



GUIDE TECHNIQUE



DH Jeunes
Challenge TRJV
Coupes Ile de France XCO
9 et 10 Mai 2026
Gif sur Yvette (91)





Guide technique VTT

9 et 10 MAI 2026

Compétitions

Engagement et règlements

Catégories et inscriptions

Programmes sportifs

Circuit XCO

Infos Pratiques

Accès & plan

Secours

Contacts

Partenaires

CHALLENGE TRJV 2026

VTT DH

VTT XCO

OC GIF VTT

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CYCLISME ILE-DE-FRANCE

Esforme LE DÉPARTEMENT

A 20 min du circuit des JO d'ELANCOURT

TRJV DH IDF U7 à U17

SAMEDI 09 MAI 2026

9H - BOIS D'AIGREFOIN

Gif Sur Yvette

Parking cimetièrre des Rougemonts

9H : retrait des plaques & Reco DH à pied

Equipement DH obligatoire (casque, dorsale, pantalon, coudière)

voir guide technique

ESPACE BELLOUIS CYCLEPRO

Petite Restauration sur place

ROY MENUSISERIE FENETRE

PARIS SACLAY

BARCQUE CHARPENTES

Intermarché SUPER

ELEMENT STRUCTURE

FINEA

Regard OPTICIEN

GARAGE ACA

Région Ile de France

Reco possible samedi à partir de 15h

retrait des plaques à partir de 8H30 dimanche

CHALLENGE TRJV 2026

VTT XCO

OC GIF VTT

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CYCLISME ILE-DE-FRANCE

Esforme LE DÉPARTEMENT

Coupe IDF VTT XCO Open U7 à Masters et Tandem

DIMANCHE 10 MAI 2026

08H30 - BOIS D'AIGREFOIN

Gif Sur Yvette

Parking cimetièrre des Rougemonts

Petite Restauration sur place

ROY MENUSISERIE FENETRE

PARIS SACLAY

BARCQUE CHARPENTES

Intermarché SUPER

ELEMENT STRUCTURE

FINEA

Regard OPTICIEN

GARAGE ACA

Région Ile de France



Guide Technique VTT
 DH Jeunes / Coupes Ile de France - Manches #3
 9/10 Mai 2026 – Gif sur Yvette (91)





Engagement et règlements

- **ENGAGEMENTS**

L'épreuve est ouverte aux coureurs détenteurs d'une licence FFC, d'une licence d'une fédération étrangère affiliée à l'UCI ainsi qu'aux non licenciés FFC (UNSS, FFTri, FSGT, UFOLEP, Non licenciés).

- **TARIFS PAR CATEGORIES**

DH JEUNES/TRJV Samedi 9 Mai 2026

U7 à U13 : 6€
U15 & U17 : 15€

XCO Dimanche 10 Mai 2026

U7 à U13 : 6€
U15 & U17 : 15€
U19 à Master : 17€
Tandems : 34€
Non Licenciés FFC : +3€
Inscriptions sur place : +5€

- **REGLEMENTS DES EPREUVES**

Les épreuves se déroulent selon le règlement du comité régional Ile de France disponible sur le site du comité ile de France www.cif.fr

[Coupe IdF France VTT XCO Open 2026](#) (XCO U15 à master)

[Coupe IdF France VTT XCO Jeunes 2026](#) (XCO U7 à U13)

[Challenge TRJV 2026](#) (DH jeunes et clt général TRJV)





Catégories et inscriptions

• CATEGORIES

Catégories	Age	Années de naissance
U7 Filles & Garçons (Prélicenciés)	<7 ans	2020-
U9 Filles & Garçons (Poussins)	7-8 ans	2018-2019
U11 Filles & Garçons (Pupilles)	9-10 ans	2016-2017
U13 Filles & Garçons (Benjamins)	11-12 ans	2014-2014
U15 Filles & Garçons (Minimes)	13-14 ans	2012-2013
U17 Filles & Garçons (Cadets)	15-16 ans	2010-2011
U19 Femmes & Hommes (Juniors)	17-18 ans	2008-2009
U23 Hommes (Espoirs)	19-22 ans	2004-2007
Senior Hommes	23- 34 ans	1992-2003
Scratch Femmes (dont U23 F)	19-34 ans	1992-2007
Master Scratch Femmes	35 ans et +	-1990
Master Scratch Hommes	35 ans et +	-1990
Tandem	17 ans et +	-2009

