

REGLEMENT TRAIL DU PRE DE CINQ SOUS EDITION 2025

- 1) L'association « HOUSTON TRAIL » organise dimanche 28 septembre 2025 des courses à pied essentiellement sur des chemins des communes d'Hostun, de la Baume d'Hostun, de St Nazaire-en-Royans et Rochechinard et de Beauregard Baret :

30 km et 30 km relais - 1800 m de dénivelé positif d'espoir à vétéran, départ 8h (30 km et 30 km relais limité à 200 coureurs en tout)

12 km et 12 km duo - 700 m de dénivelé positif de junior à vétéran, départ 9h (12 km et 12 km duo limité à 200 coureurs en tout)

Le règlement de la FFA nous impose des distances maximums en fonction des catégories d'âge.

- 2) L'épreuve est ouverte aux licenciés FFA. Tout athlète non licencié FFA , devra fournir un PPS (parcours prévention santé) à compléter sur internet ou un certificat médical de non-contre indication de la pratique de la course à pied en compétition, **datant de moins d'un an à la date de la course . Attention aucun certificat médical ou PPS fourni lors de l'inscription ne sera récupérable, pensez à faire des photocopies !**
Pour les mineurs une autorisation parentale est nécessaire.
- 3) Dotation en lots et produit régionaux.
- 4) **Inscriptions et paiement en ligne via le site internet <http://trailhostun.fr> UNIQUEMENT jusqu'au samedi 27 septembre 2025 à 12h.** Les dossards seront à récupérer le dimanche matin avant la course, à partir de 7h00.
- 5) Tarifs d'inscription :
- | | |
|---------------------|--------------------|
| 30 km | 20 € |
| 30 km relais | 30 € pour l'équipe |
| 12 km | 13 € |
| 12 km duo | 24 € pour l'équipe |
- 6) Une assistance médicale sera assurée sur les parcours. **BARRIÈRE HORAIRE fixée à 10h au ravitaillement de Rochechinard (km 10) et fixée à 12h au ravitaillement de l'Antenne de Musan (km 20) sur le 30 km.**
- 7) Un ravitaillement est prévu sur le parcours 12Km et trois sur le 30Km. Le port d'une réserve d'eau est fortement conseillé sur le 12 Km et obligatoire sur le 30 Km.
- 8) Matériel de sécurité imposé aux concurrents du 30km : **téléphone portable, couverture de survie, sifflet, vêtement imperméable et coupe-vent.** Les bâtons sont autorisés.
- 9) En cas d'intempéries ou de restrictions sanitaires, les organisateurs se réservent le droit de modifier les itinéraires, l'horaire ou d'annuler l'événement dans un souci de sécurité.
- 10) Toute personne inscrite qui ne se présente pas à la course doit téléphoner.
- 11) Toute demande d'annulation et remboursement par le participant ne sera prise en compte qu'avec certificat médical.
- 12) Les organisateurs (adhérents ou sympathisants) sont couverts par une assurance responsabilité civile. Les coureurs participent à cette épreuve sous leur responsabilité et renoncent à faire valoir leurs droits à l'égard des organisateurs, quel que soit le dommage subi.
- 13) Droit à l'image : les concurrents, de par leur participation à ce trail, autorisent les organisateurs ainsi que les ayants droits, tel que les médias et partenaires, à exploiter les images et vidéos sur lesquelles ils pourraient apparaître.
- 14) Chaque concurrent s'engage à respecter le code de la route en donnant priorité à tout véhicule en circulation sur les parcours.