



Trophée Départemental du Jeune Vététiste

RÈGLEMENT 2025

Objectifs

- Organiser une compétition adaptée aux capacités physiques des jeunes de 7 à 16 ans en prenant soin de traduire, lors de ces rencontres, le travail effectué dans les clubs où il existe une section encadrant les jeunes.
- Permettre à l'issue de plusieurs épreuves un classement général des jeunes.

Engagements

- Les inscriptions se feront :
 - Pour les clubs FFC par l'intermédiaire du site du comité AURA <http://maj.fcc.fr/majEpreuves/index.asp>. Fin des inscriptions le mercredi (précédent l'épreuve) à 20 h.
 - Pour les inscriptions individuelles par e-mail des licenciés. Il n'y aura aucune confirmation d'inscription envoyée par courrier. Il sera indiqué sur un document en annexe, le calendrier des épreuves avec le choix des épreuves retenues, l'adresse mail, l'adresse postale et n° de téléphone de la personne chargée de l'inscription des concurrents. Ceux-ci devront être reçus avant le jeudi (précédent l'épreuve) minuit.
- Les engagements sur site seront clos une heure avant le départ de la première épreuve.
- le coût de l'inscription sera de 5 € pour chaque manche.
- Ne seront autorisés à participer aux épreuves de la journée que **les concurrents ayant régularisé leur inscription.**
- Pour les inscriptions après le mercredi minuit précédent la manche majoration de 5 €.
- Chaque participant devra lors de sa première manche, acheter au prix de 2€ sa propre plaque de cadre. Le numéro affecté sur celle-ci lui sera attribué sur toutes les manches du TDJV de l'année.

- Tout coureur oubliant sa plaque de cadre sur une manche du TDJV devra de nouveau s'acquitter de 2 € pour l'achat d'une nouvelle plaque.

Pour les non licenciés FFC : Prise obligatoire d'une licence "Pass accueil".

- Celle-ci doit être demandée (10 jours avant la date de la première manche souhaitée) auprès d'un club FFC (au choix du coureur).

- Le coût de la licence est de 20 € et est déductible sur le coût de la licence jeune 57 €. Ce titre de participation, valable 1 mois, donne un accès temporaire à l'ensemble des activités accessibles avec la licence Jeunesse, le "Pass Accueil" Jeune ne peut être souscrit qu'une saison sur deux.

Le jour de la course, pas d'inscription de non licencié FFC sans licence "Pass accueil".

Organisation

Un responsable sera nommé pour chaque manche par le club organisateur. Seul l'arbitre officiel est habilité à prendre une décision en cas de litige.

- Les compétitions devront être assurées et contrôlées par le club organisateur. Avant chaque épreuve, présentation de tous les documents administratifs (autorisations, assurance, convention secouristes etc...) au corps arbitral. Pour tout manquement, l'épreuve sera annulée.

- L'organisateur devra associer deux épreuves parmi : cross-country, descente ou enduro, XCE (Cross-country Eliminator), orientation et trial.

- Le démarrage de la première épreuve commencera à 10 h 00, l'organisation affichera le détail du déroulement de la journée sur place.

- Pour être classés, les jeunes devront être au départ des deux épreuves. (Excepté en cas de blessure voire vélo inutilisable (constat contrôlé par l'arbitre)).

- Les concurrents devront obligatoirement être en possession de leur propre plaque de cadre.

- Les concurrents devront pratiquer les 2 épreuves de la journée avec le même vélo et les mêmes dimensions de roues.

- Les épreuves se déroulent par catégorie :

- U9 nés(es) en 2017 et 2018 (7 et 8 ans)
- U11 nés(es) en 2015 et 2016 (9 et 10 ans)
- U13 nés(es) en 2013 et 2014 (11 / 12 ans)
- U15 nés(es) en 2011 et 2012 (13 / 14 ans)
- U17 nés(es) en 2009 et 2010 (15 / 16 ans)

- L'assistance technique autorisée en course et dans la zone prédéfinie, consiste en la réparation ou remplacement de toute pièce du vélo à l'exception du cadre et de la fourche.

