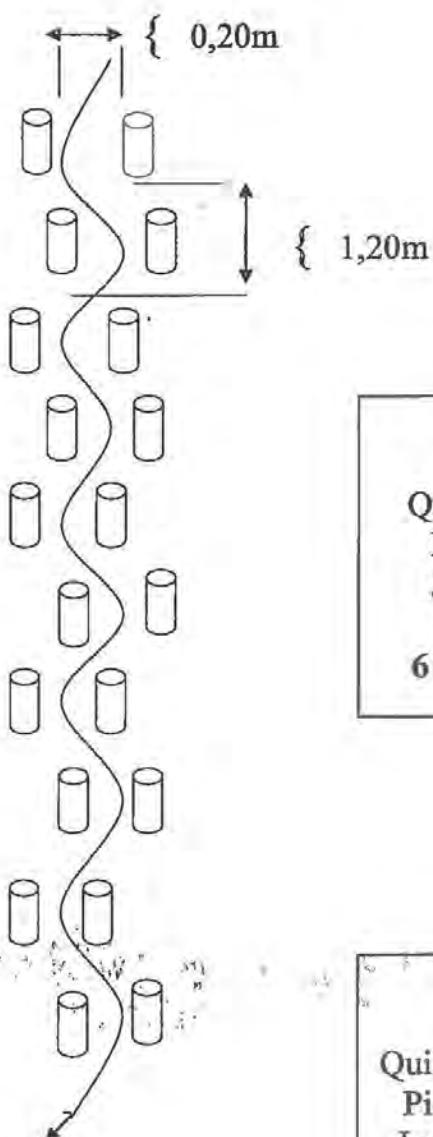
Jeu N° 4





SLALOM DOUBLES QUILLES

Jeu N° 5



ROUTE

Pénalités:

Quille tombée ou évitée = 5s
Pied à terre ou chute = 5s
Jeu refusé ou évité = 30s

6 fautes maximum soit 30s

V T T

Pénalités

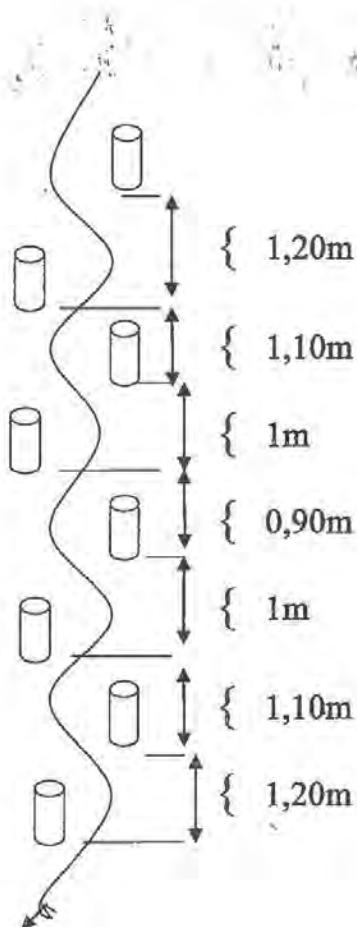
Quille tombée ou évitée = 1 faute
Pied à terre ou chute = 1 faute
Jeu refusé ou évité = 10 fautes

6 fautes maximum si jeu effectué



SLALOM INEGAL

Jeu N° 6



VTT

ROUTE

Pénalités:

Quille tombée ou évitée = 1 faute

Pied à terre ou chute = 1 faute

Jeu refusé ou évité = 10 fautes

6 fautes maximum si jeu effectué

Pénalités:

Quille tombée ou évitée = 5s

Pied à terre ou chute = 5s

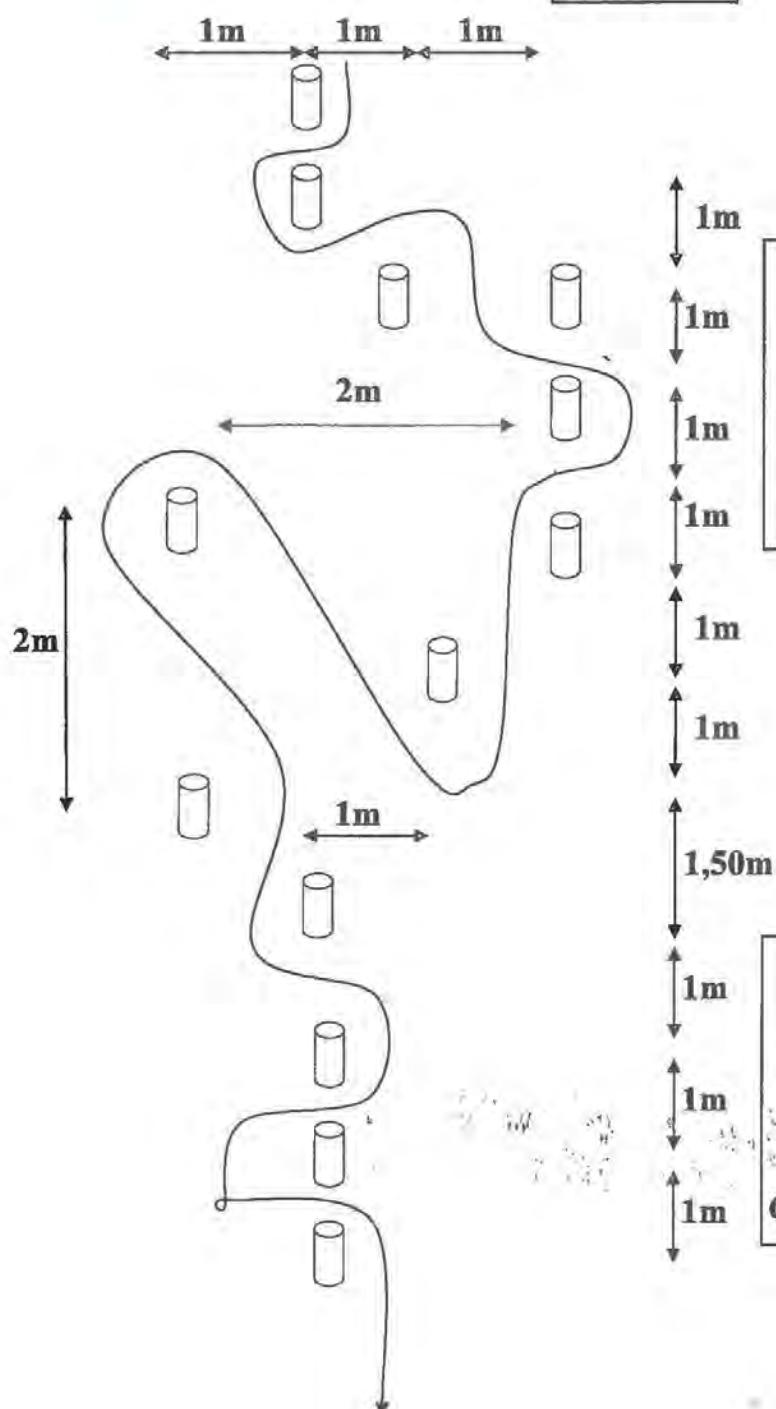
Jeu refusé ou évité = 30s

6 fautes maximum soit 30s



SLALOM IRREGULIER (FLECHE)

Jeu N° 7



ROUTE

Pénalités:

Quille tombée ou évitée = 5s

Pied à terre ou chute = 5s

Jeu refusé ou évité = 30s

6 fautes maximum soit = 30s

VTT

Pénalités:

Quille tombée ou évitée = 1 faute

Pied à terre ou chute = 1 faute

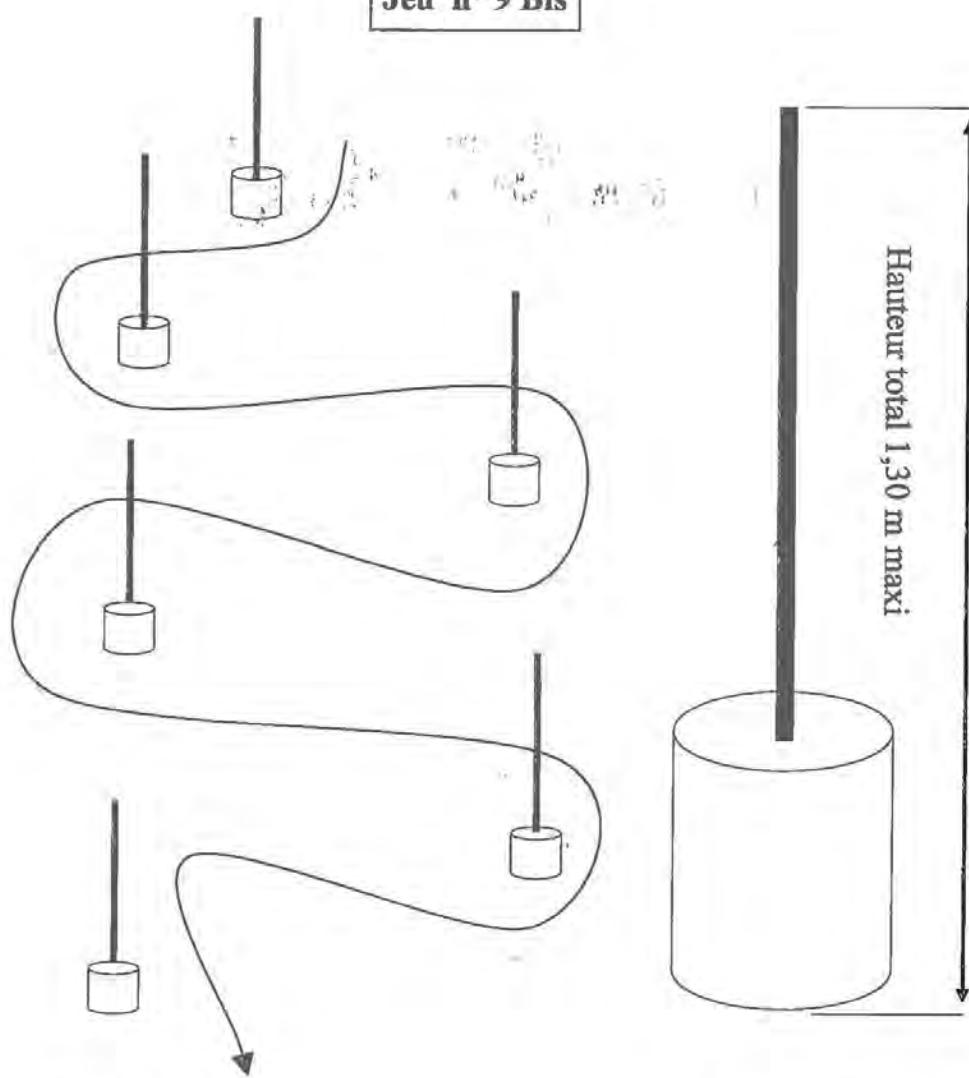
Jeu refusé ou évité = 10 fautes

6 fautes maximum si jeu effectué



SLALOM PIQUETS

Jeu n° 9 Bis



VTT

ROUTE

Pénalités:

Piquet tombé ou évitée = 1 faute
Pied à terre ou chute = 1 faute
Jeu refusé ou évité = 10 fautes

6 fautes maximum si jeu effectué

Pénalités:

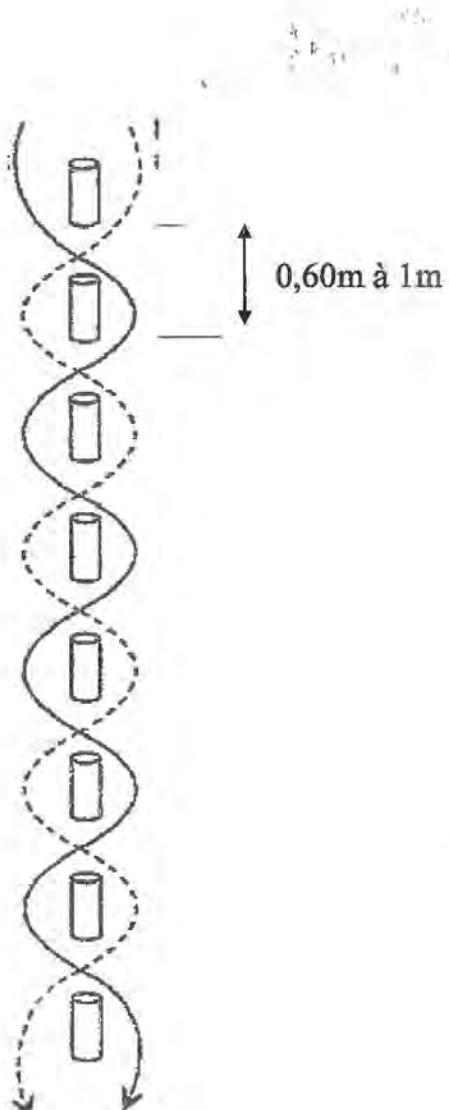
Piquet tombé ou évitée = 5s
Pied à terre ou chute = 5s
Jeu refusé ou évité = 30s

