BRM - 200KM



LE GRAVEL CHALLENGE - ESTÉREL EDITION

RIDE & SMILE

BRM - 200KM (2025 PA 13)

LE GRAVEL CHALLENGE - ESTÉREL EDITION

RIDE & SMILE

© Ride & Smile, 2026

« Pédalez, partagez et souriez ! 🚴💨 »

Association Ride & Smile
540 chemin du Défends
06250 MOUGINS

brevets@rideandsmile.cc

www.rideandsmile.cc

Un grand merci à la société **OpenRunner** qui m'a autorisé à utiliser leur site web pour le stockage des parcours ainsi que leurs fonds de cartes et profiles topologiques.



Les fonds de cartes sont fournis par OpenStreetMap (https://www.openstreetmap.org/copyright)

Version 1.6 (2026/09/26)



PROLOGUE

Les **brevets routiers mondiaux** (BRM) organisés sous l'égide de l'**Audax Club Parisien** (ACP) offrent une expérience cycliste d'endurance et de camaraderie inégalée. Fondé en 1904, l'Audax Club Parisien est l'une des premières organisations à promouvoir le cyclotourisme et l'audax, et ses brevets sont reconnus dans le monde entier.

Ces événements non compétitifs en autonomie complète encouragent les cyclistes à parcourir des distances prédéterminées sur route, allant de 200 à 1000 kilomètres, en respectant des délais stricts pour chaque trajet.

Les parcours, soigneusement sélectionnés par **Ride & Smile**, offrent une variété de paysages et de défis, des routes de montagne pittoresques aux chemins de campagne tranquilles.

Les participants se soutiennent mutuellement tout au long de l'épreuve, partageant des moments forts et renforçant les liens au sein de la communauté cycliste. Les brevets de l'**Audax Club Parisien** sont une occasion unique de repousser ses limites, de découvrir de nouveaux horizons et de partager une passion commune pour le cyclisme sur route.

Pour l'édition 2026, ce parcours obtient la reconnaissance officielle **Label Longue-Distance FFVélo**.

Cette distinction a été attribuée par la **Fédération Française de Cyclotourisme lors du Comité Directeur du 18 octobre 2025**, à l'issue de la validation des manifestations « **Longue-Distance 2026** » proposées par la commission nationale.

Nous sommes très fiers de cette reconnaissance, qui vient récompenser le travail engagé, la qualité du parcours, son exigence sportive et son inscription dans les standards fédéraux de la longue distance.

1.
OBJECTIFS DE L'ÉVÉNEMENT

Le **BRM 200 km - Le Gravel Chalenge - Estérel Edition (2025 PA 13)**, organisé par **Ride & Smile**, est bien plus qu'un simple défi sportif. Embarquez pour une aventure cycliste inoubliable. Ce parcours offre une immersion rare entre la Méditerranée, les massifs forestiers et les villages médiévaux du Var. Plus qu'une simple épreuve physique, il s'agit d'un voyage à travers le temps et les paysages, où chaque col et chaque piste racontent une part du patrimoine naturel et culturel provençal.

Cyclistes d'ultra-endurance et amateurs de gravel, préparez vos machines et vos jambes pour cette aventure authentique au cœur d'une nature généreuse et d'une histoire vivante !

Cet événement met à l'honneur les valeurs fondamentales de notre association :

- **La découverte et le plaisir du voyage à vélo :** Profitez de paysages variés, entre mer et montagne, en explorant des villages pittoresques et des sites emblématiques.
- **La performance et la détermination :** Ce parcours de 200 km exige endurance, gestion de l'effort et esprit de dépassement de soi.
- **La cohésion et le partage :** Roulez avec d'autres cyclistes, échangez des expériences, et vivez ensemble cette aventure humaine et sportive.

À vélo tout est plus beau !

Ride & Smile, affiliée à la **FFVélo** et à l'**Audax Club Parisien**, œuvre pour promouvoir le cyclotourisme dans un esprit de convivialité et de respect des valeurs fédérales.

