RÈGLEMENT E-CYCLING

COUPE DE FRANCE-
CHAMPIONNAT DE France

SAISON 2025-2026

SOMMAIRE

1. DEFINITION 3
2. PARTICIPATION ET CATEGORIES D'AGES 3
3. MATERIEL ET EQUIPEMENT 4
4. AVANT-COURSE & APRES COURSE 5
5. DIVISIONS 5
6. QUALIFICATION – CHAMPIONNAT DE FRANCE 7
7. ENGAGEMENTS 8
8. CLASSEMENTS 8
9. FORMAT DE COMPETITION – COUPE DE FRANCE 9
10. FORMAT DE COMPETITION – CHAMPIONNAT DE FRANCE 12
11. EPREUVES ET ACCIDENTS 13
12. PENALITES 14

ANNEXE 1 : LISTE DES VELOS AUTORISES 15

ANNEXE 2 VIDEO POUR PRISE DE POIDS ET TAILLE 15

1. DEFINITION

1.1 La réglementation de l'activité cycling e-sport doit permettre et faciliter la mise en place de compétitions sous l'égide de la FFC

1.2 Ce règlement concerne la mise en place d'une coupe de France et d'un Championnat de France de cycling e-sport

1.3 Tout compétiteur qui prend part à cette manifestation est censé connaître le présent règlement. Il s'engage à se soumettre sans réserve à toutes ses prescriptions

1.4 La participation à ce championnat suppose d'avoir un compte sur la plateforme de jeu ZWIFT

1.5 La seule autorité compétente sera celle du collège des arbitres pour l'application du présent règlement

1.6 Pour tout complément, se référer à la réglementation fédérale du titre XVII.

2. PARTICIPATION ET CATEGORIES D'AGES

2.1 Pour participer à la Coupe de France :

- Fournir une licence compétition ou épreuve de masse FFC, ou jeune U17

- Les licenciés devront s'acquitter d'un droit d'inscription de 5 euros par manche de coupe de France

- Pour les non licenciés fournir une attestation santé téléchargeable sur l'espace FFC (https://licence.ffc.fr/)

- Les non licenciés devront s'acquitter d'un droit d'inscription de 15 euros par manche de coupe de France

- Être né en 2011 (U17) ou plus (saison 2025/2026)

- Être inscrit sur Zwiftpower : https://zwiftpower.com/

2.2 Afin de connaître son niveau, les coureurs devront participer à deux courses sur la plateforme ZWIFT pour s'engager dans la catégorie ZWIFT correspondant à leur niveau.

Le cas échéant, les équivalences suivantes peuvent être prises en compte :

Men élite (ME) : - 40 ans

Men catégorie d'âge (MC) : + 40 ans. Un classement pourra être établi pour les + 50 ans

Men U17/19 (MY) : selon le nombre un classement U17 et U19 pourra être dissocié.

Women (W) : toute âge confondu à partir de la catégorie U17

2.3 Après observation des données collectées sur la plateforme, le collège des arbitres se réserve le droit de changer la catégorie d'un compétiteur (article 12).

2.4 **Intégration en cours de saison :**

Un athlète peut intégrer la Coupe de France e-cycling en cours de saison.

Le collège des arbitres pourra l'affecter à une division et un groupe sur la base :

- de ses performances historiques lors de la Coupe de France 24/25 et des championnats de France 2023/2024/2025.
- de ses performances historiques sur Zwift (profil ZwiftPower),
- de son historique de performance sur route (niveau de licence FFC),
- Ou d'un calcul du CS5m établi sur au moins deux courses de référence.

Cette affectation sera validée après évaluation du dossier sportif et technique par les organisateurs.

3. MATERIEL ET EQUIPEMENT

3.1 Données personnelles

3.1.1 Tous les e-cyclistes sont tenus d'avoir les données de vérification, prêtes pour toute demande de vérification dans les 48h.

3.1.2 Pour la catégorie ME le double enregistrement de puissance (source primaire = home-trainer et source secondaire = capteur de puissance) sera exigé pour les 3 premiers de la course. Le double enregistrement est fortement conseillé dans les autres catégories.