• ARBITRES

Arbitres : Valérie Chenu

Arbitres assistants : Franck Lemaitre, Chloé Lapeyronie

Chronométrage électronique : Gilles Sicart /Mercedes Castillo Lopes



• INSCRIPTIONS

Pour les licenciés FFC Les inscriptions se font sur la plateforme cicleweb.ffc.fr jusqu'aux

- Mercredi 6 mai 2026 20h (DH Jeunes du samedi 9 Mai)
- Jeudi 7 mai 2026 20h (XCO du dimanche 10 Mai)

Pour les non licenciés FFC : en envoyant le bordereau d'engagement individuel (*) à OC GIF VTT c/o Frédéric AMET 9 Allée de la mare Jodoïn 91190 Gif sur Yvette

Pour les catégories U7 à U17, les inscriptions sont séparées pour la journée du samedi 9 Mai 2026 (DH jeunes/TRJV) et dimanche 10 Mai 2026 (XCO).

• EN RETARD ET SUR PLACE

Il est possible de s'inscrire en retard ou surplace. Les inscriptions se font avec une majoration de 5€ à partir du Mercredi 6 Mai 2026 20H.

Les inscrits tardifs seront placés en fin des grilles de départ (XCO).

(*) *Les bordereaux d'engagement individuels sont annexés aux [règlements régionaux 2026](#)*

Guide Technique VTT
DH Jeunes / Coupes Ile de France - Manches #3
9/10 Mai 2026 – Gif sur Yvette (91)





Programme sportif DH jeunes

• PARCOURS

- 550m 50m D-
- Meilleurs Temps 2025 : 1'18"21 (U17G)