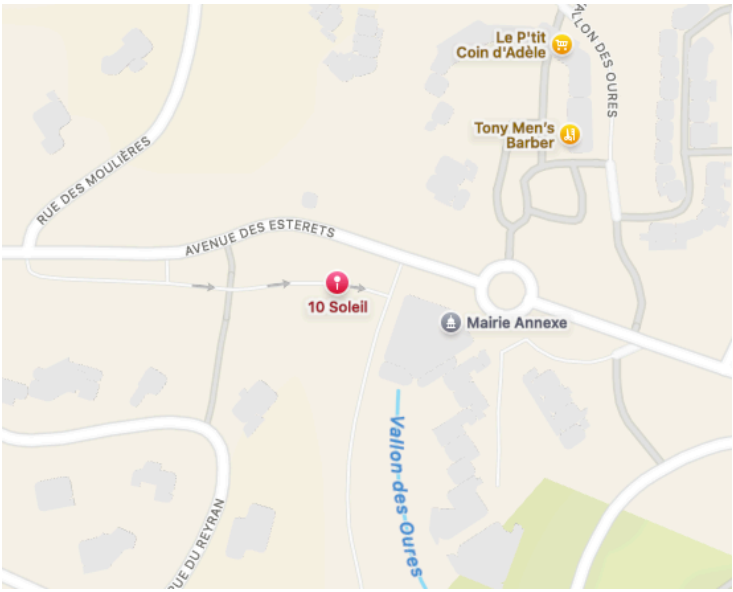
Notre affiliation garantit un cadre sécurisé et réglementé pour l'ensemble de nos participants, et inscrit l'événement dans la tradition des **Brevets Randonneurs Mondiaux**.

Que vous soyez un habitué des longues distances ou un nouveau venu dans l'univers des brevets, ce BRM 200 km est conçu pour offrir une expérience inoubliable, accessible et enrichissante.

2.
PROGRAMME DE L'ÉVÉNEMENT

Accueil et Briefing

Lieu et heure de RDV : Le point de départ sera situé sur le parking public situé à côté de la Mairie Annexe des Esterets du Lac. L'accueil des participants débutera le 4 octobre 2026 à 6h00 pour une départ libre prévu entre 6h30 et 7h00.



Coordonnées GPS : 43,55179° N, 6,78219° E

Briefing : Un briefing obligatoire se tiendra à 6h15. Il couvrira notamment les points suivants:

- Les consignes de sécurité.

- Les détails du parcours.
- Les points de contrôle et les horaires clés.
- Le rappel des règles de conduite en groupe et des gestes de signalisation.



Itinéraire Général

Ce BRM de gravel exigeant de 200 km et 3800 m de dénivelé positif forme une grande boucle depuis les Estérets du Lac, en passant par le lac de Saint-Cassien, le massif du Tanneron et les reliefs du Haut-Var. Après une première traversée sauvage jusqu'à Mandelieu-la-Napoule via les pistes forestières du Tanneron, l'itinéraire remonte par une série de cols emblématiques de l'Estérel (Notre-Dame, Lentisques, Évêque, Belle Barbe, Mistral, Suvières, etc.) et de pistes techniques jusqu'à Bagnols-en-Forêt. La suite du parcours explore les collines et villages perchés du Haut-Var (Callas, Monferrat, Bargemon, Claviers), en empruntant de nombreux chemins anciens et voies forestières, avant un retour par Brovès-en-Seillan, les crêtes de Saint-Paul-en-Forêt et un tour complet du lac de Saint-Cassien.

Alliant nature préservée, effort intense et découverte patrimoniale, ce tracé est une véritable aventure d'ultra-

endurance, entre forêts profondes, cols escarpés et villages provençaux chargés d'histoire.

Ce parcours emprunte des routes ouvertes à la circulation, où le respect du code de la route est impératif pour garantir votre sécurité et celle des autres usagers. Certaines portions traversent des pistes cyclables partagées avec des enfants, d'autres cyclistes et des piétons. Une vigilance accrue est donc nécessaire sur ces sections pour prévenir tout risque d'incident.

Points de Contrôle :

- **PC1 (17,6 km) :** Vous devrez prendre un selfie devant le panneau d'entrée de la **Piste H3 le Long**.



- **PC2 (20,9 km) :** Vous devrez prendre un sSelfie devant le panneau d'entrée de la **Piste ESS38 les Fenouillières**.



- **PC3 (56,5 km) :** Vous devrez prendre un selfie devant le panneau du **col du Mistral**.



- **PC4 (80,3 km) :** Vous devrez prendre un selfie devant le **tunnel sous l'autoroute**.