- Un poste de ravitaillement (au minimum de l'eau devra être mise à la disposition des compétiteurs)

- Les embouts de guidon devront être bouchés et ce pour toutes les épreuves.

- Les vélos à assistance électrique sont interdits
- Pour les licenciés FFC, seul le coureur est autorisé à retirer sa plaque de cadre sur présentation de sa licence.
- Les compétiteurs sont seuls responsables de la conformité aux normes en vigueur du matériel qu'ils utilisent ainsi que de leur entretien.
- Les clubs sont seuls responsables de la conformité aux normes en vigueur du matériel prêté aux compétiteurs.
- Le blocage sciemment de concurrent, entraîne automatiquement la disqualification.

Sécurité

- l'organisateur devra prévoir une équipe de secouristes diplômés sur l'intégralité de l'épreuve. L'ensemble des parcours devront être sécurisés.
- **Le port du casque est obligatoire pour toute personne (coureur comme accompagnant) évoluant sur le site de l'épreuve.**

Les Parcours

CROSS COUNTRY

Le circuit fermé est composé d'une boucle à effectuer plusieurs fois.
Les départs sont donnés par catégories.

Sur chaque course, il devra y avoir obligatoirement un vélo balai et un vélo ouvreur.

Zone de départ :

- Selon le nombre de participants par catégorie, l'organisation fixera le mode de départ soit :

Pour la 1ère épreuve :

- Chaque club fera parvenir sa liste de participants par catégorie avec son classement souhaité pour la mise en grille au responsable du TDJV du Rhône.
- Par catégorie et sur chaque ligne, mise en place des coureurs masculins accompagnés d'une fille de la même catégorie.

Pour les épreuves suivantes :

- En répartissant les concurrents par lignes définies et affectées selon le classement général du TDJV.
- Si le concurrent s'inscrit le jour de la course, il sera positionné en fin de grille.

Zone d'arrivée :

- Un sas d'arrivée délimité par de la rubalise sera situé après la ligne d'arrivée.
- Les commissaires sont les seules personnes habilitées à se trouver dans cette zone.

- Les concurrents sont considérés en course jusqu'au passage de la ligne.
- L'abandon d'un concurrent devra obligatoirement être signalé par celui-ci auprès du commissaire d'arrivée.

Equipement :

- Le port d'un casque rigide, avec la jugulaire attachée, est obligatoire pendant toute la durée de l'épreuve (*reconnaisances comprises*).

Sanctions :

- Aucun engin suiveur ou précédent n'est autorisé. Tout participant qui bénéficiera d'une aide matérielle ou d'une aide technique extérieure sera disqualifié (excepté en zone technique).
- Le remplacement des roues entre concurrents en course est interdit sous peine de disqualification.

Tout concurrent surpris en sens inverse du circuit sera mis hors course.

- Le non-respect de l'intégralité du parcours, prise de raccourcis ou utilisation de tout autre moyen déloyal pour obtenir un avantage à l'encontre des autres concurrents, entraînera la mise hors course.

Durée de la course :

U9 : 15 minutes maximum ou 2 km pratiquement plat.
(Boucle minimum de 1 km)

U11 : 20 minutes maximum ou 4 km pratiquement plat.
(Boucle minimum de 1 km)

U13 : 25 minutes maximum ou 6 à 7 km avec peu de dénivelé.
(Boucle minimum de 1,5 km)

U15 : 35 minutes maximum ou 8 à 9 km avec un dénivelé < 200 m.
(Boucle minimum de 1,5 km)

U17 : 45 minutes maximum avec un dénivelé non défini.
(Boucle minimum de 1,5 km)

Classements :

- Les classements seront effectués par rapport à l'ordre d'arrivée.
- Ils seront établis par un jury désigné par les organisateurs, seul l'arbitre officiel est habilité à recevoir les réclamations et à publier les divers résultats et classements.
- Les coureurs déclarés DNF ("Did not finish" **abandon**), DSQ ("Disqualified" **disqualification**) ou DNS ("*Did Not Start*" **départ non pris**) se verront attribuer 0 point au classement de l'épreuve.