6 fautes maximum soit 30s



SLALOM QUILLE SOUS PEDALIER

Jeu N° 12



ROUTE

Pénalités:

Quille tombée ou évitée = 5s
Pied à terre ou chute = 5s
Jeu refusé ou évité = 30s

6 fautes maximum soit 30s

VTT

Pénalités:

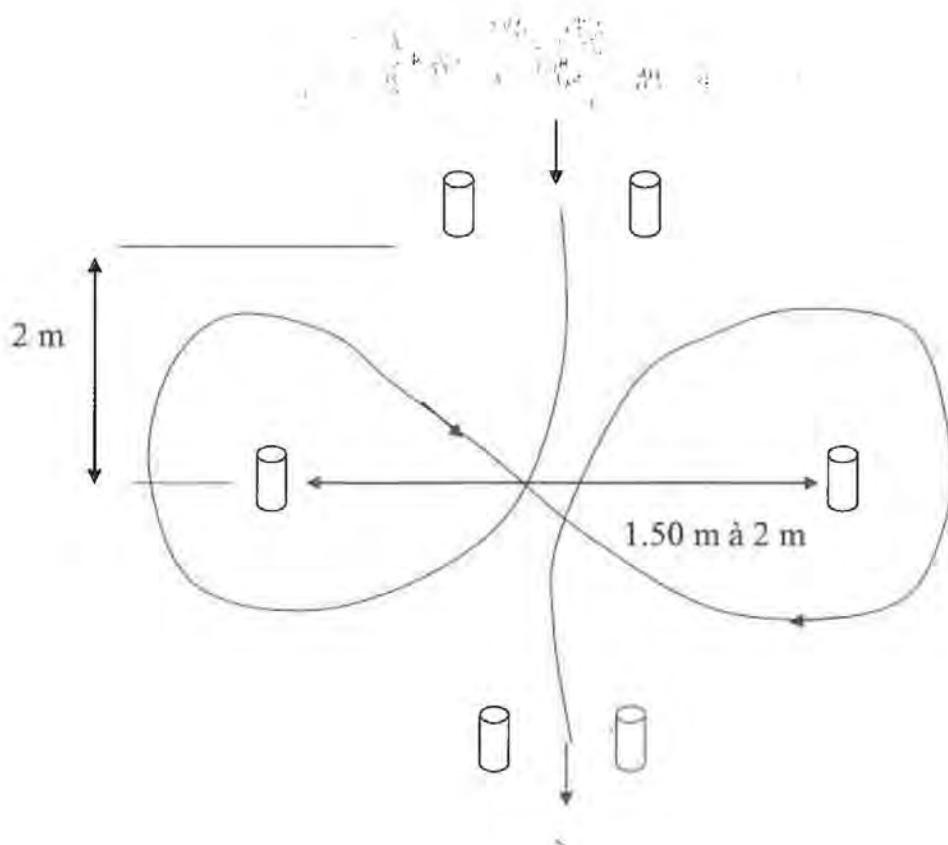
Quille tombée ou évitée = 1 faute
Pied à terre ou chute = 1 faute
Jeu refusé ou évité = 10 fautes

6 fautes maximum si jeu effectué



SIMPLE HUIT

Jeu N° 17



VTT

ROUTE

Pénalités/

Quille tombée ou évitée = 1 faute
Pied à terre ou chute = 1 faute
Erreur sens de circuit (si fléchage) = 5 fautes
Jeu refusé ou évité = 10 fautes

