



REGLEMENT / Le Sentier des Ours Lundi 15 août 2022 Autrans / Autrans-Méaudre en Vercors

1/ ORGANISATION :

Ce trail est organisé par la Foulée Blanche en collaboration avec l'Office de Tourisme Intercommunal du Vercors, dans le village d'Autrans.

2/ LOCALISATION :

- Autrans est située au cœur du Vercors à 35 km de Grenoble, 76 km de Valence et 98 km de Chambéry.

- Le départ et l'arrivée des courses se feront rue du Vercors, au centre du village.

- L'accueil, le ravito d'arrivée et la remise des prix se feront sur la place de la Fontaine, rue du Vercors.

3/ PARCOURS :

13 km, +/- 350m D+

- Départ à 9h30 (se présenter 15 minutes avant le départ)

- 1 ravitaillement complet à mi-parcours + 1 à l'arrivée

- Ouvert aux coureurs nés en 2004 et avant.

23 km +/- 730m D+

- Départ à 9h00 (se présenter 15 minutes avant le départ)

- 1 ravitaillement complet (les coureurs pourront s'arrêter 2 fois sur ce ravito car le parcours fait un « 8 ») + 1 à l'arrivée

- Ouvert aux coureurs nés en 2002 et avant

800 m, 1.6km et 2.4km Course à obstacles

- Départ à 13h (se présenter 15 minutes avant le départ)

- 1 ravitaillement

- Ouvert à tous. Solo ou duo enfant/parent. 800m de 7 à 9ans, 1.6km de 10 à 12 ans et 2.4km de 13 à 15 ans.

L'organisation attire l'attention des coureurs sur 3 points :

- Les horaires de départ : au moment où nous rédigeons le règlement du trail le Sentier des Ours, nous ne savons pas quels types de départ privilégier. Mass start ou vagues ? Nous déterminerons le moment venu, et dans l'optique de répondre au mieux aux exigences sanitaires, si des départs par vague sont nécessaires. Nous tacherons de vous en informer dès que possible.
- L'utilisation des montres connectées : selon les systèmes et les réglages utilisés, les tracés pourront donner des résultats très différents. De plus, les parcours sont susceptibles de changer en fonction des conditions climatiques ou pour des raisons techniques.
- Les propriétés privées : les parcours proposés pour le Sentier des Ours vous feront passer sur des propriétés privées ou des zones sensibles par endroit. Des autorisations ont été demandées aux propriétaires afin de pouvoir vous y faire passer sans problème. Ces autorisations sont uniquement valables pour le trail du 15/08/22. Nous comptons donc sur vous, pour ne pas vous rendre sur ces zones dites privées ou sensibles en dehors de cette date.

4/ CONDITIONS D'ADMISSION :

Les concurrents licenciés :

- Devront présenter **une des licences** autorisées dans le règlement des courses hors stade de la FFA :
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.
/!\ Les autres licences délivrées par la FFA (Santé, Encadrement et Découverte ne sont pas acceptées)
- Sont acceptés les **licences sportives**, en cours de validité à la date de la manifestation, **sur laquelle doit apparaître, par tous les 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 :
 - Fédération des clubs de défense, Fédération française du sport adapté, Fédération française handisport, Fédération sportive de la police nationale, Fédération sportive des ASPTT, Fédération sportive et culturelle de France, Fédération sportive et gymnastique du travail, Union française des œuvres laïques d'éducation physique
 - /!\ Fédération française de Triathlon n'est pas acceptée.

Les concurrents non-licenciés :

- Devront obligatoirement fournir un **certificat médical de non contre-indication à la pratique du sport en compétition ou de la course à pied en compétition ou de l'athlétisme en compétition** de moins d'un an. Ce certificat sera conservé par les organisateurs.