Barème :

Voir annexe 1

TRIAL

- Pour le trial, **les pédales automatiques et les cales pieds sont interdits.**

FORMAT DE COURSE

Fonctionnement du VTT Trial Open free :

- Pour les catégories U13, U15 et U17, l'épreuve se dispute sur un circuit de 3 zones comprenant chacune 6 portes.
- Pour les catégories U9 et U11, sur un circuit de deux zones comprenant 6 portes. 2 passages seront effectués sur une des zones définie par l'organisateur.
- Concernant les féminines, les catégories poussines à benjamines évoluent dans leurs catégories. Seules les minimes et cadettes évoluent dans la catégorie inférieure.
- Un pilote peut décider d'arrêter sa course à tout moment. Il devra rendre sa fiche de pointage à la direction de Course. Le pilote sera classé avec les points acquis lors de ses passages.
- Pendant la course, le pilote ne pourra plus entrer à pied dans la zone. Les parents, suiveurs ou accompagnateurs ne doivent en aucun cas s'ingérer dans la compétition et donner des conseils (positions) au concurrent engagé dans la zone. Le suiveur devra demander au responsable de zone l'autorisation de rentrer dans celle-ci pour assurer la sécurité du pilote, lors de passages difficiles.
- Reconnaissance jusqu'à 10 h. Après, celle-ci ne pourra être effectuée que si la zone est disponible, par groupe et ce durant une période de 2 minutes.

ZONES

Présentation

- Le VTT Trial Open-free, consiste à franchir des sections de terrain naturelles ou artificielles, appelées atelier, faisant appel à des notions d'équilibre et de maîtrise du vélo. Ces ateliers sont constitués de différentes portes qui une fois franchies rapportent des points. Chaque zone comportera un maximum de 31 pts pour les 6 portes.
- L'interzone devra être d'une distance suffisante afin de permettre un bon déroulement de l'épreuve.

Zones :

- L'épreuve devra comporter (ANNEXE 1):
 - 3 zones pour la catégorie U17
 - 3 zones pour la catégorie U15
 - 3 zones pour la catégorie U13
 - 3 zones pour les catégories U9 et U11.

Déroulement :

- Les U17 devront effectuer leurs 2 zones respectives plus 1 zone U15 définie par l'organisateur.
- Les U15 devront effectuer leurs 2 zones respectives plus 1 zone U17 définie par l'organisateur.
- Les U13 devront effectuer leurs 2 zones respectives plus 1 zone U15 définie par l'organisateur.
- les U11 devront effectuer une fois la zone U9 / U11 et deux fois la zone U13.
- Les U9 devront effectuer trois fois la zone U9 / U11.

Portes :

- Les portes sont formées par des flèches (5 cm X 10 cm) disposées pointes à pointes. Elles ont 3 valeurs différentes :
 - flèches **rouges** 10 points, 1 porte par zone (10 pts)
 - flèches **bleues** 5 points, 3 portes par zone (15 pts)
 - flèches **vertes** 3 points, 2 portes par zone (6 pts)
- Les portes sont numérotées et le pilote doit les passer dans l'ordre de numérotation et ne peut plus revenir en arrière. Par exemple une fois franchie la porte 4 il ne peut plus prendre la 1, la 2 ou la 3.
- De même il ne peut pas repasser une porte déjà franchie (ou engagée axe de la roue avant).
- La porte à 10 points ne doit être positionnée qu'en 4ième voire 5ième position.

Temps imparti

- Le pilote a 2 minutes pour parcourir la zone. S'il dépasse ce temps, le pilote conserve les points des portes franchies dans les 2 minutes. Dès que les 2 minutes sont atteintes, le chronométrage de celle-ci est arrêté dès lors que le pilote a franchi la porte de sortie de la zone. Toutes les zones sont chronométrées.
- Dès l'annonce du chronométreur, il doit quitter la zone sans franchir d'autre porte.

Habilitation et rôle des présents dans chaque zone.