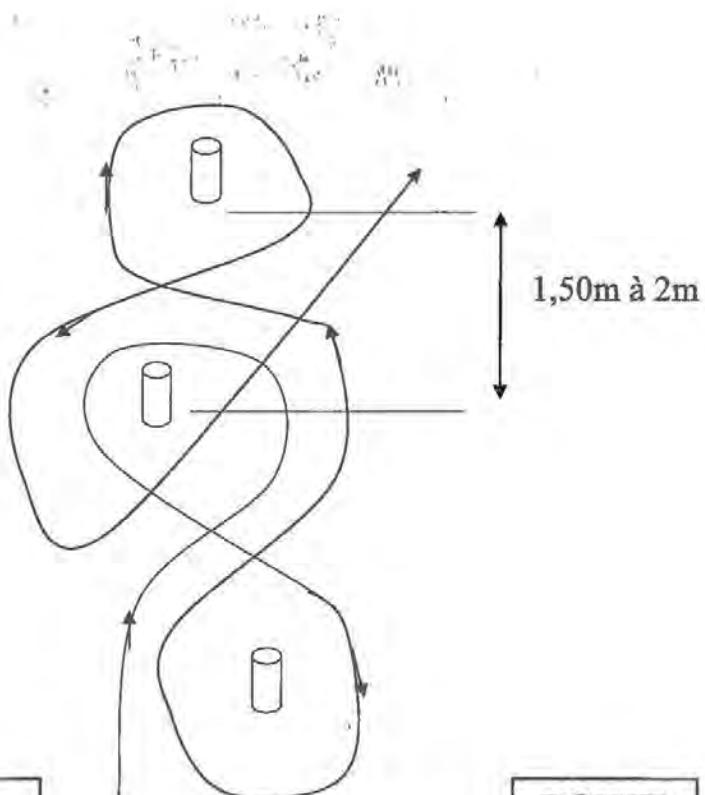
Pénalités:

Quille tombée ou évitée = 1s
Pied à terre ou chute = 1s
Erreur sens de circuit (si fléchage) = 10s
Jeu refusé ou évité = 30s



DOUBLE HUIT

Jeu N° 19



VTT

ROUTE

Pénalités:

Quille tombée ou évitée = 1 faute
Pied à terre ou chute = 1 faute
Erreur sens de circuit (si fléchage) = 5 fautes
Jeu refusé ou évité = 10 fautes

6 fautes maximum si jeu effectué

Pénalités:

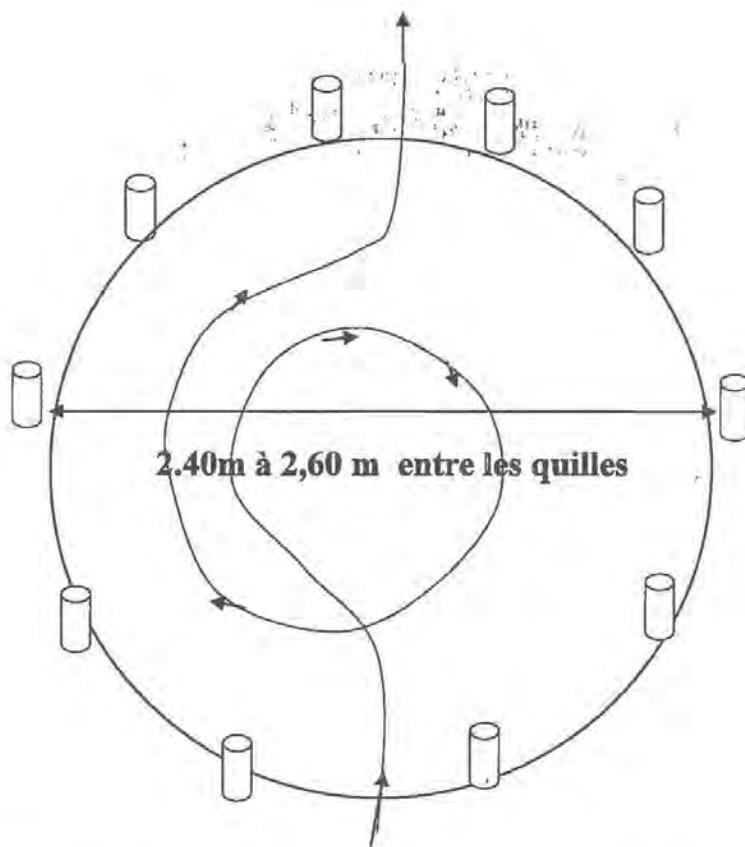
Quille tombée ou évitée = 5s
Pied à terre ou chute = 5s
Erreur sens de circuit (si fléchage) = 10s
Jeu refusé ou évité = 30s

6 fautes maximum soit 30s



PASSAGE DANS LE ROND

Jeu n° 23



ROUTE

Pénalités:

Quille tombée ou évitée = 5s
Pied à terre ou chute = 5 s
Erreur de circuit (si fléchage) = 10s
Jeu refusé ou évité = 45s