3.1.3 Poids et taille

Chaque e-cycliste doit soumettre une vidéo de mesure de son poids et de sa taille en tenue cuissard, maillot. La vidéo de poids doit être envoyée au plus tard deux heures avant le début de l'épreuve. Le poids des coureurs doit également être mis à jour en utilisant l'option « mettre à jour son profil » dans le jeu. Les poids doivent être saisis exactement comme ils apparaissent sur la balance (au décimal prêt, exemple : 65,6kg). La vidéo de taille peut être envoyée qu'une seule fois avant la première manche. Suivez les instructions de la vidéo de poids et de taille en annexe 2. En soumettant vos vidéos les participants acceptent qu'elles soient uniquement destinées à des fins de vérification et non publiables. L'organisateur s'engage à les effacer dans le mois qui suit la fin des compétitions.

3.1.4 La source principale des données de puissance (le dispositif de puissance connecté au jeu) doit être le home-trainer ou vélo connecté avec un % d'erreur de +/- 2,5%. La liste des smart traîner homologuée sera précisée sur la plateforme d'inscription aux épreuves de la coupe de France

3.1.5 La source de données de cadence (le dispositif de cadence connecté au jeu) doit être le home-trainer ou vélo connecté.

3.1.6 Le collège des arbitres et l'organisateur se réservent le droit de demander des justificatifs à tout moment de l'épreuve. Les participants auront 48h pour répondre à cette demande.

3.2. Vêtement

Pour les compétitions en présentiel, le port d'un maillot ou d'une combinaison est obligatoire.

3.3 Home-trainer et vélo et matériel de collecte

3.3.1 Une photo avec le modèle d'home-trainer et une carte d'identité posée à côté sera demandée pour justifier le bon matériel.

3.3.2 Le home-trainer ou vélo connecté, doit être apparié en tant qu'appareil contrôlable. Tous les appareils contrôlables sont réglés sur une difficulté minimum de 100%.

3.3.3 Un capteur de puissance (pédale ou pédalier) doit être utilisé comme source secondaire de puissance pour la catégorie 1. Le capteur de puissance doit être connecté à un dispositif d'enregistrement séparé (exemple : un compteur GPS sur votre vélo)

3.3.4 Il est de la responsabilité du e-cycliste de s'assurer que les données des courses sont rapportées avec précision au jeu.

3.3.5 Les interférences de signal peuvent entraîner des abandons et des lectures de données de courses inexactes. Pendant l'évènement, les coureurs sont encouragés à éteindre tout équipement qui émet un signal sans fil.

3.3.6 Un moniteur de fréquence cardiaque obligatoire en très bon état de fonctionnement doit être connecté au jeu. Les données de fréquence cardiaque enregistrées par un appareil secondaire ne seront pas acceptées.

3.3.7 Les e-cyclistes sont invités à utiliser un ordinateur fixe ou portable (MAC ou WINDOWS), l'Apple TV ou alors sur une tablette pour exécuter l'application de jeu.

3.3.8 Les vélos de contre-la-montre ne sont pas autorisés sur les courses sauf les contre-la-montre individuels.

4. AVANT-COURSE & APRES COURSE

4.1 Immédiatement avant la course le e-cycliste procède au calibrage du home-trainer, du capteur de puissance. Il connecte l'ensemble des outils (home-trainer, capteur de puissance, cardiofréquencemètre, etc.)

4.2 Dans le jeu et afin de mieux vous identifier vous devez avoir renseigné votre nom & prénom de cette manière : NOM / PRENOM [TAG EQUIPE] comme ceci DUPONT ROMAIN [FFC]. Tout autre appellation est proscrite.
En présentiel, il faudra rajouter le numéro de dossard.

4.3 Le e-cycliste rentre dans le SAS de départ au moins 30 minutes avant le départ de course.

4.4 Immédiatement après la course le e-cycliste sauvegarde le fichier ZWIFT en paramètre publique avant de quitter le jeu. Pour la catégorie MA. il faut sauvegarder le fichier de données de course enregistré en double (sur votre compteur GPS). Le fichier de données de course secondaire doit être soumis sur ZWIFTPOWER dans les 2 heures qui suivent la fin de la course.

4.5 Toute demande de renseignements concernant la course doit être adressée à l'adresse électronique suivante e-cycling@ffc.fr

5. DIVISIONS ET FONCTIONNEMENT DES COUPES DE FRANCE

5.1 Catégories Homme

5 manches :

1 manche – Masstart Homme

4 manches – Par groupe (selon le résultat obtenu lors de la manche 1)

5.2 Catégories Femme

5 manches :