- **PC5 (114 km) :** Vous devrez prendre un selfie devant le panneau de la **Piste G522 de Colle Rousse**.



- **PC6 (137 km) :** Vous devrez prendre un selfie devant le panneau de la **Piste I33 Piol**.



- **PC7 (148 km) :** Vous devrez prendre un selfie devant le panneau de la **Piste I615 Baudron**.



- **PC8 (188 km) :** Vous devrez prendre un selfie devant le panneau de la **Piste G56 la Basse Carpenée**.



⚠️ Si vous utilisez un compteur GPS Garmin, tous les points de contrôle seront directement disponibles sur votre appareil pendant la sortie.

Numéro	Description	Distance (km)
PC 1	Selfie devant le panneau d'entrée de la Piste H3 le Long	17,6
PC 2	Selfie devant le panneau d'entrée de la Piste ESS38 les Fenouillières	20,9

PC3	Selfie devant le panneau du col du Mistral	56,5
PC4	Selfie devant le tunnel sous l'autoroute	80,3
PC5	Selfie devant le panneau de la piste G522 de Colle Rousse	114
PC6	Selfie devant le panneau de la piste I33 Piol	137
PC7	Selfie devant le panneau de la piste I615 Baudron	148
PC8	Selfie devant le panneau de la piste G56 la Basse Carpenée	188

Horaire estimé de retour : Le retour aux Estérets du Lac est prévu entre 19h00 et 20h30 au maximum, en fonction du rythme moyen des participants.

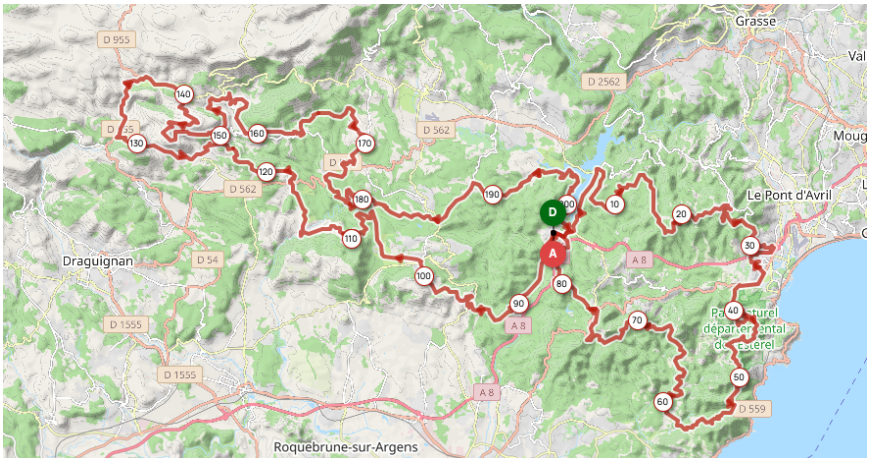
Points de Pause :

- **Les Esterets du Lac (85,2 km) :** Vous pourrez vous ravitailler au point de départ et d'arrivée.
- **Callas (125 km) :** Il y a plusieurs restaurants et snacks disponibles.
- **Monferrat (133 km) :** Il y a plusieurs cafés et snacks disponibles.
- **Bargemon (154 km) :** Il y a plusieurs restaurants, cafés et snacks disponibles.

- **Claviers (159 km) :** Il y a plusieurs restaurants et snacks disponibles.
- **Saint-Paul-en-Forêt (185 km) :** Il y a plusieurs restaurants et snacks disponibles.

⚠️ Ces informations sont fournies à titre indicatif, sans garantie. Pensez toutefois aux fermetures hebdomadaires le dimanche.

3.
PARCOURS EN DÉTAIL



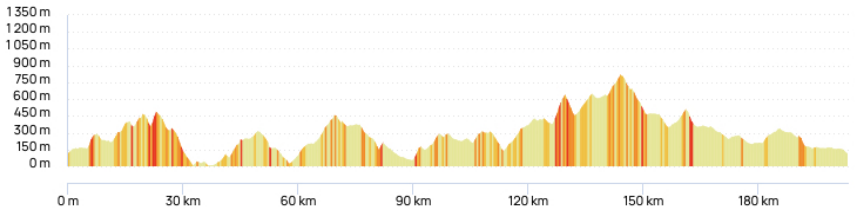
Description des Segments :