6 fautes maximum soit 30s

VTT

Pénalités

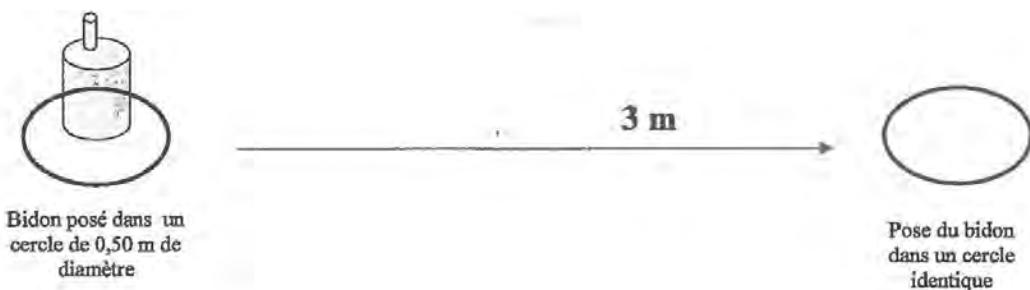
chaque quille tombée 1 faute
pied à terre 1 faute
chute 10 fautes
jeu évité 10 fautes

6 fautes maximum si jeu effectué



PRISE ET POSE BIDON

Jeu N° 24



ROUTE

Pénalités:

Bidon mal posé, tombé en dehors du cercle = 5s
Pied à terre ou chute 5s

Faute sur bidon
(3 essais obligatoire) = 10s

Jeu refusé ou évité = 30s

VTT

Pénalités:

Bidon mal posé, tombé en dehors du cercle = 1 faute
Pied à terre ou chute 1 faute

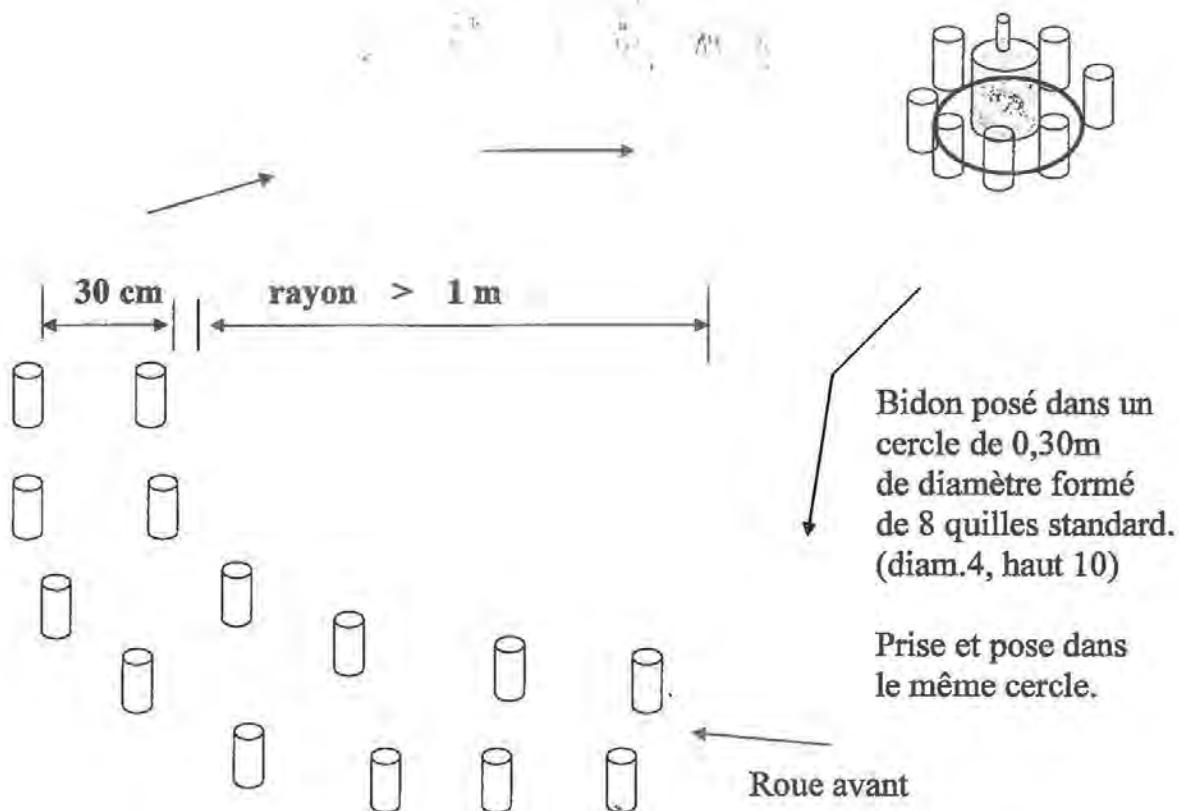
Faute sur bidon
(3 essais obligatoire) = 5 fautes

