



Le trail du Dolmen

Règlement des courses du 23 juin 2024

Organisation : Les Godasses Ambazacoises

Toutes les informations et actualités sur le site :

<https://lesgodassesambazacoises.wordpress.com>

Contact François PUIGRENIER : 07 52 60 94 17 - lga87240@gmail.com

IMPORTANT :

- **Les inscriptions se font uniquement sur le site et seront closes le samedi 22 juin 20 heures.**
- **Il ne sera pas pris d'inscriptions le jour de la course**

Une inscription ne sera jugée valable que si le dossier est complet (paiement, certificat médical ou licence reconnus par la FFA). La validité des certificats et licences fournis sera affichée sur le site internet de la plateforme d'inscription. Il appartiendra à chaque inscrit, de s'assurer que le libellé «dossier complet» soit bien présent en face de son nom.

Épreuve et parcours :

3 parcours sont proposés se déroulant en milieu naturel, empruntant des sentiers de randonnée et des portions hors-pistes sur des propriétés privées.

- Chaque course se déroule en une seule étape, à allure libre et un temps limité et donne lieu à un classement.
- Une randonnée est également organisée et ne donne pas lieu à un classement.
- Chronométrage : Chronoweb : A l'aide de puces électroniques récupérées.

Certificats médicaux :

La montée du KAO est réservée aux coureurs aguerris, en très bonne condition physique et aptes à courir seuls pendant plusieurs heures d'affilée sur des sentiers parfois escarpés, et dans des conditions qui peuvent être rendues difficiles par les conditions météorologiques.

Nous rappelons que les mineurs restent sous l'entière responsabilité des parents ou de leurs représentants et doivent fournir une autorisation parentale lors des inscriptions.

Un certificat médical de non contre-indication de la pratique de la course à pied en compétition ou de l'athlétisme en compétition, délivré moins d'un an avant la date de l'épreuve (ou sa photocopie certifiée conforme), ou bien une licence sportive reconnue par la FFA saison 2023-2024 compétition (mentionnant un certificat médical compétition) seront exigés pour participer à l'épreuve lors de l'inscription.

Ci-après un extrait de la réglementation des manifestations running 2022 de la FFA: cf site de la FFA
https://www.athle.fr/asp.net/main.pdf/pdf.aspx?path=/Reglement/Reglementation_Hors- Stade_2023.pdf (page 12)



CERTIFICAT MEDICAL, LICENCE ET QUESTIONNAIRE DE SANTE POUR LES MINEURS

Toute participation à une compétition est soumise à la présentation obligatoire par les participants à l'organisateur :

- d'une licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running délivrée par la FFA, ou d'un « Pass' J'aime Courir » délivré par la FFA et complété par le médecin, en cours de validité à la date de la manifestation. (Attention : les autres licences délivrées par la FFA (Santé, Encadrement et Découverte ne sont pas acceptées),
- ou d'une licence sportive, en cours de validité à la date de la manifestation, sur laquelle doit apparaître, par tous moyens, la non contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition et délivrée par une des fédérations suivantes :
 - o Fédération des clubs de la défense (FCD),
 - o Fédération française du sport adapté (FFSA),
 - o Fédération française handisport (FFH),
 - o Fédération sportive de la police nationale (FSPN),
 - o Fédération sportive des ASPTT,
 - o Fédération sportive et culturelle de France (FSCF),
 - o Fédération sportive et gymnique du travail (FSGT), o Union française des œuvres laïques d'éducation physique (UFOLEP),
- ou pour les majeurs d'un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition ou de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, datant de moins d'un an à la date de la compétition, ou de sa copie. Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la possession du certificat médical
- ou pour les mineurs : le sportif et les personnes exerçant l'autorité parentale renseignent conjointement un questionnaire relatif à son état de santé dont le contenu est précisé par arrêté conjoint du ministre chargé de la santé et du ministre chargé des sports. Les personnes exerçant l'autorité parentale sur le sportif mineur attestent auprès de la fédération que chacune des rubriques du questionnaire donne lieu à une réponse négative. A défaut, elles sont tenues de produire un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de la discipline concernée datant de moins d'un an.

Les dossiers incomplets ne seront pas pris en compte : aucun certificat médical ne sera rendu.