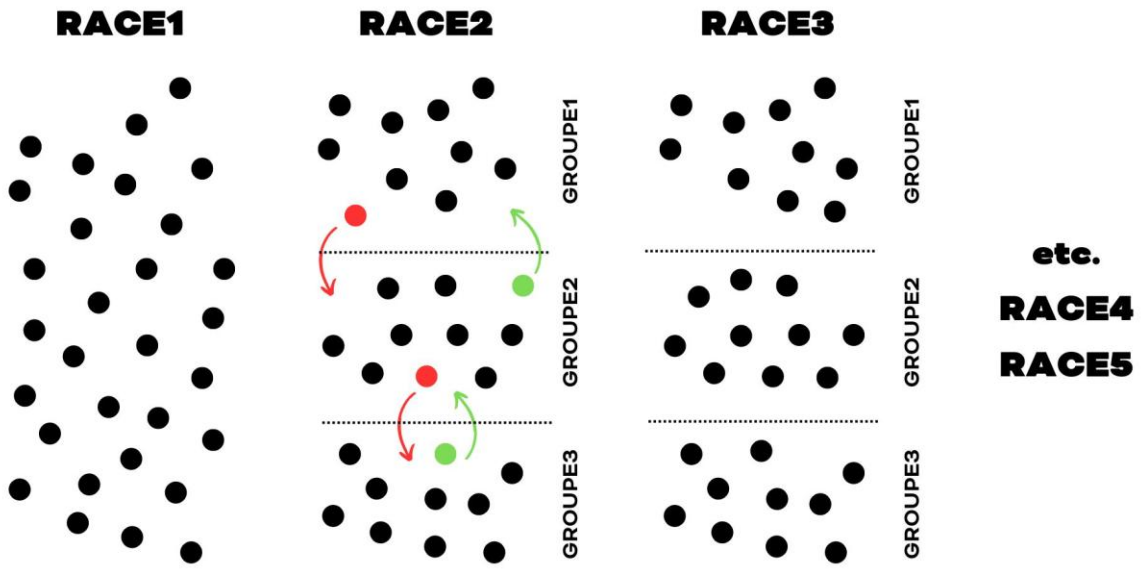
1 manche – Masstart Femme

4 manches – Par groupe (si nombre de participantes suffisant selon le résultat obtenu lors de la manche 1)

5.3 Fonctionnement des groupes

Le nombre de participants dans chaque groupe sera définit dans un premier temps en fonctions du nombre d'inscrits à la Coupe de France.

A chaque manche un système de montée descente sera établi selon le schéma et indications suivantes :



Le dernier du groupe 1 marque plus de points que le 1er du groupe 2.

Le barème de points dépend du nombre de participants

Exemple avec 300 inscrits en Catégorie Homme :

Chaque participant marquera des points de 300 à 1 point sur la manche 1 ainsi que sur les autres manches.

Lorsque les groupes seront réalisés les points seront similaires.

Le vainqueur du groupe 2 marquera moins de points que le dernier du groupe 1, il a donc tout intérêt à monter.

Groupe 1 (60 participants) = 1er 300 pts - 60e 241pts

Groupe 2 (60 participants) = 1er 240 pts - 60e 181pts

À l'issue de chaque manche, il y aura des montés et des descentes entre chaque groupe.

Après chaque manche :

Les 5 derniers du groupe (au général = addition des points des manches passés) descendent

Les 5 premiers du groupe (au général = addition des points des manches passés) montent

Chaque athlète aura un Joker :

Sur les 5 manches, la manche avec le moins de points acquis sera annulée. Le classement général se fera sur les 4 meilleures manches de l'athlète.

Si un athlète est absent après avoir été affecté à un Groupe, il descendra dans le groupe inférieur après 2 « no show ».

Exemple : Après la manche 1, je suis dans le groupe 1. Je suis absent pour la manche 2, je prendrais part à la manche 3 toujours dans le groupe 1. Si je rate une nouvelle manche, je descend.

5.4 Classement individuel

A l'issu des 5 manches, un classement final permettront de définir les 3 premiers de chaque catégorie suivante :

- Men élite (ME) : - 40 ans

- Men catégorie d'âge (MC) : + 40 ans. Un classement pourra pour les + 50 ans.

- Men U17/19 (MY) : selon le nombre un classement U17 et U19 pourra être dissocié.

- Women (W) : toute âge confondu à partir de la catégorie U17

Le vainqueur de chaque catégorie sera celui ou celle qui aura cumulé le plus de points à l'issue des 5 manches.