Les mineurs :

- Devront fournir une autorisation parentale pour unique justificatif. Pour se faire, lors de votre inscription en ligne, il vous suffit de cocher la case « j'autorise mon enfant à participer au Sentier des Ours ». Le parcours enfant n'étant pas compétitif, il n'est pas utile de fournir un certificat médical.
 - Compétitions ouvertes à toutes personnes, hommes et femmes âgées de plus de 18 ans pour le 13 km et de plus de 20 ans pour 23 km licenciée ou non. Réglementation FFA en vigueur.
 - Les inscriptions pour le Sentier des ours ne seront définitivement enregistrées par internet, qu'après téléchargement de la licence ou du certificat médical, de l'autorisation parentale pour les mineurs et de l'acquittement des frais d'inscription.

5/ INSCRIPTIONS ET TARIFS :

Les inscriptions s'effectueront uniquement par internet.

- Site : www.lafouleeblanche.com, paiement en ligne (frais de gestion à ajouter au tarif)

Tarif unique :

- **Sentier des Ours 23 km : 15 € / + 2€ de majoration à partir du 12 août 2022**
- **Sentier des Ours 13 km : 12 € / + 2€ de majoration à partir du 12 août 2022**
- **Course à obstacle 800 m, 1.6 km, 2.4 km : 6€ solo / 10€ duo (parent/enfant) + 2€ de majoration à partir du 12 août 2022**

La date limite d'inscription est fixée **au 14 août à 12h00**

- Pas d'inscription sur place le jour J
- -Toute inscription est ferme et définitive, aucun transfert d'inscription n'est autorisé (aucun remboursement sauf sur présentation d'un certificat médical)
- Vous pourrez vérifier l'état de votre inscription en vous rendant sur notre site internet rubrique : Les inscrits

6/ EQUIPEMENT CONSEILLE :

- Une réserve d'eau 1 litre minimum
- Une réserve alimentaire
- Un téléphone chargé avec N° du PC course enregistré
- Veillez à adopter votre équipement aux conditions météorologiques.
- L'utilisation des bâtons est autorisée.

7/ RETRAIT DES DOSSARDS :

Remise des dossards à la maison des sports (départ des pistes nordique) :

- **Dimanche 14 août de 16h à 19h**

Remise des dossards sur la place de la Fontaine :

- **Lundi 15 août 7h30 à 9h**

- Les dossards doivent être entièrement visibles, à l'avant et tout au long de la course.
- **Les dossards sont équipés de puces électroniques**, permettant votre classement à l'issue de la course. **Celles-ci doivent nous être retournées impérativement après votre passage sur la ligne d'arrivée.** Sans quoi, nous nous réservons le droit de vous **refacturer toute puce manquante** (5 €)

8/ DOTATION :

Cadeau souvenir offert à tous les coureurs au moment du retrait du dossard.

9/ REMISE DES PRIX :

Remise des prix sous forme de lots* à partir de 12h30.

⇒ 13km et 23km, seront récompensés

- Les 3 premiers hommes et dames au classement scratch
- Les 3 premiers hommes et dames selon les tranches d'âges suivantes
 - ❖ - de 30 ans
 - ❖ 30 à 45 ans
 - ❖ + de 45 ans
- Toute absence des 3 premiers hommes et dames au moment de la remise des prix, verront leur lot* remis en jeu pour un tirage au sort.
- Les prix ne seront remis qu'aux personnes présentes.

**les lots proviennent à 80% de donation des commerçants de la commune, le reste est donné par nos partenaires.*

10/ RESULTATS :

-Les résultats seront affichés au fur et à mesure des arrivées.

-Les participants seront classés selon le classement de notre remise des prix et selon le classement officiel de la FFA (JU, ES, SE, MA, M0, M1 M2 M3...M14)

-Toute réclamation, contestation concernant le classement devra se faire dans les 2h qui suivent l'affichage des résultats.