2 - Droit d'inscription :

Le montant de l'inscription (comprenant les frais liés à la gestion en ligne) est :

- La rigoleuse 13 km - 450 D+ : **13 €**
- Les Kaoliniers 23 km 900D+ : **23 €**
- Randonnée allure libre 10 km : **3 €** inscription sur place
- Randonnée allure libre 10 km + repas : **18 €** inscription sur le site
- **Enfants : inscription sur place gratuite**

Ce jour, il y a la possibilité de prendre des repas à réserver et à régler lors de l'inscription.

15 € le repas de produits locaux cuisiné par « Les p'tits Bios d'Ambazac ». Au menu :

- Entrées : Crudités du moment et ou charcuteries de la ferme
- Plats : grillades de bœufs ou de porc de la ferme accompagnées de pommes de terre surprises
- Dessert : buffet de gâteaux fait maison

3 - Parcours et départs : Tous les départs et arrivées sont au stade de La Jonchère.

Barrière horaire sur les Kaoliniers : 10h45 au km 12

- La rigoleuse 13 km - 450 D+ : départ 9h30
- Les Kaoliniers 22.5 km 900D+ : départ 9h00
- Randonnée allure libre 10 km : Départ à 9h15



Les bâtons ne sont pas autorisés sur les trails.

5 - Retrait des dossards :

Le samedi 22 juin 2024 de 14h à 18h à Décathlon Limoges nord, 3 rue Amédée Gordini ou le dimanche matin sur place au stade de La Jonchère de 7h30 à 9h15.

6 - Ravitaillement :

Plusieurs ravitaillements seront proposés (eau, boisson sucrée et nourriture). Il appartiendra cependant à chaque concurrent d'avoir sa propre réserve en barres ou poudres énergétiques lesquelles ne sont pas fournies par l'organisation.

Attention : pour des raisons écologiques (gaspillage de plastique), **il n'y aura pas de gobelets plastiques sur les ravitaillements** (l'eau sera proposée en bidons de 20 l). Il appartient à chaque coureur de porter une éco-tasse ou équivalent pour se ravitailler en liquide. Pas de ravitaillement sur la randonnée.

7 - Balisage :

Le balisage sera assuré avec des panneaux et des rubalises réutilisables et/ou une bombe de marquage dégradable.

Sur les rares portions ouvertes à la circulation, le concurrent devra se conformer au code de la route. Les coureurs **n'ont pas priorité** sur les voitures sur les voies publiques. Des signaleurs seront aux points jugés les plus problématiques.

Des serre files seront présents pour sécuriser la course. Ils assureront également le débalisage systématique au fur et à mesure de leur progression.

8 - Récompenses :

Les récompenses seront attribuées en fonction des recommandations sanitaires du moment. Toutes les informations seront données sur le site du club :

Pour le trail : les Kaoliniers

- 3 premières femmes au scratch
- 3 premiers hommes au scratch
- 1^{ère} femme et 1^{er} homme catégorie de sénior à M2 hors scratch
- 1^{ère} femme et 1^{er} homme catégorie de M3 à M5 hors scratch
- 1^{ère} femme et 1^{er} homme catégorie de M6 à M10 hors scratch

Pour le trail : la rigoleuse

- 3 premières femmes au scratch
- 3 premiers hommes au scratch
- 1^{ère} femme et 1^{er} homme catégorie de sénior à M2 hors scratch
- 1^{ère} femme et 1^{er} homme catégorie de M3 à M5 hors scratch
- 1^{ère} femme et 1^{er} homme catégorie de M6 à M10 hors scratch

9 - Sanitaires, douches :

Des vestiaires avec douches seront à la disposition des concurrents au stade de La Jonchère.

10 - Sécurité, abandon :

N° téléphone urgence : 07 52 60 94 17



La sécurité des compétiteurs est assurée par une équipe de secouristes de la société **UDPS 87**. En cas d'accident d'un concurrent, il est obligatoire que les autres concurrents lui portent secours, et préviennent l'organisation.

Si les conditions météo, l'état physique ou le mauvais comportement d'un concurrent l'exigent, les serre files, l'équipe médicale, et/ou le comité de course ont tout pouvoir pour contraindre un concurrent à l'abandon, ou de l'exclure de la course.

En cas d'abandon, le coureur doit impérativement remettre son dossard à l'arrivée, ou prévenir un poste de contrôle. Si un concurrent ne prévient pas de son abandon, et que l'organisation procède à des recherches, des poursuites judiciaires pourront être engagées à son encontre pour le remboursement des frais occasionnés.