- **Les Estérets du Lac → Mandelieu-la-Napoule (33 km) :** Le départ s'effectue au calme, au bord du lac de Saint-Cassien, avant d'attaquer les pistes du massif du Tanneron. La route alterne entre montées soutenues et descentes roulantes, dans un décor de pins, de mimosas et de roches rouges. Ce premier segment met directement les participants dans l'ambiance gravel, entre effort et beauté naturelle.
- **Mandelieu-la-Napoule → Les Estérets du Lac (51 km) :** Depuis Mandelieu, le parcours remonte dans le massif de l'Estérel par des chemins forestiers exigeants. Certains passages offrent des panoramas spectaculaires sur la

Méditerranée et les reliefs environnants. La traversée de l'Estérel se conclut par un retour vers le lac de Saint-Cassien.

- **Les Estérets du Lac → Callas (40 km) :** La trace s'oriente ensuite vers Bagnols-en-Forêt en empruntant des pistes variées entre sous-bois et crêtes. Le site historique des ruines du barrage de Malpasset marque une étape marquante du segment. Les cyclistes poursuivent ensuite vers Callas, village perché au charme provençal.
- **Callas → Bargemon (25 km) :** Depuis Callas, le parcours gagne en altitude à travers de petites routes et chemins forestiers. Monferrat puis Bargemon accueillent les participants avec leurs ruelles médiévales et leurs vues dégagées sur le Haut-Var. Ce tronçon est un mélange de patrimoine, d'authenticité et de paysages sauvages.
- **Bargemon → Les Estérets du Lac (50 km) :** La descente se fait par des chemins sinueux et des routes tranquilles, entre forêts et vallons du pays de Fayence. Seillans, classé parmi les plus beaux villages de France, constitue une dernière halte pittoresque avant le retour. La boucle se termine autour du lac de Saint-Cassien, offrant un cadre idéal pour clôturer les 200 km d'aventure gravel.

Profil du Parcours



Une feuille de route détaillée et un profil altimétrique illustrant les montées (maximum 25%) et descentes seront fournis.

Informations GPS

Un fichier GPX sera disponible au téléchargement via ce lien ou ce QR code :

https://rideandsmile.cc/wp-content/uploads/2025/09/BRM-200-Le-Gravel-Challenge-Esterel-Edition-2025-Officiel.gpx

⚠️ Les participants sont vivement encouragés à tester leur appareil avant le jour de l'événement.

Informations supplémentaires sur le parcours

- **Dénivelé moyen:** 1,9%
- **Pente maximum:** 25%
- **Altitude maximum:** 821m
- **Durée estimée:** 9:15
- **Nombre de difficultés (pentes >= 5%):** 107
- **Nombre de cols:** 17
  - Baisse du Four, km 17,9
  - Col des Monges, km 45,4
  - Col du Trayas, km 45,9
  - Col de la Cadière, km 47,5
  - Col Notre Dame, km 49,8

- Col des Lentisques, km 51,5
- Col de l'Evêque, km 53,1
- Col Belle Barbe, km 58,4
- Col du Mistral, km 59,9
- Col de Baladou, km 61,4
- Baisse de la Petite Vache, km 62,8
- Baisse de la Grosse Vache, km 63,9
- Baisse de Mathieu, km 64,3
- Col des Suvières, km 65,6
- Baisse Violette, km 67,2
- Col du Logis de Paris, km 77
- Col de Saint-Taurin, km 161

- **Nombre de points d'eau:** 9
  - Les Esterets du Lac, km 0
  - Mandelieu la Napoule, km 32,5
  - Les Esterets du Lac, km 85,2
  - Cimetière de Bagnols-en-Forêt, km 100
  - Callas, km 125
  - Bargemon, km 152
  - Bargemon, km 154
  - Claviers, km 159
  - Seillans, km 169

- **Nombre de WC:** 5
  - Les Esterets du Lac, km 0
  - Maison Forestière de la Duchesse, km 71,1
  - Les Esterets du Lac, km 85,2
  - Callas, km 125
  - Bargemon, km 154

- **Nombre de points de ravitaillement:** 6
  - Les Esterets du Lac, km 0
  - Callas, km 125
  - Monferrat, km 133
  - Bargemon, km 154
  - Claviers, km 159
  - Saint-Paul-en-Forêt, km 185

- **Période idéale:** Toute l'année, éviter Juillet et Août à cause de la chaleur

- **Type de surface (FFC):** Revêtement compliqué (*30%)



L’indice de difficulté **IBP** de ce parcours est de **321**, un score qui témoigne d’un défi vraiment significatif. Cet indice prend en compte plusieurs paramètres, tels que la distance, le dénivelé cumulé, et la technicité du parcours, pour évaluer l’effort global nécessaire à sa réalisation. Avec un tel niveau, ce parcours est idéal pour des cyclistes ayant une excellente condition physique et une expérience confirmée sur des itinéraires exigeants.