11/ DEVELOPPEMENT DURABLE :

Depuis le 1^{er} janvier 2020, **les produits en plastique à usage unique sont interdits.**

- Autrement dit, il n'y aura **pas de gobelet sur les ravitaillements**. Nous vous invitons à **prendre votre propre gourde/gobelet** ou à **payer 1€ supplémentaire** lors du retrait de votre dossard pour que **nous vous fournissions un gobelet réutilisable**. Possibilité en fin de course de vous faire rembourser ces 1€ en nous retournant le gobelet.
- **Pas de vaisselles et couverts à usage unique.**
- **Aucun aliment emballé individuellement sur les ravitaillements !** Nous proposerons des aliments préalablement achetés en vrac ou à minima avec le moins d'emballages possible (qui seront ensuite triés).
- **Réduction au maximum des bouteilles en plastique** pour les boissons proposées. L'eau du robinet est la seule option envisagée cette année. Elle sera distribuée à l'aide de jerricanes.

- Sur les parcours, il est **strictement interdit d'abandonner quelques déchets que ce soit** (papiers, plastiques, gels, dossards...). Des poubelles seront positionnées à chaque ravitaillement à cet effet.

12/ SECURITE, SECOURS :

Des postes de secours sont implantés sur divers points du parcours. Ces postes sont en liaison radio avec le PC course. Les postes de secours sont destinés à porter assistance à tout concurrent en difficulté. Les secouristes sont habilités à retirer le dossard et mettre hors course tout concurrent inapte à continuer l'épreuve.

Il appartient à un concurrent en difficulté ou blessé de faire appel aux secours :

- En se présentant à un poste de secours
- En appelant le PC course
- En demandant à un autre coureur de prévenir les secours

- Il appartient à chaque concurrent de porter assistance à toute personne en danger et de prévenir les secours.

Barrières horaires

Afin que chacun court en toute sécurité, 2 barrières horaires sont mises en place sur le parcours des 23 km :

Barrière 1

Les coureurs passant 1h30 après le départ au premier poste de ravitaillement au lieu-dit « les Civières », soit au 5ème km seront stoppés par l'organisation.

Barrière 2

Les coureurs passant 3h00 après le départ au second poste de ravitaillement au lieu-dit « les Civières », soit environ au 15ème km seront stoppés par l'organisation.

Les barrières horaires sont déterminées avant la course mais pourront être adaptées à tout moment en fonction des conditions climatiques.

13/ ABANDON :

En cas d'abandon, les concurrents doivent avertir le point de contrôle le plus proche ou un signaleur et **IMPÉRATIVEMENT remettre leur dossard au PC course** afin d'éviter les recherches inutiles.

14/ SANITAIRES :

Des toilettes sont à dispositions sur la place du village et au gymnase ainsi que des douches pour les coureurs, qui seront signalés par des panneaux.

15/ INFORMATIONS IMPORTANTES :

La présence d'un suiveur en VTT ou engin motorisé est strictement interdite.

Un concurrent sera mis hors course en cas :

- Absence de dossard
- Non-respect du règlement
- Dégradation du site, jets de détritrus
- Non-respect du balisage de la course, interdiction de couper un sentier
- Non passage aux postes de contrôle
- Non-respect des consignes données par un signaleur

16/ METEO – CAS DE FORCE MAJEURE :

- En cas de conditions météorologiques défavorables et/ou pour des raisons de sécurité, l'organisation se réserve le droit de modifier le parcours ou d'arrêter l'épreuve en cours.
- Si l'épreuve est annulée pour cas de force majeure ou pour motif indépendant de la volonté de l'organisation, les concurrents ne pourront pas prétendre à un remboursement, même partiel.

18/ ASSURANCE :

- Les organisateurs ont souscrit une assurance en responsabilité civil auprès de la Maif pour couvrir sa propre responsabilité civile, conformément à la loi.
- Il incombe à chaque concurrent de souscrire une assurance personnelle ou individuelle Accidents.
- Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence.
- L'organisation se dégage de toutes responsabilités en cas de vol, défaillance ou accident.

19/ DROIT À L'IMAGE :

Vous autorisez expressément, en votre qualité de participant ou de représentant légal du participant, les organisateurs ainsi que les ayants droits, à utiliser les images sur lesquelles vous pourriez apparaître, vous et votre enfant mineur, prise lors de votre participation au Sentier des Ours et ce pour une durée de 10 ans.