Nous rappelons que les serre files cheminent sur le parcours de sorte qu'ils ne doublent jamais un concurrent. Cela ne veut pas dire qu'ils suivent de près le dernier concurrent. Ils ne sont pas là pour aider tel ou tel, ils sont sur le parcours simplement pour s'assurer que personne n'a de problème en toute fin de peloton. Par ailleurs, si un concurrent fait fausse route en ne suivant pas le balisage, s'il persiste alors qu'il ne voit plus de rubalise, le serre file peut ne pas s'apercevoir de l'erreur du concurrent (à plus forte raison si le concurrent n'était pas à la fin du peloton). Par ce fait le concurrent qui se serait égaré pourra se trouver derrière le serre file s'il revient plus tard sur le parcours, qui sera de plus débaisé ! Ce cas est impossible à résoudre.

Un téléphone portable est très utile dans ce cas-là.

Chaque coureur ou marcheur s'engage à venir en aide à toute personne en danger ou en difficulté et à transmettre le plus rapidement possible les informations nécessaires au PC course ou au signaleur le plus proche.

Il est fortement recommandé de porter une tenue adaptée à la météo du moment et notamment de porter des chaussures de type Trail.

11 - Assurance :

L'épreuve est couverte par une assurance responsabilité civile FFA en ce qui concerne l'organisation et la couverture des organisateurs et des bénévoles. Cette assurance ne couvre pas les risques pour chaque concurrent.

Les organisateurs rappellent aux concurrents l'intérêt qu'ils ont à souscrire une assurance personnelle, couvrant les dommages corporels auxquels leur pratique sportive peut les exposer (article L. 321-4 du code du sport).

12 - Respect du site :

Les parcours empruntent quelques parcelles privées avec des autorisations spécifiques pour cette journée ; il vous est donc demandé de ne pas utiliser ce parcours en dehors du jour de l'épreuve et de ne pas diffuser la trace GPX.

Tous les participants s'engagent au respect de la nature et à ne **rien jeter** sur les parcours en dehors des zones de ravitaillement où des sacs sont prévus à cet effet.

13 - Droit d'image :

Tout participant autorise expressément l'organisation ainsi que les ayants droit tels que les partenaires et médias, à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles il pourrait apparaître,



prise à l'occasion de sa participation à la course « La montée du KAO » sur tous les supports y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires dans le monde entier et pour la durée la plus longue prévue par la loi, les règlements, les traités en vigueur y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée.

14 - Annulation d'une inscription :

Si l'annulation est demandée 2 semaines avant l'épreuve soit avant le 9 juin 2024, l'inscription et les frais de réservation de repas seront remboursés sur (présentation d'un justificatif valable), du montant engagé moins 2 euros de frais.

Si l'annulation est demandée entre le 10 juin et le 17 juin 2024, 50% du montant engagé seront remboursés sur (présentation d'un justificatif valable)

Passé le 17 juin 2024, aucun remboursement ne sera possible car les frais auront été engagés par l'organisation (sécurité, commande des repas et des ravitos, etc...).

L'organisation se réserve le droit de considérer si un certificat est recevable ou non.

15 - Force majeure :

En cas de force majeure, l'organisateur se réserve le droit d'annuler l'épreuve, d'arrêter l'épreuve en cours ou de la modifier.

En cas de force majeure (conditions météorologiques (alerte météorologique orange ou rouge) empêchant la pratique de la course à pied en compétition, catastrophe naturelle (séisme, tempête), catastrophe sanitaire, ou évènement politique majeur (révolution, guerre, attentat)), forçant l'organisateur à annuler l'évènement, aucun remboursement, même partiel, ne pourra être exigé.

En cas de conditions météorologiques entraînant des risques pour les participants, l'organisateur peut arrêter la course. Dans ce cas le coureur arrivant sur un point de ravitaillement ou de contrôle devra suivre les consignes données par les bénévoles et aura l'obligation de les respecter.

Dans le cas du COVID 19, si l'épreuve doit être annulée, le club s'engage à rembourser chaque participant, sauf les frais d'inscriptions pris par la société.

15 - Parking :

Différents lieux de parking seront proposés et fléchés ainsi que dans les rues de la commune en respectant les règles de stationnement du code de la route. Les conducteurs sont priés de ne pas entraver les déplacements des riverains.