5.5 Classement par équipe

Pour intégrer le classement par équipe seront pris en compte les 3 meilleurs scoreurs du club toute catégorie confondue.
Pour les femmes qui sont moins nombreuses, un bonus de 100 pts par femme et en complément de la place.
Ex : 145 points (place homme 1) + 122 points (place homme 2) + 35 pts (place femme1) +100 points bonus femmes

6. QUALIFICATION – CHAMPIONNAT DE FRANCE

6.1 Pour participer au Championnat de France il est nécessaire de participer à la Coupe de France.

6.2 Seuls les licenciés FFC (selon le type de licence préalablement définit) peuvent participer.

6.3 Les non licenciés souhaitant participer au championnat de France devront être licenciés lors de la dernière manche de coupe de France.

6.4 Au Championnat de France 20 athlètes de chaque division seront invités.

Soit pour rappel :

1) Top 20 – ELITE (les 20 premiers du Groupe 1)
2) Top 20 - U17/U19 (Les 20 premiers de -19 ans, tout groupe confondu)
3) Top 20 - Master (les 20 premiers de +40 ans (année 1986), tout groupe confondu, HORS TOP 20 scratch = Concurrent en ELITE).
4) Top 20 - Femme (les 20 premières)

Afin de favoriser une plus forte participation, une catégorie supplémentaire "Master50+pourra être intégrée pour le Championnat de France qui se déroulera en distanciel, si le nombre de participants le permet.

La FFC se réserve le droit d'ajouter cette catégorie en présentiel si l'organisation le permet.

6.5 **Repêchage et compléments de sélection :**

En cas de désistements, d'impossibilité de participation ou pour compléter la liste des qualifiés, lesathlètes classés au-delà du Top 20 dans le classement général de leur catégorie pourront être repêchés.

La priorité sera donnée aux athlètes les mieux classés au général (au-delà de la 20e place).

7. ENGAGEMENTS

7.1 Les engagements se feront directement par la transmission d'un lien unique permettant d'accéder à la bonne sous-catégorie concernée

7.2 L'accueil, les engagements et le contrôle administratif des concurrents se dérouleront selon un programme et des horaires communiqués par l'organisateur.

7.3 Pour les coupes de France les non licenciés devront s'acquitter d'un droit d'inscription de 15 euros, contre 5 euros pour les licenciés.

7.4 Frais d'inscriptions du Championnat de France (selon modalités définis par la FFC)

8. CLASSEMENTS

8.1 Le classement de la Coupe de France tiendra compte des 5 manches.

8.2 A l'issue de chaque manche les athlètes marqueront des points en fonction de la place obtenu sur la manche. (cf. Diap 10)

Le vainqueur final sera l'athlète ayant cumulé le plus de points.

A noter que le barème des manches (détaillé dans le point 5.3) est différent à celui de la Course aux points.
Pour remporter la course aux points il faut cumuler le plus de points en fonction du barème « Course aux Points ».

8.3 Barème de point : Course aux points- Coupe de France

SPRINT/KOM
(Les 10 premiers qui franchissent la ligne)

RANG	POINTS
1	20
2	15
3	12
4	9
5	7
6	5
7	4
8	3
9	2
10	1

SEGMENTS - BONUS
(Les 10 meilleurs temps sur le segment – 1 par Course aux Points)

RANG	POINTS
1	30
2	25
3	20
4	18
5	15
6	12
7	10
8	8
9	6
10	4

ARRIVÉE
(Classement sur la ligne d'arrivée)

RANG	POINTS	RANG	POINTS
1	100	11	25
2	80	12	20
3	70	13	15
4	60	14	12
5	55	15	10
6	50	16	8
7	45	17	6
8	40	18	4
9	35	19	2
10	30	20	1

9. FORMAT DE COMPETITION – COUPE DE FRANCE

9.1 La Coupe de France eCycling est une succession de 5 manches.

9.2 Le vainqueur de la Coupe de France sera l'athlète ayant cumulés le plus de points au cours des différentes manches

9.3 Formats des épreuves :

9.3.1. Courses aux points

La course aux points est une épreuve où l'athlète qui cumulera le plus de points remportera l'épreuve. (Voir barème de la Course aux Points).

9.3.2. Battle royal

Le format battle royal est un format réunissant 3 épreuves. L'objectif est d'être le dernier survivant.

9.3.3. Short Race

Le format Short Race est une succession d'épreuves de format court et intense (ITT, SPRINT, KOM)

L'athlète qui, à l'addition des places sur les 3 épreuves, obtient le nombre le plus faible remportera la manche.

9.3.4. Enduro

Le format Enduro est une épreuve avec un parcours à réaliser dans un temps imparti avec des secteurs chronométrés appelés « segments ».