- Dès que le premier concurrent a franchi la porte d'entrée de la zone, seuls sont habilités à y être présents :
 - Le concurrent
 - Le responsable de zone, qui a pour mission d'annoncer à voix haute le n° de l'atelier, le nombre de points de la porte franchie, chaque pose de pied au sol et/ou la sortie du concurrent en cas d'une faute lui imposant l'arrêt du comptage des points.
 - Le marqueur qui lui inscrit les points dictés par le responsable de zone et le temps mis par le concurrent sur une zone chronométrée.
 - Le chronométreur qui lui déclenche le chronomètre dès que le compétiteur entre dans la zone, signale la minute restante ainsi que le temps des 2 minutes imparti par un coup de sifflet.
 - Un assistant sécurité qui se positionnera en cas de besoin devant l'atelier afin d'assurer la sécurité du pilote.
- Seuls, le marqueur, le chronométreur ainsi que l'arbitre peuvent faire remarquer une erreur commise par le responsable de zone.

- Il est possible de faire des vidéos sur le site, mais en aucun cas celles-ci ne seront consultées en cas de litige.

DÉCOMPTE DES POINTS

- Le pilote est libre de franchir les portes qu'il souhaite ou qu'il a choisies.
- A chaque passage d'une porte il marque les points de la porte franchie.
- Important : si le pilote utilise un appui pour passer le vélo dans la porte (pied d'assurage par exemple), les points de cette porte ne sont pas comptés.
- S'il ne passe aucune porte, il totalise 0 point.

- Pour que les points de la porte soient comptés il faut que le pilote et le vélo soient entièrement passés dans la porte (point de référence axe de la roue avant et arrière). Tant que la porte n'est pas complètement franchie les « come-back » sont autorisés.
- la porte est considérée comme engagée à partir du moment où le premier axe est passé entre les 2 flèches.
- La porte est considérée comme tentée à partir du moment où les deux axes du vélo sont passés entre les deux flèches.
- La porte tentée est validée à partir du moment où le pilote l'a franchie sans appui.
- Le pilote qui fait chuter une flèche avec son vélo ou avec son corps, qui survole ou roule sur une flèche (y compris la pointe de la flèche) ne marque pas les points de cette porte mais peut continuer son évolution dans la zone

ARRÊT DU COMPTAGE DES POINTS

- Chaque pilote débute l'épreuve trial sans pénalité. Dès qu'une erreur est commise (voir § **PÉNALISATION** ci-dessous), celui-ci prend 1 pénalité. Au 5ème appui (donc 5 pénalités), il doit quitter la zone.
- Cas d'échec obligeant le compétiteur à sortir de la zone :
 - Au 5ème appui (5 pénalités)
 - Lors de passage d'une porte à l'envers
 - Passage par-dessus, par-dessous, soulever ou déchirer les limites matérialisées de la zone. Les points de mesure sont les axes des roues et l'axe longitudinal du vélo.
 - **La pose des deux pieds en même temps sur le sol ou sur un obstacle (1).**
 - Maintien du vélo autrement que par le guidon lorsqu'il y a un appui.
 - Si un pied est à terre et que l'autre franchit l'axe longitudinal du vélo.
 - Chute, parties du corps au-dessus des hanches en contact avec le sol ou assis au sol ou sur un obstacle
 - Lorsque les portes ne sont pas franchis dans l'ordre des numéros de portes.
 - Lors du dépassement du temps imparti (le pilote conserve les points acquis avant l'arrêt du comptage des points).
 - Lorsque la personne en parade touche le pilote
 - Dès lors qu'il y a arrêt de comptage des points cela équivaut à 5 pénalités le pilote doit sortir de la zone.
 - Le coureur survole une porte sans un engagement d'une autre.

Dans tous les cas cités ci-dessus, l'arrêt du chronométrage s'effectue lorsque l'axe de la roue arrière a franchi la ligne de sortie de zone.

PÉNALISATION

But : La pénalisation a pour but de départager les concurrents si ceux-ci totalisent le même nombre de points obtenus sur les trois zones.

