

REGLEMENT MARA-TRAIL DE MARNE ET GONDOIRE

ARTICLE 1 : ORGANISATEUR

L'Association « La Piste des Coquelicots » avec le soutien de la Communauté d'Agglomération de MARNE ET GONDOIRE et de l'Office de tourisme

ARTICLE 2 : PROGRAMME

Départ et arrivée : Parc Culturel de Rentilly à Bussy-St-Martin

- **Mara-trail individuel ou par équipe (en relais)**, traversant les communes de Marne et Gondaire.

Les équipes pourront être mixtes sans excéder 9 relayeurs, chaque relayeur pouvant effectuer plusieurs relais.

Inscription (mara-trail individuel) à partir de 20 ans (être né avant le 29/09/2004)

Temps maximum pour terminer l'épreuve : **7h**. Les coureurs seront définitivement arrêtés au cinquième ravitaillement R05-KAYAK (21,5 km) après 12h30.

- **Trail 12 km**

•

Inscription à partir de la catégorie Cadet (être né avant 2008)

- **Courses enfants : 3 courses enfants en fonction des années de naissance**

EVEIL : Distances : 900m ; 16h (nés entre 2015 et 2017)

POUSSINS : 1,5km ; 16h15 (nés entre 2013 et 2014)

BENJAMINS ET MINIMES : 2,6 km ; 16h30 (nés entre 2009 et 2012)

- **Marche d'endurance (Audax) 12 km**

Encadrée par un capitaine de route, la marche d'endurance Audax impose un rythme régulier de 6 km/h. Le principe fondamental est : **“on part ensemble, on revient ensemble”**, en restant groupé du début à la fin.

Principes Clés

Rythme Régulier : Maintenu par le capitaine de route, garantissant une vitesse constante de 6 km/h.

Esprit de Groupe : Tous les participants marchent ensemble, assurant solidarité et soutien mutuel.

Encadrement : Le capitaine de route dirige et veille à la sécurité et à la cohésion du groupe.

- **Rando nature (12 km)**

ARTICLE 3 : RAVITAILLEMENT ET ACCOMPAGNEMENT

Il y aura 9 ravitaillements sur le parcours qui constitueront les points de relais pour les équipes plus 1 à l'arrivée. Un ravitaillement est aussi prévu pour le trail de 12 km, pour la marche d'endurance (Audax) et la rando nature.

Vélos : pour l'accompagnement en course, il ne sera accepté qu'*un seul vélo par*

équipe. Les vélos ne sont pas autorisés aux ravitaillements (réservés aux seuls coureurs)

Dans un souci de préservation de l'environnement, nous ne distribuons plus de gobelets sur la course ; il vous appartient d'amener votre propre contenant.

ARTICLE 4 : RÉCOMPENSES

Médaille et tee-shirts à chaque participant au mara-trail et au trail de 12km.

Coupes et lots pour les 3 premiers hommes et les 3 premières femmes au classement scratch (toutes catégories confondues) pour le mara-trail individuel et le trail.

Coupes pour les premiers hommes et les premières femmes de chaque catégorie pour le mara-trail individuel et le trail.

Coupes pour les 3 premières équipes pour le mara-trail.

Coupe pour la première équipe de chaque challenge : Clubs sportifs, Féminines (équipe entière), Communes, Entreprises et Établissements Publics.

Remise de Récompenses le jour de la course vers 16h30

ARTICLE 5 : INSCRIPTION

- **Tarif individuel Mara-trail 42,195 km : 38€**
- **Équipe : 18€ par équipier**
- **Tarif individuel trail 12km : 18€**
- **Marche d'endurance AUDAX : 5 €**
- **Randonnée nature : 5€**
- **Courses enfants : Gratuites**

L'inscription suppose la connaissance préalable du règlement et de la charte et leur acceptation.

Inscriptions en ligne : jusqu'au 27 septembre 2024 18h
(pas d'inscription sur place pour les équipes). Limité à 100 équipes.

Inscriptions tardives : après le 16 septembre 2024, supplément de 5€ sur toutes les épreuves.

Retrait des dossards et dernières inscriptions en individuel :

La veille (samedi 28 septembre 2024) sur place, Parc de Rentilly de 14h00 à 18h00 ou le matin de la course de 7h00 à 8h30.

Retrait des dossards pour les équipes : **dernier délai le samedi 28 septembre 2024.**

Privilégiez le retrait des dossards le samedi, car il y a du monde le dimanche (dans tous les cas, la course part à 9h00).

Pour le dossard, prévoyez 4 épingles à nourrice par personne.

ARTICLE 6 : CERTIFICAT MÉDICAL

Toutes les inscriptions doivent être accompagnées, soit d'une Licence Sportive FFA pour l'année en cours, soit de l'attestation PPS (Parcours PréventionSanté) de moins de 3 mois.

Pour les enfants, le questionnaire santé peut remplacer le certificat médical excepté si les réponses conduisent à un examen médical. Précision intégrée dans l'autorisation parentale.

ARTICLE 7 : SÉCURITÉ

Sur certaines routes, le parcours restera ouvert à la circulation.

Toutefois, les concurrents seront protégés par des signaleurs disposés à chaque carrefour. Il est rappelé que les coureurs ne sont pas prioritaires sur les circulations routières et qu'ils doivent emprunter les trottoirs dès qu'ils existent.

ARTICLE 8 : MÉDICAL

Une antenne médicale sera sur place pendant le déroulement de la course.

Elle se réserve le droit à tout moment de décider la mise hors course de tout concurrent pour raison médicale.

ARTICLE 9 : COMMUNICATION

L'inscription implique l'autorisation donnée à l'association d'utiliser les photos de la course dans le cadre uniquement de ses actions de communication en rapport avec cette manifestation sportive et/ou lors du reportage réalisé. Cette autorisation concerne également la publication des résultats et la communication associée.

L'association est seule destinataire des informations nominatives communiquées lors de l'inscription. Conformément à la loi Informatique et Liberté du 6 janvier 1978, chaque participant a le droit d'accès et de rectification des informations personnelles le concernant. Il suffit pour cela de contacter l'association par écrit (mail ou lettre) et de s'assurer de la bonne réception de la demande.