L'athlète qui, à l'addition des temps réalisés sur les segments, obtient le temps le plus faible remporte l'épreuve.
Inutile de franchir la ligne du parcours en premier, seulement les temps sur les segments sont importants.

9.4 Pour remporter la saison régulière, l'e-cycliste qui cumulera le plus de points sera élu vainqueur.

9.5 ROADBOOK Manche1 - MASS START

ROADBOOK – MANCHE 1

SCRATCH – **mercredi 29 octobre 2025**

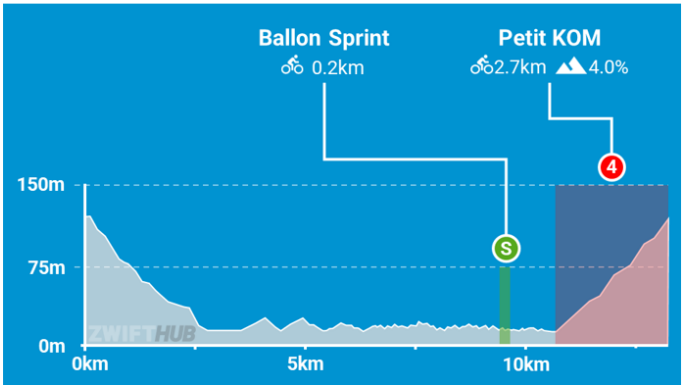
Petite Douleur – France

Départ **: 19h30 - MASSTART**
Ouverture du SAS **: 19h00**

Lead-In : **10,9km**
Circuit : **13,9km**
Nombre de tours : **2**
Distance totale : **38,3km**
Dénivelé+ : **580**

Power-Up :

Toutes les informations ici :
https://zwiftinsider.com/route/petite-douleur/



9.6 ROADBOOK Manche 2 - Short Race

ROADBOOK – MANCHE 2

SHORT RACE – **mercredi 12 novembre 2025**

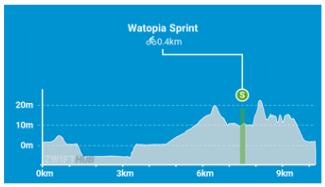
Race 1 : Flat Route Reverse - Watopia

Départ **: 19h30 – G1**
Ouverture du SAS **: 19h00**

Lead-In : **0,2km**
Circuit : **10,2km**
Nombre de tours : **1**
Distance totale : **10,2km**
Dénivelé+ : **61m**

Power-Up :

Toutes les informations ici :
https://zwiftinsider.com/route/flat-route/



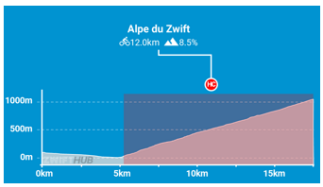
Race 2 : Road to Sky – Watopia

Départ **: 20h00 – G1**
Ouverture du SAS **: 19h30**

Lead-In : **0,1km**
Circuit : **9km (arrivée au milieu du col)**
Nombre de tours : **1**
Distance totale : **9,1km**
Dénivelé+ : **380m**

Power-Up :

Toutes les informations ici :
https://zwiftinsider.com/route/road-to-sky/



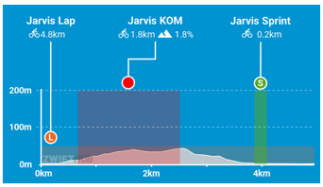
Race 3 : The Classic – Watopia

Départ **: 20h30 – G1**
Ouverture du SAS **: 20h00**

Lead-In : **4,1km**
Circuit : **4,7km**
Nombre de tours : **1**
Distance totale : **8,9km**
Dénivelé+ : **65m**

Power-Up :

Toutes les informations ici :
https://zwiftinsider.com/route/the-classic/



9.7 ROADBOOK Manche 3 – Epic Scracth Race

ROADBOOK – MANCHE 3

EPIC SCRATCH RACE – **mercredi 26 novembre 2025**

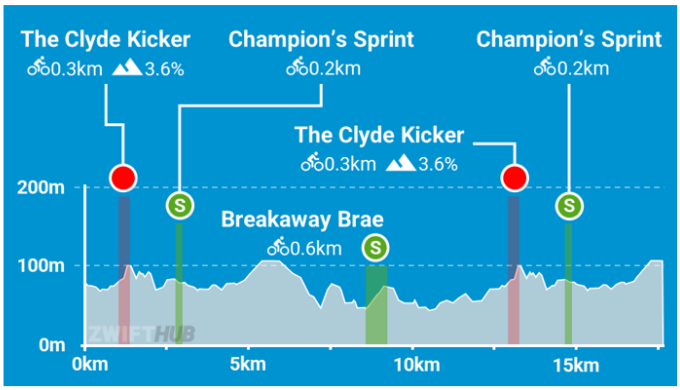
Scotland Smash – Scotland

Départ **: 19h30 – G1**
Ouverture du SAS **: 19h00**

Lead-In : **0,2km**
Circuit : **17,8km**
Nombre de tours : **4**
Distance totale : **71,4km**
Dénivelé+ : **668m**