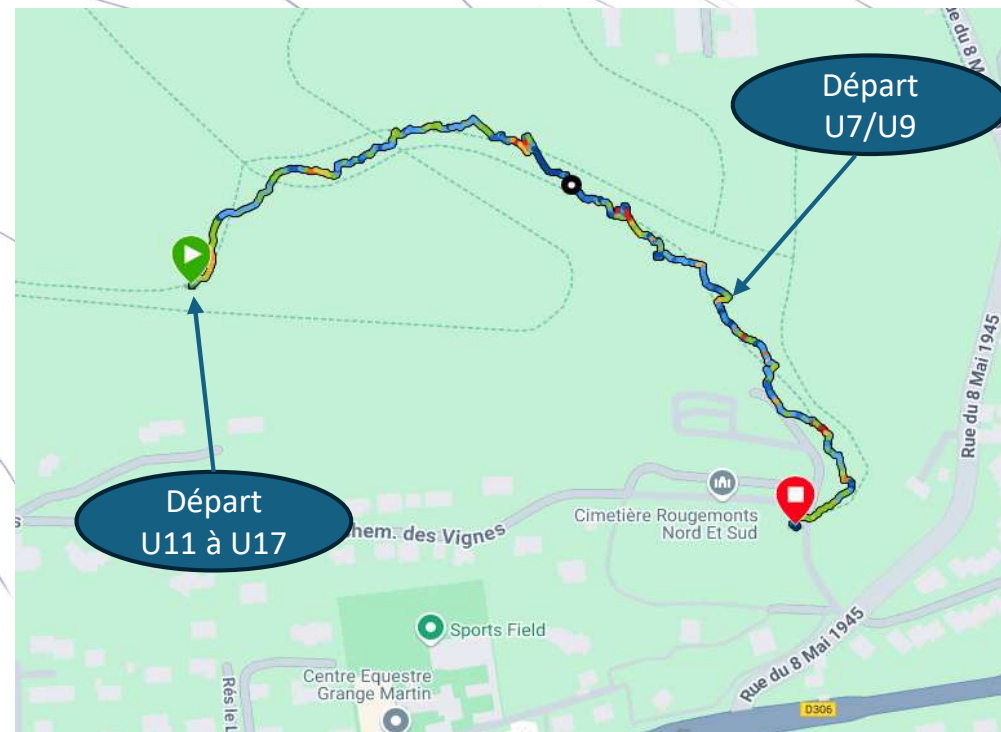
Départ intermédiaire pour les U7/U9

Samedi 9 Mai 2026	
A partir de 9h	Retrait des plaques
A partir de 9h	Reconnaitances à pied
10h	Reco mini DH (3 runs) cat U7 et U9
10h45	Reconnaitances à VTT non chronométrées (U11 à U17)
12h	Départs DH (1 manche de placement + 2 manches U7/U9)
13h	Départs DH (1 manche de placement + 2 manches U11 et +)

• Equipements

- Toutes catégories : gants longs, manches longues, jambes longues
- U11 à U17 Casque intégral, dorsale, genouillères obligatoires
- U7/U9 Casque Jet ou intégral obligatoire. Genouillères & dorsale conseillées.

• TRACE DH (U11/U17)





Programme Sportif XCO

• Départs et NB de TOURS

Départs par catégorie(s) séparés de 2min dans chaque course.

• MISES EN GRILLE

Les coureurs sont placés sur la grille de départ, et pour chaque catégorie, par priorité et dans l'ordre les plus récents (si ils existent) des

- classement UCI
- classement de mise en grille (catégories élite) de la coupe de France VTT XCO.
- classement de mise en grille des coupes IdF VTT XCO (Jeunes et OPEN)
- ordre d'arrivée des inscriptions (non classés)

Mises en grille XCO disponibles samedi 9 Mai 16h

• PROGRAMME XCO

Samedi 9 Mai 2026

15h – 18h	Reconnaitances libres sur le circuit (sauf secteur DH jeune)
-----------	--

Dimanche 10 Mai 2026

8h30 – 13h	Retrait des plaques
8h30 – 9h30	Reconnaissance sur le circuit (plaque obligatoire)
9h20	Mise en grille Master H et tand.(Départ commun « village »)
9h30-11h	Course Master H et tandems
10h50	Mise en grille U11 /U13 (Départ commun « village »)
11h-11h30	Course U11 et U13 F/G (Circuit Start Loop)
11h40	Mise en grille U7/U9 (Départ commun « village ») et départs
11h-12h30	Reco. Partielle circuit carrière (plaque obligatoire)
12H30	Podium courses du matin (U7 à U13)
12h30-13h30	Reconnaissance sur le circuit (plaque obligatoire)
13h20-13h30	Mise en grille U17/U15 (Départ commun « village »)
13h30	Départs U17F/U15 F (Startloop +1 ou 2 tours)
13h38	Départs U17G puis U15G
14h20	Mises en grilles U19 à Seniors H et Fém. toutes cat.
14h30	Départs échelonnés (U23/senior H, U19 H, Fém. toute cat.)
16h	Podium courses





Programme Sportif XCO

• NB de TOURS

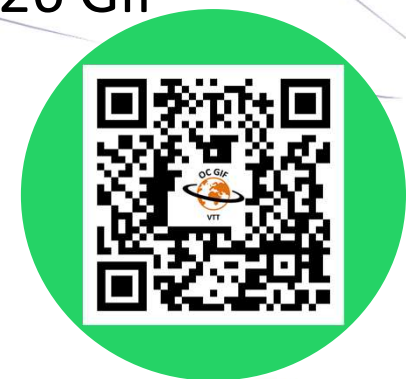
- Les durées de courses prévisionnelles dépendent de chaque catégorie.
- Le nombre de tours sera annoncé le jour des épreuves selon les conditions du circuit.
- Les coureurs doublés seront arrêtés après l'arrivée du vainqueur de leur catégorie.

Catégories	Temps minimum	Temps maximum	Nb tours, à titre indicatif
U7 F/G	8 min	10min	1 tour « xco plateau »
U9 F/G	12 min	15min	2 tours « xco plateau »
U11 F/G	15 min	20 min	1 Start Loop
U13 F/G	20 min	30 min	2 Start Loop
U15 F	30 min	45 min	Start Loop + 1 tour
U15 G	30 min	45 min	2 tours
U17 F	45min	60min	Start Loop +2 tours
U17 G	45min	60min	3 tours
U19 F	1h00	1h15	3 tours
U19 H	1h00	1h15	4 tours
Senior F	1h15	1h30	4 tours
U23/Senior H	1h15	1h30	5 tours
Master & tandem	1h15	1h30	4 tours et 3 tours (MasterF/tand)



• Live WhatsApp « VTT 2026 Gif sur Yvette 9 et 10 mai

- Infos courses
- Résultats
- Photos ...