Ce parcours se réalise en autonomie complète, sans aucune assistance externe. Les participants devront gérer seuls leur alimentation, leur hydratation, et toute intervention technique sur leur vélo.

Il est donc crucial de bien préparer son équipement et de planifier les arrêts aux points de ravitaillement disponibles le long du trajet. Les cyclistes doivent également être prêts à affronter des montées soutenues, des descentes parfois techniques, et une endurance prolongée sur les 200 km du parcours.

Une préparation physique rigoureuse et un matériel en parfait état sont indispensables pour relever ce défi en toute sécurité.



4.
MATÉRIEL OBLIGATOIRE

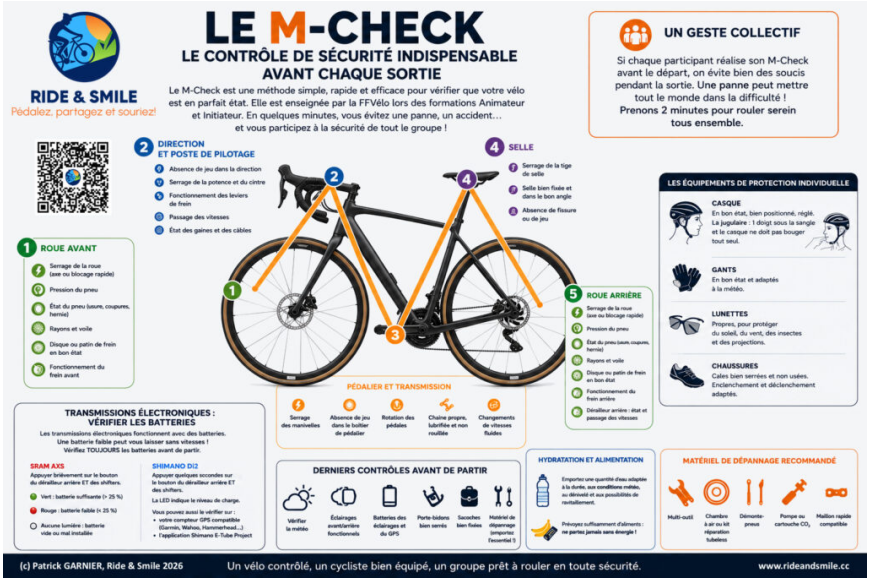
Voici la liste du matériel obligatoire sur cette épreuve:

- **Plaque de cintre** fournie à votre arrivée.
- **Compteur GPS** pour charger la trace et enregistrer la trace GPX de votre activité pour la validation.
- **Vêtements réfléchissants :** Gilet Audax ou gilet de sécurité.
- **Vêtements appropriés :** Habillez-vous en fonction des conditions météorologiques.
- **Couverture de survie**
- **Sifflet**
- **Casque rigide :** Non négociable pour assurer votre sécurité.
- **Éclairage puissant :** Eclairage de vélo avant et arrière conformes à la législation et suffisamment lumineux pour éclairer votre chemin dans l'obscurité (200 lumens ou plus pour la lampe avant principale).
- **Lunettes :** Recommandées pour protéger vos yeux.
- **Kit de réparation de base :** Chambres à air de rechange, outils multifonctions, pompe, etc.
- **Nourriture et eau :** Assurez-vous d'avoir suffisamment de provisions pour toute la durée de la sortie. Il est conseillé d'avoir des gourdes avec une contenance minimale totale de 1,5 litre.
- **Téléphone portable chargé :** Toujours essentiel pour toute situation d'urgence ainsi que pour les selfies éventuels.
- **Pièce d'identité** ou une photocopie
- **Moyen de paiement :** Espèces, CB ou téléphone.

Contrôles avant le départ

Une vérification du matériel obligatoire et de l'état général du vélo pourra être effectuée avant le départ. Tout manquement aux équipements obligatoires prévus par le règlement pourra entraîner l'exclusion de l'épreuve.