Power-Up : 50% 50%

Toutes les informations ici :
https://zwiftinsider.com/route/scotland-smash/



9.8 ROADBOOK Manche 4 – Tempo Race

ROADBOOK – MANCHE 4

TEMPO RACE – **mercredi 10 décembre 2025**

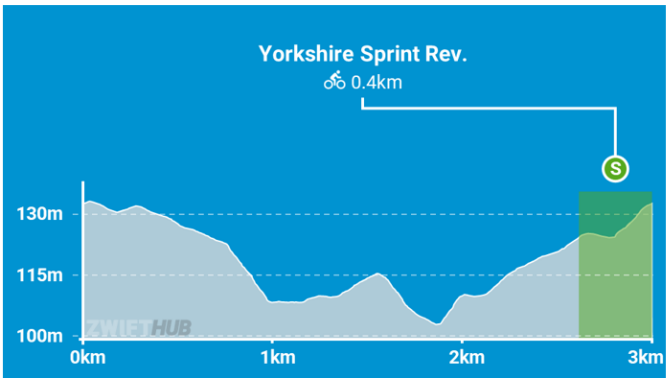
Queen's Highway – Yorkshire

Départ **: 19h30 – G1**
Ouverture du SAS **: 19h00**

Lead-In : **2,6km**
Circuit : **3km**
Nombre de tours : **12**
Distance totale : **38,6km**
Dénivelé+ : **520m**

Power-Up :

Toutes les informations ici :
https://zwiftinsider.com/route/queens-highway/



9.9 ROADBOOK Manche 5 – Course aux points

ROADBOOK – MANCHE 5

COURSE AUX POINTS – **mercredi 17 décembre 2025**

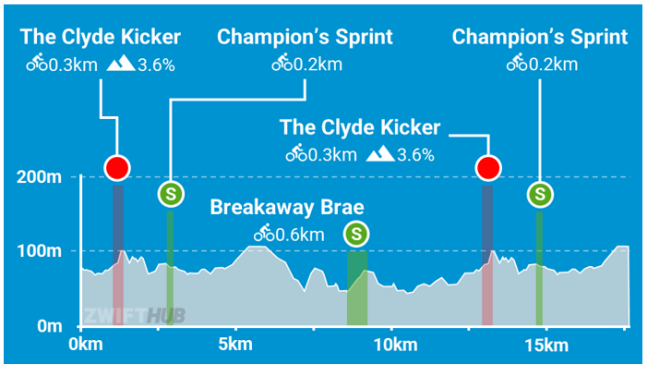
Scotland Smash – Scotland

Départ **: 19h30 – G1**
Ouverture du SAS **: 19h00**

Lead-In : **0,2km**
Circuit : **17,8km**
Nombre de tours : **2**
Distance totale : **35,8km**
Dénivelé+ : **334m**

Power-Up : 60% 40%

Toutes les informations ici :
https://zwiftinsider.com/scotland/



4 SPRINTS – Champion's Sprint x4

4 KOMS – Breakaway Brae x2 – The Clyde Kicker x2

1 SEGMENT – Tour 1 Loch Loop Reverse

9.10 Powerups

POWERUPS

Lorsque tu passes sous une arche du circuit, il se peut qu'une icône apparaisse dans le coin en haut à gauche de ton écran.
Cela veut dire que tu as gagné un PowerUp !
Les PowerUps donnent un petit bonus, soit à ta performance soit à ton avatar

BULDOZER
Réduit la résistance au roulement pour 30 secondes

DRAFT
Accentue l'effet d'aspiration de 50% pendant 30 secondes

BURITO
Supprime l'effet d'aspiration dans votre roue (2,5m de diamètre) pendant 10 secondes

AERO
Améliore l'aérodynamique pour 15 secondes

PLUME
Réduit votre poids de 10% pour 15 secondes

FANTÔME
Vous rends invisible des autres pendant 10 secondes

ENCLUME
Aide les eCyclistes à descendre plus vite (poids accentué) pendant 30 secondes