XCO Jeunes et OPEN

Dimanche 10 MAI 2026

• PARCOURS

- U7/U9 : XCO du plateau 1.1km 12m D+ A parcourir de 1 ou 2 fois
- U11/U13 : ½ tour XCO grand circuit. 3km 65m D+ A parcourir de 1 ou 2 fois
- U15 à Master : Grand circuit (5.7km,160m D+)
1 et ½ à 5 tours selon catégorie
- Zone Technique & ravitaillement double : au milieu du circuit (start loop)
- Reconnaissances circuits
- Samedi 15h–18h : reconnaissance libre
- Dimanche 8h30-9h30 & **11h45-13h15** reconnaissance grand circuit (plaques obligatoires)

• PLAN DU CIRCUIT





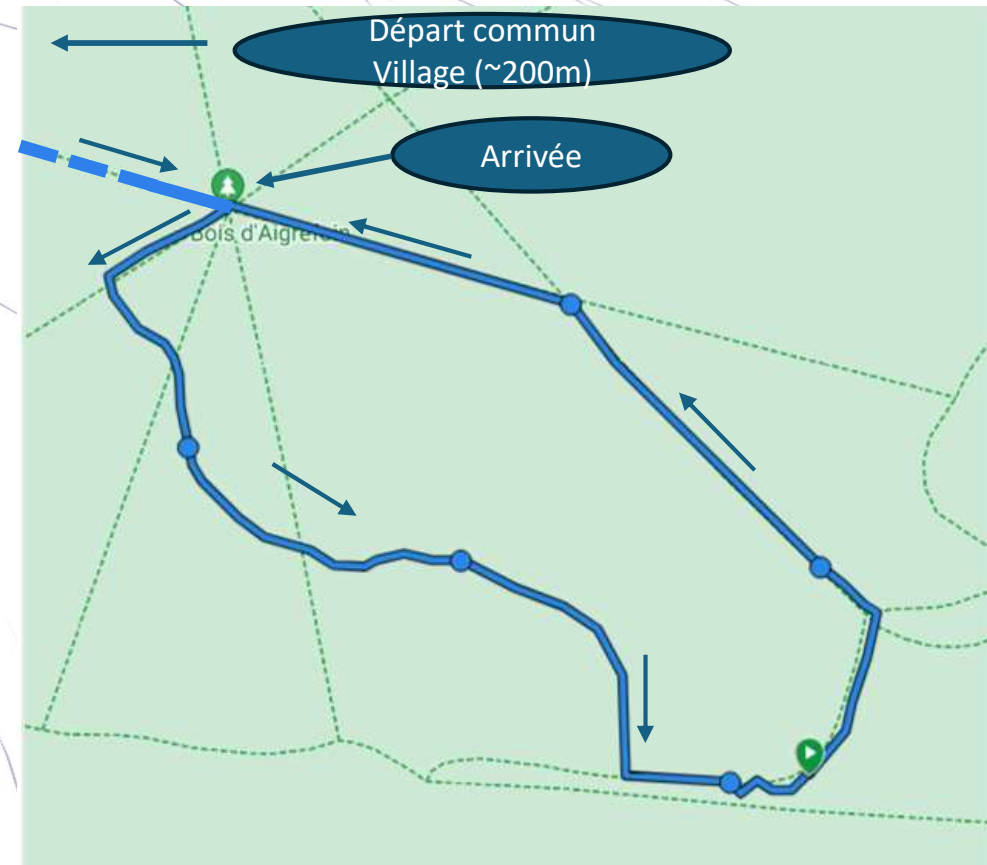
XCO Jeunes

• PARCOURS

- U7/U9 : XCO du plateau 1.1km 12m D+ A parcourir de 1 ou 2 fois
- Départs 11h40 : Départ Commun « village »
- Assistance technique autorisée tout le long du circuit.