En complément, nous vous recommandons vivement d'effectuer un M-Check complet de votre vélo avant de rejoindre le départ. Cette vérification simple permet de contrôler méthodiquement les principaux éléments de sécurité du vélo en suivant visuellement la forme d'un « M » :



- **Roue arrière :** serrage, pneu, pression, état de la jante et absence de jeu.
- **Transmission :** chaîne, cassette, dérailleur, pédalier et bon fonctionnement des vitesses.
- **Selle et tige de selle :** serrage et absence de jeu.
- **Direction et poste de pilotage :** potence, cintre, jeu de direction et commandes.

- **Roue avant :** serrage, pneu, pression, état de la jante et absence de jeu.
- **Freinage :** fonctionnement des freins, état des plaquettes ou patins et des disques le cas échéant.

Pensez également à vérifier l'éclairage avant et arrière, ainsi que la charge des batteries de vos équipements électroniques lorsque ceux-ci participent au bon fonctionnement ou à la sécurité du vélo.

https://rideandsmile.cc/2026/07/le-m-check-le-guide-complet-pour-verifier-votre-velo-avant-chaque-sortie/

Le contrôle effectué au départ ne remplace pas votre propre vérification : chaque participant reste responsable de l'état de son vélo et de son matériel.

Votre sécurité et le bon déroulement de l'épreuve sont notre priorité.

5.
SÉCURITÉ ET RÈGLES DE CONDUITE

Consignes de sécurité

La sécurité de chacun repose sur le respect du Code de la route, mais également sur une bonne communication entre les participants, notamment lorsque plusieurs cyclistes roulent ensemble.

- **Respectez le Code de la route à tout moment :** signalisation, feux, priorités, stops et règles de circulation s'appliquent intégralement pendant toute la durée du brevet.
- **Communiquez au sein du groupe :** utilisez les gestes et signaux appropriés pour annoncer un ralentissement, un arrêt, un changement de direction ou la présence d'un obstacle. Une information reçue doit également être relayée aux cyclistes qui vous suivent.
- **Adaptez la formation du groupe aux conditions de circulation :** roulez en file indienne lorsque la largeur de la chaussée, la visibilité ou la circulation l'exigent et veillez à ne jamais gêner inutilement les autres usagers.
- **Restez maître de votre trajectoire :** conservez une distance adaptée, évitez les changements de ligne brusques et vérifiez toujours la situation avant toute manœuvre.
- **Restez responsable de votre propre sécurité :** même au sein d'un groupe, chaque participant doit vérifier personnellement qu'il peut franchir une intersection,

changer de direction ou effectuer une manœuvre en toute sécurité.



Pour retrouver plus en détail les bonnes pratiques, les gestes à connaître et les règles de circulation en groupe, consultez notre article « *Rouler en groupe : les gestes et les règles à connaître* ».

https://rideandsmile.cc/2026/08/rouler-en-groupe-les-gestes-et-les-regles-a-connaitre/

Une règle simple : je roule pour moi… mais je pense à celui qui roule derrière moi.

Tout participant constaté en infraction avec le Code de la route pourra être immédiatement disqualifié du brevet.
Point de situation obligatoire

Point de situation obligatoire

Compte tenu de la difficulté particulière de ce BRM Gravel, de la technicité de certaines portions et de la durée potentiellement importante de l'épreuve, **Ride & Smile met en place une mesure de sécurité spécifique au BRM Gravel Challenge – Estérel Edition.**

Cette disposition ne fait pas partie du **règlement officiel des Brevets de Randonneurs Mondiaux (BRM) de l'Audax Club Parisien (ACP)**. Il s'agit d'une règle de sécurité complémentaire mise en place par **Ride & Smile** spécifiquement pour ce brevet gravel.

Au passage du **viaduc du Rayol,** situé aux environs du km 164, chaque participant encore engagé sur le brevet devra obligatoirement effectuer un point de situation et informer l'organisation via le **groupe WhatsApp du BRM** (cf. §10).

Le message devra indiquer simplement l'état du participant et son choix :

- **RAYOL – OK – CONTINUE BRM** : le participant poursuit le parcours officiel ;
- **RAYOL – ABANDON – REPLI** : le participant abandonne le BRM et emprunte l'itinéraire de repli.



