

REGLEMENT TRAIL DE LA VALLEE DE L'OUUCHE 2019

1 PARCOURS

Course nature **chronométrée pour 4 parcours, un** mesurant **42 km** avec 2000 m de dénivelé, un deuxième mesurant **27,5 km** avec 1450 m de dénivelé environ, un troisième mesurant **12 Km** avec 400 m de dénivelé, le quatrième mesurant **4,5 km** avec 130 m de dénivelé positif **réservé aux jeunes (avec autorisation parentale) et aux débutants**. Deux parcours pour les jeunes complètent le programme.

Les parcours seront fléchés à l'aide de panneaux directionnels, de rubalises et complétés parfois par un fléchage au sol.

2 HORAIRES

ACCUEIL : à partir de 8h, salle des fêtes de Saint-Victor-Sur-Ouche

DEPART : ils sont fixés à 500 m de l'accueil :

- à **7h pour le 42 Km.**

- à **9h pour le 27,5 Km.**

- à **10h pour le 12 Km. 10h10 pour la marche nordique**

- à **10h15 pour le 4,5 Km et courses jeunes**

3 ARRIVEE : à proximité de l'accueil.

4 POSTES DE RAVITAILLEMENT : 3 ravitos + 1 point d'eau sur le 42 Km, 3 ravitos sur le 27,5 Km et 1 sur le 12 Km (liquides) ainsi qu'à l'arrivée (solide et liquide) pour l'ensemble des parcours.



Pas de gobelet jetable sur les parcours

Chaque participant recevra un gobelet pliable au retrait du dossard

5 AUTONOMIE : les concurrents sont considérés en totale autonomie entre chaque ravitaillement.

Pour le 42 et le 27,5 Km, il est obligatoire de prendre au minimum 1 litre d'eau sur soi.

6 SECOURS : des secouristes sont présents sur la manifestation. Il est par ailleurs obligatoire de porter assistance à tout participant blessé. **Téléphone en cas d'urgence : 06.08.48.33.86**

7 PARTICIPATION : en raison du parcours, la course n'est pas autorisée aux handisports.

Course nature ouverte à partir de la catégorie Cadet, c'est-à-dire né en 2002 et avant avec signature des parents pour les mineurs pour le 12 Km et uniquement aux personnes majeures (à partir de catégorie Espoir) sur le 27,5 et le 42 Km.

Extrait du règlement FFA du tableau des correspondances Catégories/Distances autorisées

| | | | |
|--------------|-------------------|---------|-----------|
| 2008 et 2009 | Poussin | PO | 1500m max |
| 2006 et 2007 | Benjamin | BE | 3000m max |
| 2004 et 2005 | Minime | MI | 5000m max |
| 2002 et 2003 | Cadet | CA | 15 km max |
| 2000 et 2001 | Junior | JU | 25 km max |
| 1940 à 1999 | Espoir à Master 4 | ES à V4 | Illimitée |

8 CERTIFICAT MEDICAL : Les non licenciés à la FFA doivent fournir **obligatoirement un certificat médical de la pratique de la course à pied en compétition**. (Datant de moins d'un an le jour de la course) et les licenciés FFA, leur licence de l'année à jour.

9 DOSSARDS : le dossard doit être porté sur la poitrine, fixé par des épingles et visible dans son intégralité.

10 RESULTATS : ils seront disponibles sur le site dès le soir ou le lendemain www.valleedelouche.com

11 RECOMPENSES : A partir de 14h sur l'aire d'arrivée.

12 RESTAURATION : il y aura possibilité de se restaurer au stand buffet/buvette sur l'aire d'arrivée. Vous y trouverez boissons, frites, sandwichs, barbecue, etc.

13 RESPONSABILITE : Les organisateurs du 10ème TRAIL DE LA VALLEE DE L'OUCHÉ déclinent toute responsabilité en cas de vols ou de détériorations qui pourraient se produire lors de cette manifestation sportive.

14 PROPETE : les concurrents sont priés de ne pas abandonner leurs déchets (papiers, emballages plastiques...) sur le parcours.

15 ACCEPTATION : Tout engagement implique la prise de connaissance du présent règlement et l'acceptation de celui-ci.

Aucun dossard ne sera envoyé et tout dossier incomplet ne sera pas pris en compte.

Les inscriptions sont limitées aux 600 premiers inscrits sur l'ensemble des parcours du trail sauf courses jeunes.

16 ENGAGEMENT : rédigé individuellement sur le bulletin d'inscription accompagné de la somme de **21€ par coureur pour le 42 Km, 16€ par coureur pour le 27,5 Km, 11€ pour le 12 Km, 6 euros pour le 4,5 Km et 3 euros pour les 2,8 Km et 1,3 Km.** + 3€ le jour de la course

CHEQUE A LIBELLE A L'ORDRE DE « LES AMIS DE MARIGNY »

Aucun remboursement ne sera effectué une fois inscrit ! Sauf absence sur certificat médical. Dans ce cas, inscription gratuite l'année suivante.

A envoyer avant le 17 juillet 2019 à TRAIL DE LA VALLEE DE L'OUCHÉ chez Jean-David LALEVEE 6, Montée de Saint-Jean-de-Bœuf 21410 Saint-Victor-Sur-Ouche

Possibilité d'inscription en ligne sur le site internet : www.le-sportif.com

17 RETRAIT DES DOSSARDS : le samedi 20 juillet de 17h à 20h, salle des fêtes de Saint-Victor-Sur-Ouche ou le lendemain matin avant la course.

18 ASSURANCES

Il est expressément indiqué que les coureurs participent à la compétition sous leur propre et exclusive responsabilité.

Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence.

Il incombe à chaque non licencié d'être assuré personnellement

Les organisateurs sont couverts par une police souscrite auprès de la MAIF

19 DROIT A L'IMAGE

Tout concurrent autorise expressément les organisateurs du « Trail de la Vallée de l'Ouche » ainsi que les partenaires et médias à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles ils pourraient apparaître et ce pour une durée illimitée.

20 DISPOSITIONS DIVERSES

Tout concurrent reconnaît avoir pris connaissance du présent règlement et en accepte toutes les clauses. Il s'engage à ne pas anticiper le départ et à parcourir la distance complète avant de franchir la ligne d'arrivée. Le dossard devra être entièrement lisible durant la course.

En cas d'abandon obligation de rendre son dossard afin d'éviter les recherches inutiles.

Les vélos et engins motorisés sont interdits sur le parcours, hors ceux de l'organisation.

Interdiction de jeter au sol papiers, bouteilles vides, barres énergétiques, etc.

21 ARRET DE LA COURSE

Par souci de sécurité la course sera arrêtée à 16h00

INFORMATIONS : 06.08.48.33.86 – obergesdelouche@yahoo.fr ou www.valleedelouche.com