

REGLEMENT TRAIL ET COURSES DES CASCADES



Article 1 – Organisation : Le club AVENIR DE MORTAIN et le CLAR,

Organisent le 19 Juin 2021 le « Défi des CASCADES » dans le but de promouvoir le sport, et notamment la course à pied. Mais également la région de la Basse-Normandie en faisant découvrir son patrimoine naturel. Ces courses seront organisées sous l'égide de la FFA.

Article 2 – Définition de l'épreuve :

Le Défi des Cascades est un ensemble de courses nature et hors stade au départ/arrivée du stade de Romagny, qui emprunte principalement des sentiers et des routes communales sur la commune de Romagny, Le Neubourg et également Mortain. Ces courses permettent à tous de courir : aux enfants grâce à des parcours découverte, aux adolescents et adultes s'initiant à la course à pied ou davantage initiés avec les Trails. Les parcours sont intégralement balisés, l'utilisation de carte n'est pas nécessaire. Chaque course se déroule en une seule étape et impose aux concurrents une certaine prise en charge d'eux-mêmes (semi-autonomie).

Les concurrents doivent : respecter l'environnement traversé, pointer à tous les postes de contrôle, *signaler leur abandon ou tout arrêt prolongé à l'organisation*, porter le dossard devant et bien visible durant toute l'épreuve, suivre strictement le parcours, se soumettre aux contrôles anti-dopage, aider un autre coureur en difficulté.

Article 3 - Conditions d'admission des concurrents :

Fournir obligatoirement un certificat (original) de non contre-indication du sport ou course à pied en compétition daté de moins de 1 an au jour du départ de la course choisie ou une photocopie de la licence en cours de validité (licence FFA ou reconnue par la fédération). Valable aussi pour les enfants. Les certificats médicaux présentés via un téléphone portable sont interdits par la FFA.

Article 4 – Inscriptions :

Les inscriptions se font prioritairement en ligne via le site www.klikego.com jusqu'au 18 Juin 2021 à 22h. Ou par défaut, sur bulletin à retourner à l'adresse suivante (tout dossier incomplet ne sera pas pris en compte : Bulletin complété, copie de la licence ou certificat médical portant la mention de non contre-indication du sport ou course à pied en compétition ou de certaines licence, liste sur site officiel FFA, charte du coureur signé et le règlement de la participation à l'ordre de Avenir Athlétisme de Mortain) :

Frédéric SALETTES - 2, Impasse de la Tantonnière – ROMAGNY - 50140 ROMAGNY-FONTEANY ou

Annick SAIVES - 11 la Bouteillière – ROMAGNY - 50140 ROMAGNY-FONTENAY

Aucune inscription ne sera enregistrée sur place.

Course du 19 Juin 2021 : Retrait des dossards à partir de 9H00 le matin (**pas d'inscription sur place, sauf pour les courses enfants 400,800 et 1200 m**). Départ de la première course à 11H00 (départ groupé), les autres courses s'enchaîneront. Chaque dossard n'est pas cessible à une autre personne que celle qui s'est inscrite nominativement.

Randonnée du 20 Juin 2021 : Inscription sur place possible, Départ à 09h30 au stade de Romagny. Clôture des inscriptions à 9h15.

Article 5 – Assistance et Ravitaillement :

Le principe de cette course est l'autosuffisance alimentaire et matérielle. 3 ravitaillements en eau et fruits auront lieu sur le trail de 32 km, 2 sur le 15 km, puis à l'arrivée des autres courses, au stade (eau et solide en distribution individuelle pour limiter les manipulations). Aucune assistance extérieure à l'organisation n'est autorisée, tout au long du parcours. Aucun ravitaillement n'est autorisé en dehors de ceux mis en place par l'organisation (et des vivres que chacun emporte avec lui). Toute infraction à ces règles fera l'objet d'une disqualification.