10. FORMAT DE COMPETITION – CHAMPIONNAT DE FRANCE

10.1 Les 10 athlètes ayant cumulé le plus de points à l'issu des demi-finales seront qualifiés pour la finale (1er 10e).

10.2 Les 10 suivants participeront à la petite finale (11e 20e).

10.3 Barème point – scratch

RANG	POINTS
1	100
2	80
3	70
4	60
5	50
6	45
7	40
8	35
9	30
10	25
11	20
12	18
13	16
14	14
15	12
16	10
17	8
18	6
19	4
20	2

10.4 Barème point – course aux points

SPRINT/KOM
(Les 10 premiers qui franchissent la ligne)

RANG	POINTS
1	20
2	15
3	12
4	9
5	7
6	5
7	4
8	3
9	2
10	1

SEGMENTS
(Les 10 meilleurs temps sur le segment)

RANG	POINTS
1	30
2	25
3	20
4	15
5	12
6	10
7	8
8	6
9	4
10	2

ARRIVÉE
(Classement sur la ligne d'arrivée)

RANG	POINTS	RANG	POINTS
	50	13	12
	40	14	11
	35	15	10
	30	16	9
	25	17	8
	23	18	7
	21	19	6
	19	20	5
	17	21	4
	15	22	3
	14	23	2
	13	24	1

10.5 Programme général 2026 à venir

SAMEDI – 20 HT

Après Midi

DEMI DE FINALE C
13h00 Scratch – 40min
14h00 Course aux points – 40min

DEMI DE FINALE B
15h15 Scratch – 40min
16h15 Course aux points – 40min

DEMI DE FINALE F
17h45 Scratch – 40min
18h45 Course aux points – 40min

DEMI DE FINALE A
20h15 Scratch – 40min
21h15 Course aux points – 40min

DIMANCHE – 20 HT

MATIN

PETITE Finale C 11e au 20e
8h30 Elimination – 30min

Finale C 1e au 10e
9h45 Elimination – 30min

PETITE Finale B 11e au 20e
11h00 Elimination – 30min

Finale B 1e au 10e
12h15 Elimination – 30min

APRÈS MIDI

PETITE Finale F 11e au 20e
14h00 Elimination – 30min

Finale F 1e au 10e
15h15 Elimination – 30min

PETITE Finale B 11e au 20e
16h30 Elimination – 30min

Finale B 1e au 10e
17h45 Elimination – 30min

19h00 CEREMONIE PROTOCOLAIRE

11. EPREUVES ET ACCIDENTS

11.1 Les accidents reconnus sont les déconnexions ou problèmes de batteries lorsque celles-ci sont dues en présentiel au matériel fourni par l'organisateur.

11.2 En distanciel, aucun incident n'est reconnu.

11.3 **Course aux points distanciel et présentiel**

Suivant le parcours, des points sont attribués aux sprints, segments, arrivée.

En cas d'accidents reconnus :

- En distanciel, le coureur est déclaré abandon.
- En présentiel, une neutralisation sera faite si l'incident a lieu avant les 20% du circuit, sinon le coureur aura à l'arrivée les points du dernier coureur du groupe auquel il appartient. Si la connexion est impossible au-delà de 3mn, le coureur se verra attribuer les points collectés auparavant et les points du dernier coureur à l'arrivée.

11.4 Élimination en présentiel uniquement

Le barème est celui de l'arrivée.
Suivant le parcours et le nombre d'engagés, les derniers coureurs sont éliminés au fil des tours à des points du parcours qui leur auront été donnés auparavant.
L'arrivée se fera à trois coureurs.
En cas d'incident reconnu
Une neutralisation sera faite si l'incident est reconnu.

11.5 Course en ligne ou en circuit distanciel et présentiel

Le barème est celui de l'arrivée en fonction des meilleurs temps.

Un classement de segment peut également avoir lieu.

- En distanciel, le coureur est déclaré abandon.
- En présentiel : En cas d'incident reconnu avant les 30%, le coureur peut être autorisé à repartir dès qu'il peut dans la limite du planning des épreuves.
  Il sera classé avec son groupe si l'incident a lieu dans les 10 derniers pourcents sauf si l'arrivée est en côte.