Itinéraire de repli

Une trace GPX spécifique de repli depuis le viaduc du Rayol jusqu'au point d'arrivée est mise à disposition des participants:

https://rideandsmile.cc/2026/10/demande-de-validation-du-brm-200km-gravel-challenge-esterel-edition-2026

https://www.openrunner.com/route-details/25288769

Cet itinéraire d'environ 28 km, privilégiant un retour plus direct et essentiellement routier, permet à un participant fatigué, en difficulté ou estimant ne plus être en mesure de terminer le brevet dans de bonnes conditions de rejoindre l'arrivée de manière autonome, sans poursuivre les dernières portions du parcours gravel officiel.

⚠️ Il est fortement recommandé à chaque participant de télécharger cette trace sur son GPS avant le départ, en complément de la trace officielle du BRM.

Le choix d'emprunter la trace de repli constitue un abandon du BRM : le participant ne pourra donc pas prétendre à l'homologation, quelle que soit son heure d'arrivée.

Le viaduc du Rayol constitue ainsi un point de décision et de sécurité. Chaque participant reste responsable de l'évaluation de son état physique, de son matériel, de son autonomie, des conditions rencontrées et de sa capacité à poursuivre le parcours officiel.

L'organisation pourra prendre contact avec certains participants en fonction de leur progression et des informations dont elle dispose afin de leur signaler une situation susceptible de compromettre la poursuite du brevet dans de bonnes conditions et de leur rappeler l'existence de l'itinéraire de repli.

Le BRM se déroule en autonomie. En cas d'abandon, chaque participant doit être en mesure d'assurer son propre retour.

Numéros d'urgence

- **Organisateur :** +33 6 03 30 55 19
- **Urgences locales :** 112
- **Médecin de garde :** 116 117
- **Centre Hospitalier intercommunal Fréjus - Saint-Raphaël :** +33 4 94 40 21 21
- **Centre Hospitalier de la Dracénie :** + 33 4 94 60 50 00

En cas d’annulation, les participants seront informés par email avant 20h la veille. Conformément au règlement des brevets de **Ride & Smile**, il n’y aura pas de remboursement des inscriptions.


RECOARO
Frizzante
CAFFÈ BOASI
SINCE 1530

6.
COMMENT PARTICIPER?

Vous pouvez commencer par prendre connaissance de la feuille de route du parcours disponible ici:

https://rideandsmile.cc/wp-content/uploads/2026/09/BRM-200km-Le-Gravel-Challenge-Esterel-Edition-Feuille-de-route.pdf

Conditions d'Assurance et d'Adhésion

Pour participer à cet événement, il est indispensable de disposer des assurances nécessaires :

Pour les membres d'une autre fédération cycliste que la FFCT:

- Une copie de votre licence fédérale en cours de validité devra être fournie lors de l'inscription

Pour les non-adhérents à une fédération cycliste, vous devrez obligatoirement fournir :

- Un certificat d'assurance responsabilité civile (RC) et corporelle.
- Un certificat médical de non-contre-indication à la pratique du cyclisme longue distance, daté de moins d'un an.

Solution d'assurance proposée par **Ride & Smile** :

- Si vous ne disposez pas encore de l'assurance nécessaire, **Ride & Smile** a négocié un partenariat avec une compagnie d'assurance pour vous proposer une couverture adaptée à tarif avantageux.
- Vous pouvez souscrire cette assurance directement en cliquant sur le lien suivant :

https://rideandsmile.cc/2024/11/assurance-individuelle-des-participants/

⚠️ **Rappel :** Aucun participant ne sera autorisé à prendre le départ sans avoir fourni les documents requis. Assurez-vous de vérifier ces éléments avant de finaliser votre inscription.

Règlement des BRM

Merci de lire attentivement le règlement des BRM **Ride & Smile** avant de vous inscrire :

https://rideandsmile.cc/2024/12/reglement-des-brevets-randonneurs-mondiaux-ride-smile/

Inscription au BRM

L'inscription est obligatoire, car le nombre de places est limité. Aucune inscription ne sera acceptée sur place le jour du BRM.

https://www.helloasso.com/associations/ride-and-smile/evenements/brm-200km-gravel-challenge-esterel-edition-2026

7.
ÉCORESPONSABILITÉ ET ÉCOLOGIE

Respect de l’environnement naturel

Les participants s’engagent à respecter l’environnement et à ne rien laisser derrière eux, y compris les emballages de nourriture, les bidons, et tout autre déchet.