- « XCO du plateau » (U7/U9)





Classements et Récompenses

• GRILLE DE POINTS IdF

- Chaque compétiteur FFC classé reçoit des points XCO comptant pour les classements généraux des coupes IdF Open VTT XCO (U15 à Master& tandem) et IdF XCO Jeunes (U7 à U13)

Place	Points	Place	Points	Place	Points	Place	Points
1	300	17	120	33	46	49	17
2	250	18	115	34	44	50	16
3	220	19	110	35	42	51	15
4	200	20	105	36	40	52	14
5	190	21	100	37	38	53	13
6	180	22	95	38	36	54	12
7	170	23	90	39	34	55	11
8	165	24	85	40	32	56	10
9	160	25	80	41	30	57	9
10	155	26	75	42	28	58	8
11	150	27	70	43	26	59	7
12	145	28	65	44	24	60	6
13	140	29	60	45	22	61	5
14	135	30	55	46	20	62	4
15	130	31	50	47	19	63	3
16	125	32	48	48	18	>63	2

• Challenge TRJV 2026

Les résultats (DH Jeunes et XCO) des courses U7 à U17 sont pris en compte pour le Challenge TRJV IdF 2026

**CHALLENGE
TRJV 2026**

• Prix et récompenses

- Chacun des 3 premiers de chaque catégorie reçoit un prix, une médaille et/ou coupe
- Un prix club est attribué au club totalisant le meilleur total de points obtenus par ses 4 meilleurs classés (1F, 1H, 2 autres pilotes)





Palmarès XCO

Vainqueurs 2025

Elite H : Clément Auvin (OC GIF VTT)

U23 H : Léo Mollet (AC MARINES)

Scratch F : Louise Hautreux (AC MARINES)

U19 H : Arthur Diffis-Hérisson (OC GIF VTT)

U19 F : Olivia Ethuin (Orc EPONES)

Master H : Nicolas Dimey (OC GIF VTT)

Master F : Célia Aubard (VC Arpajon)

U17 H : Iraklis Magioglou (Orc EPONES)

U17 F : Julie Lehmann(BC Noisy le Grand)