Jeu refusé ou évité = 10 fautes



PRISE ET POSE D'UN BIDON AVEC CHICANE

Jeu N° 25



ROUTE

VTT

Pénalités

Pénalités

Quille tombée ou évité = 5s

Quille tombée ou évité = 1 faute

Pied à terre ou chute = 5s

Pied à terre ou chute = 1 faute

Faute sur bidon (3essais obligatoire) = 10s

Faute sur bidon (3essais obligatoire) = 5 fautes

Erreur sens de circuit (si fléchage) = 10s

Erreur sens de circuit (si fléchage) = 5 fautes

Jeu refusé ou évité = 45s

Jeu refusé ou évité = 10 fautes

6 fautes maximum soit 30s

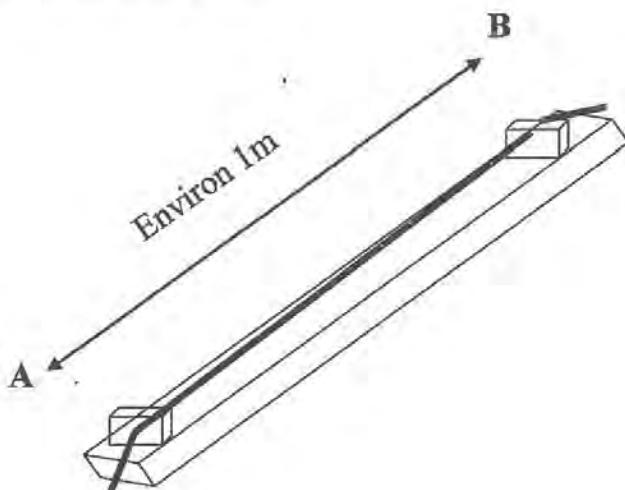
6 fautes maximum si jeu effectué



SAUT ELASTIQUE

Jeu N° 30

Hauteur variable en
fonction des cales A et B



ROUTE

VTT

Pénalités:

Poussins

Élastique touché par la roue avant = 5s

Pupilles & Benjamins

Élastique touché par:

la roue avant = 5s

La roue arrière = 5s

Pied à terre ou chute = 5s

Pénalités:

Poussins

Élastique touché par la roue avant = 1 faute

Pupilles & Benjamins

Élastique touché par:

la roue avant = 1 faute

La roue arrière = 1 faute

Pied à terre ou chute = 1 faute

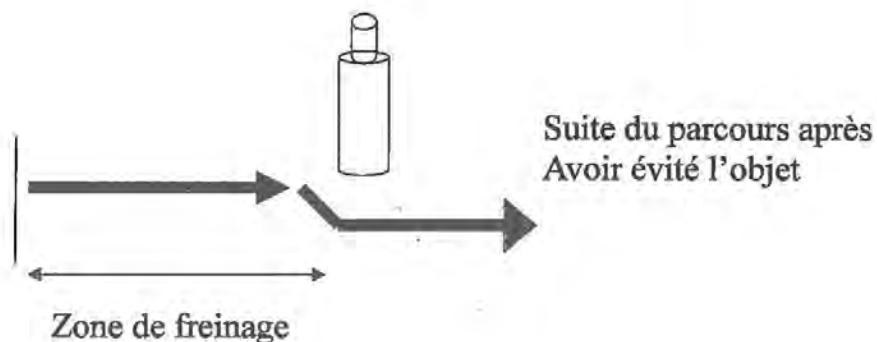


CONTRÔLE DE FREINAGE

Jeu N° 36

Afin d'éviter les erreurs de chronométrage
Cet atelier ne devra être mis en fin de parcours.

Objet (bidon lesté 1/4 de sable.....)
À toucher de face (obligatoire)
Avec la roue avant.