- Le pilote se verra attribuer une pénalité dès lors qu'un appui sera constaté.
Définition des appuis :
 - Tout appui sur l'obstacle ou sur le sol pour rétablir l'équilibre, soit avec une partie du corps, soit avec une partie du vélo. L'épaule contre un arbre est considérée comme un appui et cela entraîne une pénalité.
 - Appui d'une pédale et/ou de la protection, sur le sol ou sur l'obstacle sans mouvement du vélo.

Exceptions aux pénalités

- Il est permis de frôler un obstacle (arbre, rocher etc..) avec le corps pendant le mouvement du vélo.
- Aucune pénalité ne sera infligée si cet appui ne permet pas un rétablissement de l'équilibre.
- Il est permis de tourner le pied sur place (pointe ou talon).
- L'appui du pneu est autorisé.

CLASSEMENTS

- Le classement se fera en fonction des points accumulés par le pilote dans les 3 zones.
- En cas d'égalité entre 2 pilotes, le départage se fera par rapport au nombre de pénalité (1 pénalité, 2 pénalités, 3 pénalités, etc...).
- Si l'égalité entre 2 pilotes persiste, le temps de passage de l'ensemble des zones sera pris en considération.

(1) Excepté pour les catégories U9 et U11 pour qui la pose des deux pieds sera comptabilisée comme la pose d'un pied (1 pénalité).

DESCENTE OU ENDURO.

- On pourra prévoir des difficultés moins importantes selon les catégories, en créant des échappatoires pour atténuer les obstacles.

Pour les reconnaissances comme pour l'épreuve chronométrée, les protections sont obligatoires (y compris pour l'encadrement) :

- Casque intégral monobloc homologué CE
 - Gilet de Protection intégral
 - Protection Genoux, Tibias
 - Gants longs
 - Maillot manches longues et pantalon longs (Le « Jeans » peut être accepté mais **le "survêtement ainsi que le cuissard" sont interdits**)
 - Short de DH accepté (le short doit arriver au-dessous du Genoux.)
 - Le maillot doit obligatoirement recouvrir les protections.
 - Caméra interdite sur le casque
- Pour toute sortie de piste, le coureur devra reprendre sa course à l'endroit de son dégagement.
 - Les cornes sont formellement interdites et les embouts de guidon devront être bouchés.
 - L'utilisation de la caméra embarquée est interdite

Si une des consignes n'est pas respectée, le pilote se verra interdire le départ par les responsables.

CROSS-COUNTRY ELIMINATOR

Caractéristiques

Les épreuves de XCE sont réservées aux U9 –U11 –U13 –U15 –U17, organisée par poules de 4.

Le parcours de l'épreuve de cross-country Eliminator devra mesurer entre **300** et **500** m et comprendre des obstacles naturels et/ou artificiels.

Les sections à voie unique « single track » sont à éviter. Des obstacles comme des arbres, des marches (montée/descente), des dénivellations abruptes, des ponts ou structures en bois, peuvent permettre de créer une épreuve courte et dynamique.

Le départ et l'arrivée doivent se situer à différents endroits afin de préparer la manche suivante.

Equipements

Le port d'un casque rigide, avec la jugulaire attachée, est obligatoire pendant toute la durée de l'épreuve.

Le port de protections, coudières, genouillères, protège tibia sont vivement recommandés.

Chaque Club a l'entière responsabilité de la conformité des équipements de protection de l'ensemble de sa sélection.

Reconnaitances officielles

Elles auront lieu dans un créneau horaire établi, sur panneautage (jour et horaire précisés dans le programme et sur des panneaux sur place).

Qualifications

Pour les qualifications, **les coureurs se présentent dans l'ordre communiqué aux responsables de club lors du tirage au sort.** Le tirage au sort aura lieu une fois les inscriptions closes et fera foi pour l'ordre de passage des clubs et des pilotes.

Départ toutes les minutes voire 30 secondes suivant l'organisateur, parcours de deux minutes maximum. **60 pilotes passent par heure**, durée prévisionnelle : 2H30 (sans interruption). Les horaires de passage seront affichés.