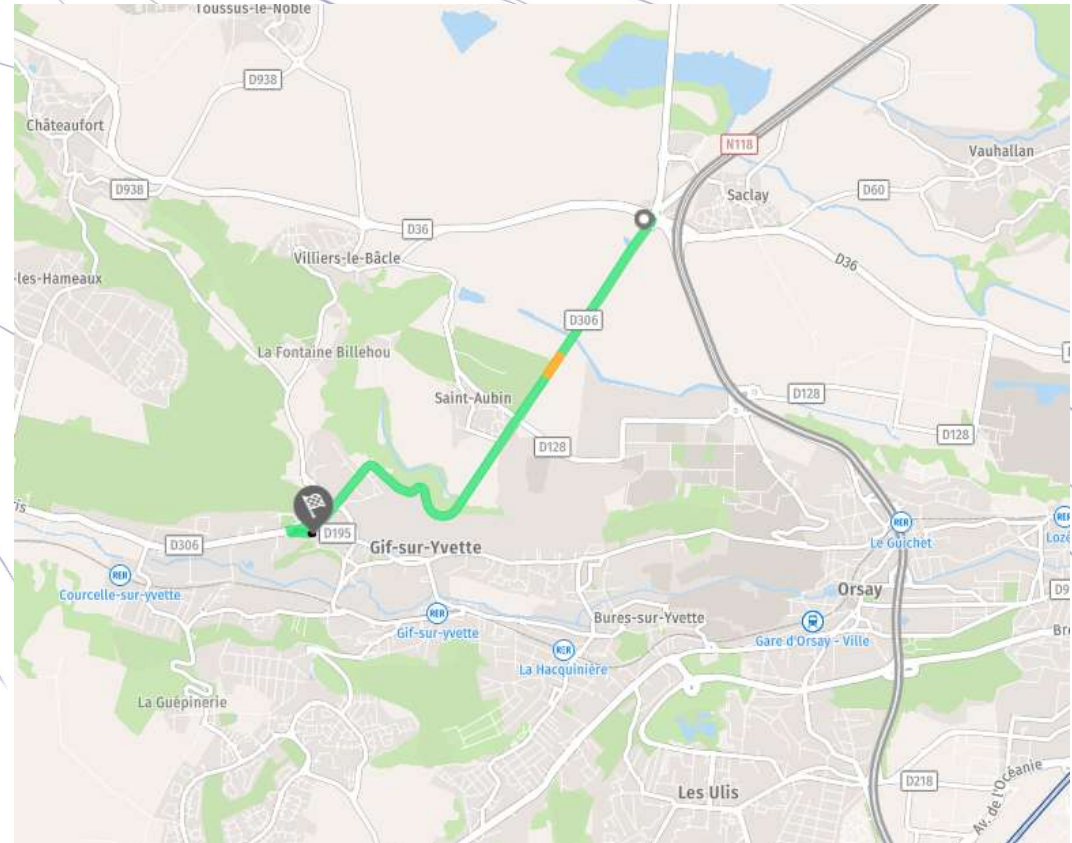
KOM : 16'18 Clément Auvin 2025





Accès et Plan

- **ACCES AU SITE**
- LIEU DE L'ÉPREUVE
- Bois d'Aigrefoin, Gif sur Yvette (91)
- Depuis la N118 (sortie Christ de Saclay), direction Gif sur Yvette.