Des poubelles seront disponibles au point de départ et d'arrivée.

Réduction des déchets

Pour minimiser l’empreinte écologique de l’événement, chaque participant est encouragé à utiliser des produits réutilisables (bouteilles, sacs de ravitaillement, etc.) et à limiter les emballages individuels.

⚠️ **Attention :** Aucun gobelet jetable ne sera mis à disposition.

Chaque participant recevra un gobelet réutilisable et écologique, pensé pour allier praticité, durabilité et respect de l’environnement:

- **Écologique & durable :** réutilisable plus de 150 fois, 100 % recyclable, fabriqué en circuit court.
- **Personnalisé à l’événement :** un souvenir unique, marqué à l’image de Ride & Smile.

- **Robuste & pratique :** résiste aux chocs, au lave-vaisselle et même au congélateur.
- **Polyvalent :** format 25 cl (33 cl à ras bord), adapté à toutes vos boissons.
- **Sûr & conforme :** sans BPA, sans phtalates, sans migration de particules.



En utilisant ce gobelet, vous contribuez à :

- Réduire les déchets à usage unique;
- Soutenir l'économie locale;
- Valoriser un savoir-faire 100 % français.

Un petit geste pour l'environnement, un grand souvenir pour vous !

Transport durable

Nous encourageons, lorsque cela est possible, les participants et leurs accompagnateurs à privilégier les moyens de transport écologiques (covoiturage, transports en commun, vélo) pour se rendre au lieu de départ et aux points d'assistance.

Respect de la faune et de la flore

Certains segments du parcours peuvent traverser des zones naturelles protégées. Afin de préserver la biodiversité, il est demandé aux participants de rester sur les traces qui sont

fournies, d’éviter les zones sensibles, et de ne pas perturber la faune locale.

Tout participant pris en flagrant délit de non-respect de ces règles sera automatiquement disqualifié du brevet.

8.
VALIDATION DU BRM

Enregistrement du parcours avec un GPS

La validation de votre participation nécessite l'utilisation obligatoire d'un GPS pour enregistrer votre parcours et soumettre un fichier GPX correspondant.

⚠️ **Attention :** Aucune validation papier ne sera acceptée.

Points de contrôle

Vous devrez prendre obligatoirement un selfie devant chacun des points de contrôle indiqués sur le roadbook. Ces photos serviront de preuve de passage.

⚠️ Merci d'enlever vos lunettes et votre casque afin d'être reconnaissable.

Soumission des données

- Une page dédiée pour soumettre votre GPX et vos photos de validation sera accessible à partir de la fin du BRM.
- **Ride & Smile** se chargera ensuite de transmettre ces informations à l'ACP.

Vous pourrez accéder à la page de validation ici, lorsqu'elle sera en ligne à partir du 8 octobre 2026 à 21h00 :

https://rideandsmile.cc/2026/10/demande-de-validation-du-brm-200km-gravel-challenge-esterel-edition-2026

9.
MÉDAILLES ET ÉCUSSONS

Médaille de l'ACP

Les participants ayant complété l'épreuve selon les règles définies pourront commander la médaille officielle de l'**Audax Club Parisien** (ACP) en souvenir de leur performance.

Vous pouvez commander votre médaille ici:

https://www.helloasso.com/associations/ride-and-smile/boutiques/medailles-officielles-de-l-audax-club-parisien-acp



10.
CONTACTS IMPORTANTS

Organisateur : Association Ride & Smile
Email : brevets@rideandsmile.cc
Téléphone : +33 6 03 30 55 19

Vous pouvez d'ores et déjà vous connecter au groupe WhatsApp **Ride & Smile** en cliquant sur le lien de discussion générale suivant:

https://chat.whatsapp.com/IFC1Zs5oPEJI3guS4HnP2P

Voici le groupe spécifique de ce BRM:

https://chat.whatsapp.com/DJapNjfJyDA86zvKyce4vS

Surtout n’oubliez pas :

- Cette épreuve n’est pas une compétition il n’y a pas de classement, un BRM c’est une randonnée !
- Prioriser la sécurité de tous.
- S’entraider en cas de besoin.

Bonne route et profitez pleinement de cette expérience unique !