

REGLEMENT TRAIL DE LA VALLEE DE L'OUICHE 2024

1 PARCOURS

Course nature **chronométrée pour 4 parcours**, un mesurant **42 km** avec 2000 m de dénivelé, un deuxième mesurant **28 km** avec 1450 m de dénivelé environ, un troisième mesurant **12 Km** avec 400 m de dénivelé, le quatrième mesurant **7,5 km** avec 130 m de dénivelé positif **réservé aux jeunes (avec autorisation parentale) et aux débutants**. Deux parcours pour les jeunes complètent le programme. Le 12 Km est également ouvert aux **QUADRIX**

LES CABOTTES 42 km d+2000m

LA VELUZE 28 km d+1450m

LA POURRIE 12 km d+400m

LA POURRIE Nordique 12 km d+400m

LA TEBSIMA 7,5 km d+250m

LA MARIGNY 2,8 km d+60m

Seuls « La Pourrie » et « La Veluze » comptent pour le challenge des Trails Ouche & Montagne.

Les parcours seront fléchés à l'aide de panneaux directionnels et de rubalises,

2 DATES & HORAIRES **ACCUEIL : le samedi 20 juillet** : de 17h à 20h, salle des fêtes de Saint-Victor-Sur-Ouche

Le dimanche 21 juillet : à partir de 6h15 pour le 42 Km puis 8h pour les autres parcours

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

- à **7h** pour le **42 Km**.

- à **9h** pour le **28 Km**.

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

- à **10h15** pour le **7,5 Km** puis courses jeunes

3 ARRIVEE : à proximité de l'accueil.

4 POSTES DE RAVITAILLEMENT : 4 ravitos + 3 point d'eau sur le 42 Km, 3 ravitos + 2 point d'eau sur le 28 Km et 1 point d'eau sur le 12 Km ainsi qu'à l'arrivée (solide et liquide) pour l'ensemble des parcours.



Pas de gobelet jetable sur le parcours
Chaque participant doit faire en sorte d'en avoir un sur lui.

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

Pour le 42 Km et le 28 Km, il est obligatoire de prendre au minimum 1,5 L d'eau sur soi ainsi qu'une couverture de survie et un téléphone portable chargé.

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 2006 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 28 et le 42 Km.

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

2013 et 2014	Poussin	PO	1500m max
2011 et 2012	Benjamin	BE	3000m max avec dénivelé
2009 et 2010	Minime	MI	5000m max avec dénivelé
2007 et 2008	Cadet	CA	15 km max avec dénivelé
2005 et 2006	Junior	JU	25 km max avec dénivelé
1945 à 2004	Espoir à Master 11	ES à M11	Illimitée

8 CERTIFICAT MEDICAL : Les non licenciés à la FFA doivent remplir obligatoirement le Parcours Prévention Santé (PPS) qui remplace le certificat médical pour les coureurs non licenciés FFA.

Se connecter sur le site PPS : <https://pps.athle.fr>. Indiquer ses coordonnées.

Visionner 3 petites vidéos et confirmer. L'attestation PPS arrive par mail.

Celle-ci-ci est valable 3 mois. Inscription à la course avec le numéro PPS qui est valable 3 mois.



9 SECURITE : Le coureur s'engage à n'emprunter que le parcours balisé. Des signaleurs seront présents pour assurer la sécurité aux points sensibles.

Sur les parties du parcours empruntant la voie publique, chaque participant devra se conformer au code de la route et ne sera en aucun cas prioritaire sur un véhicule.

L'organisation se réserve le droit de modifier à tout moment le parcours.

10 RESULTATS : ils seront disponibles sur le site dès le soir ou le lendemain www.traildelavalleedelouche.fr

11 RECOMPENSES : A partir de 14h sur l'aire d'arrivée. Podiums scratch + 1er par catégorie pour les distances de 12 à 42 Km.

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

13 RESPONSABILITE : Les organisateurs du 14ème TRAIL DE LA VALLEE DE L'OUICHE déclinent toute responsabilité en cas de vols ou de détériorations qui pourraient se produire lors de cette manifestation sportive.

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

15 ENGAGEMENT : rédigé individuellement sur le bulletin d'inscription accompagné de la somme de **28€ par coureur pour le 42 Km, 21€ par coureur pour le 28 Km, 14€ pour le 12 Km, 10 euros pour le 7,5 Km et 3 euros pour les 2,8 Km et 1,3 Km.** Inscription le jour de la course ; + 5euros

1 € par coureur sur les distances 12, 28 et 42 Km sera reversé à l'Association « Partage Les enfants du monde »

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.

Inscription en ligne sur le site internet : www.le-sportif.com

Bulletin papier à envoyer avant le 18 juillet 2024 à TRAIL DE LA VALLEE DE L'OUICHE

1, rue des 2 Ponts - 21410 Saint-Victor-Sur-Ouche

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 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.

17 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

18 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.

19 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.

Les concurrents de la Marche Nordique doivent respecter les règles spécifiques à la discipline. Il n'y a pas de juges arbitres. Les concurrents sont en auto-discipline.

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.

20 ARRET DE LA COURSE

Par souci de sécurité la course sera arrêtée à 16h00

INFORMATIONS : 06.08.48.33.86 – contact@traildelevalleedelouche.fr ou www.traildelavalleedelouche.fr