12. PENALITES

	Présentation	2 avertissements = disqualifications de la manche	
G1	Pseudo non autorisé	Avertissement	
G2	Changement de pseudo entre des manches	Avertissement	
G3	Non présentation des données demandées	Avant 48h	Disqualification de la manche
G4	Non communication d'un changement de catégorie auprès d l'organisateur	Si un athlète descend de catégorie ou décide de lui même de changer de catégories entre des manches	Avertissement
	Sportivité		
S1	Supériorité sportive manifeste	Si les w/kg sont supérieurs de 0,5 points à la categories zwift	Passage dans la catégorie supérieure avec 50% des points conservés
S2	Catégorie zwift sous-évaluée	Si les w/kg sont supérieurs de 0 à 0,5 points à la catégories zwift	Avertissement, Au troisième avertissement, passage dans la catégorie supérieure avec 50% des points conservés

Annexe 1 : liste des vélos autorisés

https://zwiftinsider.com/smart-trainers-all/

- Cyclotronics Rolo de reinamento +/- 1%
- Elite Direto +/- 2.5% - Elite Direto II +/- 2%
- Elite Direto X +/- 1.5%
- Elite Direto XR +/- 1.5%
- Elite Fuoripista +/- 2.5%
- Elite Justo +/- 1%
- Elite Suito +/- 2.5%
- Giant Cyclosmart +/- 2%
- Jetblack Volt +/- 2.5%
- Life fitness IC8 +/- 1%
- Magene T300 +/- 2%
- Minoura Kagura LSD92000 +/- 1%
- Saris H2 +/- 2%
- Saris H3 +/- 2%
- Saris H4 +/- 1%
- SRM Smart IT +/- 1%
- StagesBike SB20 +/-1.5%
- Tacx Flux 2 Smart +/- 2.5%
- Tacx Neo +/- 1%
- Tacx Neo 2 +/- 1%
- Tacx Neo 2T +/- 1%
- Tacx Neo Bike +/- 1%
- Technogym Mycycling +/- 1%
- ThinkRider X5 +/- 2%
- ThinkRider X7 Pro (GEN3) +/- 2%
- ThinkRider X7 Pro (GEN4) +/- 2%
- VanRysel D900 +/- 2%
- VanRysel D500 +/- 2%
- Wahoo Kickr Bike +/- 1%
- Wahoo Kickr Core +/- 2%
- Wahoo Kickr (GEN2) 2016 +/- 2%
- Wahoo Kickr (GEN3) 2017 +/- 2%
- Wahoo Kickr (GEN4) 2018 +/- 2%
- Wahoo Kickr (GEN5) 2020 +/- 1%
- WattBike Atom (GEN1) +/- 2%
- WattBike Atom (NEXT GENERATION) +/- 1%
- Xpedo APX Pro +/- 2%
- Xplova Noza S +/- 2.5%
- Zwift Hub +/- 2.5%
- ELITE DRIVO, ELITE DRIVO II malgré leur précision ne sont pas autorisés (pas de simulation de pente)
- Les home-trainers qui ont une précision inférieure à 2.5% mais qui ne sont pas direct drive (système de rouleau avec la roue arrière) ne sont pas autorisés également.

Annexe 2 Vidéo pour prise de poids et taille

1. Commencez à enregistrer une vidéo sur n'importe quel appareil ; par exemple votre téléphone portable.
2. Montrez votre visage sur la vidéo.
3. Montrez vous en train d'effectuer une recherche internet en direct pour l'heure et la date actuelle (taper sur google « heure et date »).
4. Montrez les résultats obtenus.
5. Montrez la balance.
6. Mettre la balance à zéro et montrez la lecture du zéro.
7. Montrez la partie de l'objet ou des objets indiquant la masse de cet objet. (Par exemple, l'étiquette ou l'impression sur l'objet).
8. Placez les objets sur la balance et montrez la lecture, faite un zoom pour que la lecture soit claire sur la vidéo.
9. Retirez l'objet et montrez la lecture du zéro.
10. Prenez la balance, retournez-la, pour montrer qu'il n'y a rien en dessous. Cela doit être montré clairement sur la vidéo.
11. Replacez la balance au sol.
12. Montez vous-même sur la balance (sans le poids) et montrez la lecture, faite un zoom pour que la lecture soit claire sur la vidéo.
13. Retirez-vous et montrez la lecture du zéro.
14. Montez une nouvelle fois sur la balance avec l'objet, montrez la lecture, faite un zoom pour que la lecture soit claire sur la vidéo.
15. Retirez-vous et montrez la lecture du zéro.
16. Arrêtez l'enregistrement.

Vidéo exemple :https://www.youtube.com/watch?v=vsnT3Zgtia0&ab_channel=HEXAGONEp%2FbSARIS