Petite Restauration
sur place

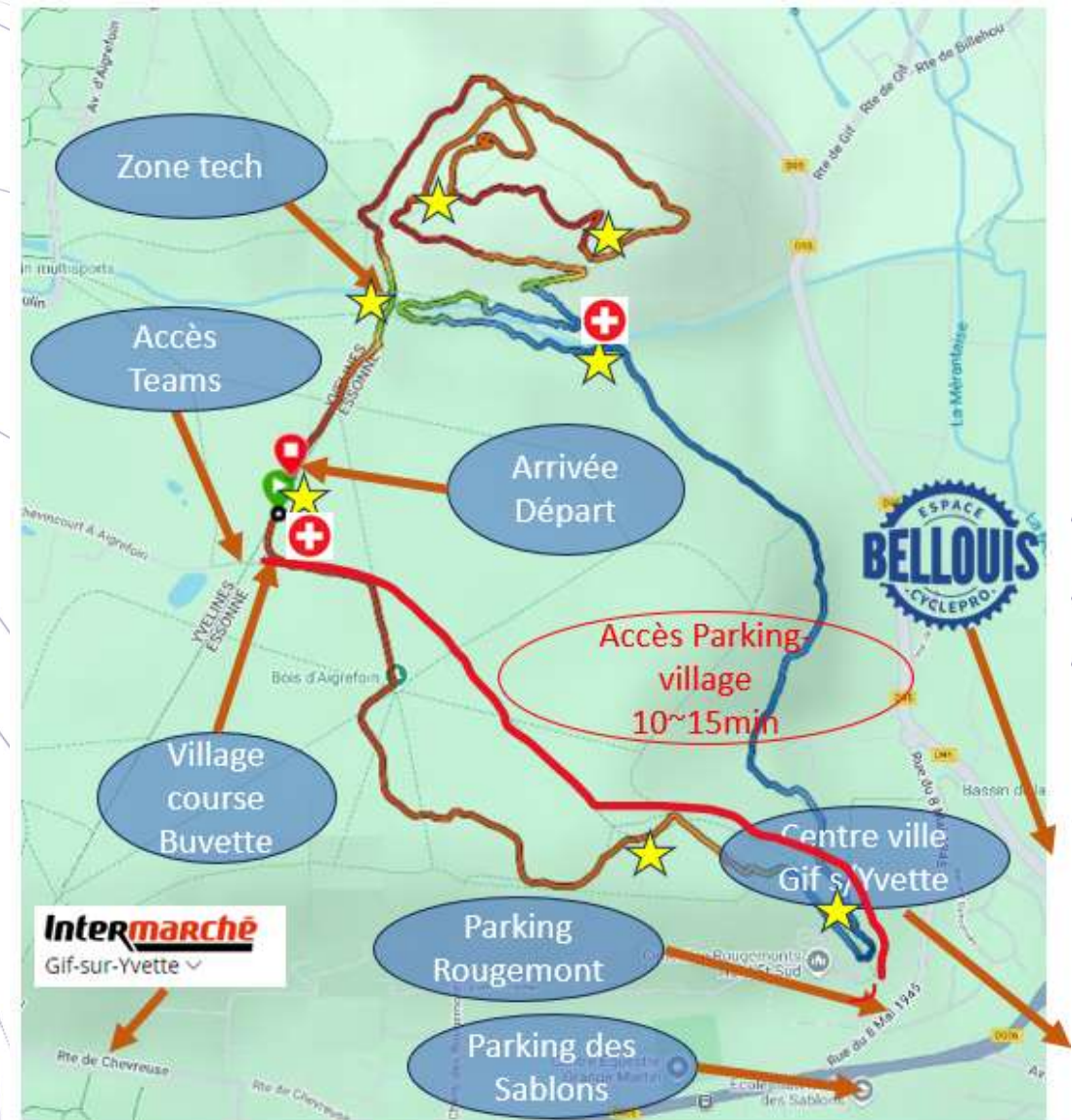




Accès et Plan

• ACCES AU SITE

- Bois d'Aigrefoin, Gif sur Yvette (91)
- Village course (10 Mai 2026) : zone de départ/arrivée XCO
- Parking : école des Sablons, Rougemont
- Accès teams (200m après la ferme d'Aigrefoin, Saint Rémy les chevreuses, depuis la route de Versailles)





DISPOSITIF DE SECOURS



• PC SECOURS

- Poste de Premier secours
- Au niveau de la zone de départ/arrivée
- 2 secouristes PSC1
- Signaleurs PSC1

• HOPITAL

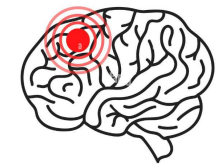
Hôpital paris Saclay

1 parvis de l'hôpital 91400 Orsay

Téléphone : 01 69 15 91 91

L'OCGIF est particulièrement soucieuse de la santé des compétiteurs. Une chute bénigne peut entraîner une commotion cérébrale qu'il convient de prendre en charge sérieusement, en cas de doute –même mineur- on s'arrête 48H au moins et on consulte son médecin avant reprise du sport.

<https://www.normandiecyclisme.fr/wp-content/uploads/2019/01/Fiche-de-prise-en-charge.pdf>





CONTACTS

• ORGANISATION

Frédéric AMET frederic.amet@gmail.com
06 07 52 04 96

Emmanuel PIERRE pierre@be-element.com
06 65 14 82 29

Hélène HERISSON hherisson@gmail.com
06 38 23 59 37

- Comité idf de Cyclisme

www.cif-ffc.fr

- [VTT Ile de France](#)



- Live WhatsApp « [VTT 2026 Gif sur Yvette 9 et 10 Mai](#) »



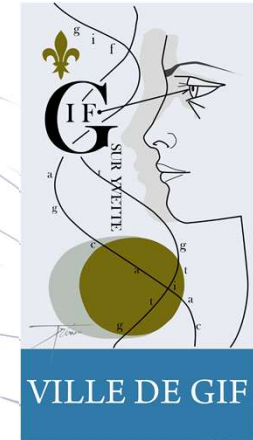


Partenaires

ORGANISATION



PARTENAIRES
INSTITUTIONNELS



PARTENAIRES
PRIVES



Guide Technique VTT
DH Jeunes / Coupes Ile de France - Manches #3
9/10 Mai 2026 – Gif sur Yvette (91)



/// **Président** Guillaume LIENARD – g.lienard@ffc.fr ///

/// **Président de la Commission Régionale VTT** Franck LEMAITRE – f.lemaitre@ffc.fr ///

/// **Secrétaire** Florence DUSEAUX – iledefrance@ffc.fr ///

Comité d'Ile de France de Cyclisme
Vélodrome National de Saint-Quentin-en-Yvelines
1, rue Laurent Fignon – Montigny Le Bretonneux
78180
01 81 88 08 36