RESUME

On prendra par nombre pair les meilleurs garçons pour constituer la grille de départ par catégorie. Les **32** meilleurs garçons et les **16** meilleures dames de chacune des catégories sont retenus à l'issue des qualifications individuelles (parcours chronométré) pour s'affronter ensuite dans les poules finales de quatre, les 2 premiers étant retenus pour le tour suivant. Les autres concurrents ou concurrentes sont classés en fonction du temps réalisé lors des qualifications.

Les autres coureurs sont classés de la 16ème à la nième place (filles) et de la 32ème à la nième place (garçons) selon le temps mis lors des qualifications.

Ils ne participent pas aux poules finales.

Il reste ensuite pour les filles : les quarts de finale, les demi-finales et la finale.

Il reste ensuite pour les garçons : les 8ème de finale, les quarts de finale, les demi-finales et la finale.

Timing : En tablant sur un enchaînement de courses les unes derrière les autres toutes les trois minutes, sans interruption, cela correspond environ à 2H30 de course (48 courses enchaînées).

Epreuve principale :

L'épreuve principale est constituée de manches éliminatoires et les carrés de coureurs sont formés comme indiqué dans le tableau en Annexe (Format des compétitions XCE)

Ordre des manches

- les hommes d'abord, jusqu'à ce que les femmes aient le même système de carrés.
- finales : petite finale femmes puis petite finale hommes
- grande finale femmes puis grande finale hommes

Le contact intentionnel en poussant, tirant ou d'autres manières qui obligent un autre participant à ralentir, chuter ou quitter le parcours n'est pas autorisé et son auteur sera sanctionné par disqualification (DSQ).

Les coureurs déclarés DNF ("*Did not finish*" abandon), DSQ ("*Disqualified*" disqualification) ou DNS ("*Did Not Start*" départ non pris) en demi-finale n'ont pas le droit de participer à la petite finale.

Contrôles de passage :

Des contrôles de passage pourront être établis sur le parcours. Le collège des arbitres vérifiera tout où partie des pointages ainsi réalisés.

Tout concurrent surpris en sens inverse du circuit sera mis hors course.

Le non-respect de l'intégralité du parcours, prise de raccourcis ou utilisation de tout autre moyen déloyal pour obtenir un avantage à l'encontre des autres concurrents entraînera la mise hors course.

Le coureur est seul responsable de son parcours.

Matériel et assistances techniques :

Les vélos admis dans les épreuves de proximité de XC Eliminator devront répondre aux normes UCI en vigueur pour le cross-country.

- Les compétiteurs sont seuls responsables de la conformité aux normes en vigueur du matériel qu'ils utilisent ainsi que de leur entretien.
- La plaque de cadre doit être fixée de façon à assurer sa bonne visibilité.
- Assistance technique :
L'assistance technique en course est interdite sur ce type d'épreuve.

Les coureurs peuvent transporter avec eux des outils et pièces de rechange pour autant que ceux-ci ne comportent pas de danger pour le coureur lui-même ou les autres concurrents.

L'utilisation de liaisons radio ou autres moyens de communication à distance avec les coureurs est interdite.

Zone de départ

L'accès aux lignes de départ s'effectue par des portes latérales ou l'arrière des lignes.

- Les lignes doivent comporter au minimum un concurrent tous les 80cm.
- Les lignes de départ sont matérialisées au sol.

Le départ est donné par l'arbitre juge départ au départ selon la procédure suivante :

Avertissements à 1 minute et à 30 secondes du départ, puis annonce finale que le départ sera donné dans les 15 secondes.

Le départ est donné à l'aide d'un revolver ou, à défaut, par un coup de sifflet.

Mise en grille

Elle s'effectuera selon les temps de qualification.

Une grille de départ doit être tracée au sol. Les coureurs doivent être alignés de front au départ. Dans chaque manche éliminatoire, les coureurs peuvent choisir leur position de départ dans l'ordre du classement de la manche de qualification.

Le coureur ayant le meilleur temps choisit en premier.