ROUTE

VTT

Pénalités:

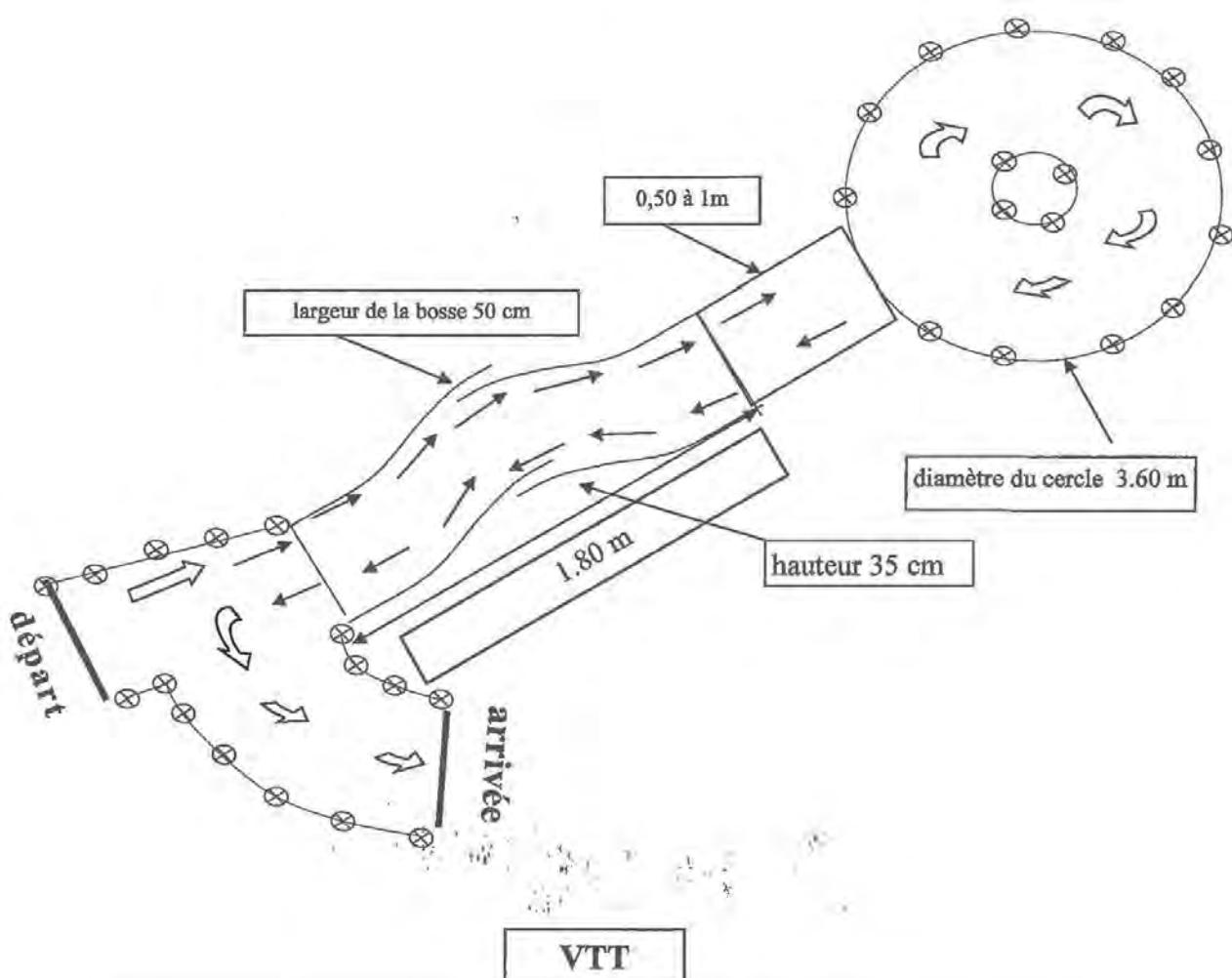
Bidon renversé = 5s
Pied à terre ou chute = 5 s
Jeu refusé ou évité = 30 s

Pénalités

Bidon renversé = 1 faute
Pied à terre ou chute = 1 faute
Jeu refusé ou évité = 10 fautes



LA BOSSE (jeu spécial VTT)



Pénalités

Quille tombée ou touchée = 1 faute

Pied à terre ou chute = 1 faute

Erreur sens de circuit (si fléchage) = 5 fautes

Jeu refusé ou évité = 10 fautes