



# DÉFI « SOIS ENDURANT ! »



## RÈGLEMENT

### L'ÉPREUVE

Avec leur discipline du triple effort, les triathlètes sont considérés comme les sportifs les plus endurants. C'est pourquoi le club de triathlon de Villejuif « VATHLON » vous défie sur un challenge santé et citoyen : « SOIS ENDURANT ! », du 1<sup>er</sup> mai au 31 mai 2021. À tout moment dans le mois vous pouvez rejoindre le défi et envoyer vos kilométrages rétroactivement. Cette épreuve peut être parcourue à son domicile (tapis de marche/course, home-trainer), ou à l'extérieur, dans le respect des contraintes liées aux règles sanitaires en vigueur. Le stade Louis-Dolly sera accessible pour l'occasion tous les dimanches de 14h à 17h. L'effort conjugué de tous, nous permettra d'afficher la distance totale parcourue sur un compteur collectif pour la ville, qui représentera en kilomètres, notre vigilance quant à l'empreinte carbone.

### INSCRIPTION

L'épreuve est gratuite et ouverte à tous les villejuifois âgés de plus de 6 ans\*. Les participants parcourent dans la discipline de leur choix la plus grande distance possible, en ayant lancé leur montre GPS, une application de sport ou déclenché leur compteur de tapis ou home-trainer. Ils envoient leur résultat chaque jour si possible, avec lien vers leur compte d'application sportive, ou capture écran du compteur, à l'adresse suivante : [vathlon-soisendurant@gmail.com](mailto:vathlon-soisendurant@gmail.com)

Ils précisent lors du premier envoi de données et d'inscription : nom, prénom, sexe, année de naissance, adresse postale, et le cas échéant : classe et établissement scolaire villejuifois, et/ou club villejuifois, ainsi qu'un selfie si possible (illustration du classement virtuel). Lors des envois des distances effectuées suivantes, juste Nom/Prénom. Les établissements scolaires pourront envoyer leurs données sur du déclaratif.

\*Pour les mineurs hors cadre scolaire, une demande d'autorisation parentale vous sera envoyée par mail à signer et renvoyer complétée.

### CLASSEMENTS ET RÉCOMPENSES

Les participants seront classés en fonction des résultats cumulés transmis disponibles sur le site du club <https://villejuif.com> avec un podium virtuel à partir des photos transmises. Un diplôme pourra également être téléchargé afin d'être complété personnellement.

### INDIVIDUELLEMENT PAR DISCIPLINE

Les 3 premiers Hommes et Femmes ayant parcouru la plus grande distance en :

- marchant, seront récompensés pour le Défi Marche\*\*,
- courant, seront récompensés pour le Défi Course à pied (CAP),
- nageant, seront récompensés pour le Défi Natation,
- pédalant, seront récompensés pour le Défi Cyclisme, comme suit :

1 <sup>ers</sup>	1 mois d'entraînement à VATHLON au choix entre juin et décembre 2021	Valeur 50€
2 <sup>èmes</sup>	1 abonnement de 5 mois (juin à octobre 2021) de nage en eau libre à TORCY aux créneaux triathlètes IDF	Valeur 25€
3 <sup>èmes</sup>	OU 1 inscription à la course de son choix à la Corrida de Villejuif 2021	Valeur 10€

\*\*Pourquoi la marche ? Parce que nous avons depuis 2021, une section « Triathlon Santé » qui marche !

### INDIVIDUELLEMENT AU CHALLENGE COMBINÉ

Les 3 premiers Hommes et Femmes ayant parcouru la plus grande distance en combinant 2 à 4 des disciplines, seront récompensés pour le Défi Triathlon\*\*\*, comme suit :

1 <sup>ers</sup>	Inscription à VATHLON et licence FFTRI offertes à la personne de son choix pour la saison 2021/2022	Valeur 210€
2 <sup>èmes</sup>	6 mois d'inscription à VATHLON avec licence offerts à la personne de son choix pour la saison 2021/22	Valeur 150€
3 <sup>èmes</sup>	3 mois d'inscription à VATHLON avec licence offerts à la personne de son choix pour la saison 2021/22	Valeur 100€

\*\*\*Application de la pondération utilisée chez #UnitedHeroes, basée sur l'étude de la dépense calorique moyenne par discipline : 1km de Natation = 40 points, 1km Cyclisme = 2,5pts, 1km CAP = 10 pts, et 1 km Marche = 5 pts,

## **TIRAGE AU SORT**

En plus des récompenses ci-dessus, 10 bons d'achat d'une enseigne sportive, chacun d'une valeur de 25€, seront offerts lors d'un tirage au sort parmi les participants mineurs, et 10 autres de 50€ parmi les participants majeurs.

## **CLASSEMENT ÉTABLISSEMENT SCOLAIRE**

1 bon d'achat d'une enseigne sportive, d'une valeur de 50€, sera remis à l'établissement scolaire de la ville ayant parcouru la plus grande distance au défi Triathlon.

## **CLASSEMENT CLUB**

1 bon d'achat d'une enseigne sportive, d'une valeur de 50€, sera remis au premier club du défi Triathlon.

## **DROIT À L'IMAGE**

Chaque participant autorise expressément les organisateurs ainsi que leurs ayants droit tels que partenaires et médias à utiliser les images sur lesquelles il pourrait apparaître, prises à l'occasion de sa participation au défi, sur tous supports y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires, pour la durée la plus longue prévue par la loi en vigueur.

## **ACCEPTATION DU RÈGLEMENT**

L'inscription entraîne acceptation, sans réserve, du présent règlement. Toute contestation sur son interprétation ou sur un point non prévu du règlement est du ressort exclusif et sans appel du comité d'organisation.

Nous vous demandons de vous assurer que vous êtes en mesure de réaliser cette épreuve.

Si vous n'avez plus fait d'activité physique depuis longtemps, reprenez en douceur pour réadapter votre corps à l'effort.

Si vous avez des douleurs, de la fièvre ou tout autre symptôme douteux, ne faites rien !

C'est un défi plaisir, aucune notion de temps n'est imposée. Prenez soin de vous !