Durée de l'épreuve

U9	40''
U11	1'
U13	1'15
U15	1'35
U17	2' ou 500m

CLASSEMENTS

- Ils se feront à l'issue de chaque épreuve et par catégorie avec la grille de points située en annexe 1. Puis le classement final de la journée se fera par l'addition des points des deux manches. *Nous classerons les garçons et les filles séparément.*

- Un classement jour sera établi après chaque épreuve.

- Durant les 6 manches, trois classements seront établis :

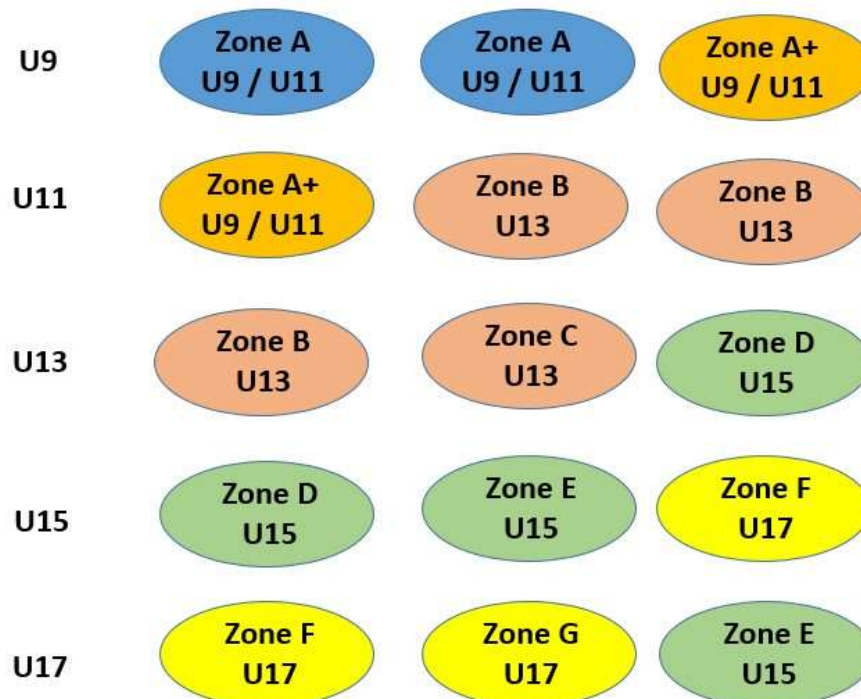
- Un classement général TDJV (seuls sont pris en compte les licenciés FFC de la région Rhône Alpes).
- Un classement final TDJV (seuls sont pris en compte les licenciés FFC du Rhône).
- Un classement club (récompenser les clubs les plus actifs et performants, points récoltés sur toutes les journées lors des déplacements).

- Pour le coureur ayant participé à toutes les manches, la plus défavorable sera considérée comme joker et donc non prise en compte pour le classement final.

- En cas d'égalité sur le classement final TDJV, les concurrents seront départagés par le nombre de meilleures places (places de premier, places de second, etc.) sur la totalité des épreuves organisées.

- Le non-respect de ce règlement voire tricherie, entraînera de facto la disqualification du coureur.

ANNEXE 1 Zones de trial



ANNEXE 2 Points Classements

Place	Points	Place	Points	Place	Points	Place	Points
1	150	26	90	51	40	76	15
2	147	27	88	52	39	77	14
3	144	28	86	53	38	78	13
4	141	29	84	54	37	79	12
5	138	30	82	55	36	80	11
6	135	31	80	56	35	81	10
7	132	32	78	57	34	82	9
8	129	33	76	58	33	83	8
9	126	34	74	59	32	84	7
10	123	35	72	60	31	85	6
11	120	36	70	61	30	86	5
12	118	37	68	62	29	87	4
13	116	38	66	63	28	88	3
14	114	39	64	64	27	89	2
15	112	40	62	65	26	90 et +	1
16	110	41	60	66	25		
17	108	42	58	67	24		
18	106	43	56	68	23		
19	104	44	54	69	22		
20	102	45	52	70	21		
21	100	46	50	71	20		
22	98	47	48	72	19		
23	96	48	46	73	18		
24	94	49	44	74	17		
25	92	50	42	75	16		