Article 6 – Catégories par course – Classements :

Les catégories d'âge donneront lieu à un classement séparé dans les différentes épreuves :

- Enfants (moins de 7 ans)	(2015 et après) :	course de 400m
- Eveil (7 à 9 ans)	(2012-2014) :	course de 800 m
- Poussin (10 à 11 ans)	(2010-2011) :	course de 1200 m
- Enfants à partir de 12 ans inclus (nés entre 2006 et 2009) et adultes :		course de 3 km en parcours trail
- Cadet (16 à 17 ans)	(2004-2005) :	15km (solo ou duo pour le 15km)
- Junior (18 à 19 ans)	(2002-2003) :	15km (solo ou duo pour le 15km)
- Espoir (20 à 22 ans)	(1999-2001) :	15 et 32km (solo ou duo pour le 15km)
- Sénior (23 à 34 ans)	(1987-1998) :	15 et 32km (solo ou duo pour le 15km)
- Masters (plus de 35 ans)	(1986 et avant) :	15 et 32km (solo ou duo pour le 15km)

Récompenses :

Aux 3 premiers enfants, 3 premiers Hommes et Femmes ou duos de chaque course, ainsi qu'au premier de chaque catégorie non représentée dans le Top 3 (les catégories séniors et MO seront regroupées et les autres catégories masters seront regroupées ensemble). Aucune prime ne sera distribuée. Un lot sera remis à chaque participant.

Pour la course découverte trail de 3 km, seront récompensés les 3 premiers de chaque catégories benjamins et minimes (2006-2009). Aucune récompense pour les adultes sur cette épreuve.

Article 7 – Abandon et barrières horaires :

En cas d'abandon, le concurrent doit obligatoirement prévenir le responsable du poste de contrôle le plus proche et lui remettre son dossard.

Les coureurs arrivant au 1^{er} ravitaillement plus d'1h30 après le départ ou bien au 2^{ème} ravitaillement plus de 2h30 après le départ, se verront arrêter et retirer leur dossard. Ils ne feront plus partie du classement ; ils pourront finir le parcours mais ne seront plus sous la responsabilité des organisateurs et auront l'interdiction de franchir la ligne d'arrivée.

Article 8 – Sécurité et Assistance :

Elle sera assurée par un réseau de postes de signaleurs. Une équipe médicale sera présente pendant toute la durée de l'épreuve, mais elle ne saurait remplacer la vigilance et la responsabilité personnelle des participants et des membres de l'organisation.

Article 9 – Assurance / responsabilité :

L'épreuve est couverte par une assurance responsabilité civile souscrite par les organisateurs. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence et il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement. Il est expressément indiqué que les coureurs participent à la compétition sous leur propre et exclusive responsabilité. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident ou de défaillance consécutifs à un mauvais état de santé. La responsabilité de l'Association sera dérogée dès le retrait du dossard pour abandon, pour disqualification (pointage tardif, dégradation ou non-respect du milieu naturel), ou sur décision du Directeur de la Course.

Article 10 – Réclamations / Jury :

Elles seront recevables par écrit dans les 30 minutes après l'affichage des résultats provisoires. Les décisions sont sans appel.

Article 11 – Parcours :

En cas de mauvaises conditions météorologiques, et pour des raisons de sécurité, l'organisation se réserve le droit de modifier le parcours, d'arrêter l'épreuve en cours, de raccourcir le parcours.

Par respect pour les propriétaires qui nous ouvrent leurs portes, les coureurs s'engagent à ne pas reconnaître seuls les parcours dans leur intégralité et donc à pénétrer sur les terrains privés sans accords, avant et après la course elle-même.

Article 12 – Conditions Générales :

Tous les concurrents du Trail et des courses des Cascades s'engagent à respecter ce règlement par le seul fait de leur inscription et dégagent la responsabilité des organisateurs pour tout incident ou accident pouvant survenir avant, pendant, ou après l'épreuve découlant du non-respect de ces règlements. Les concurrents s'engagent à accepter sans conditions leurs prises de vues ou de son, ainsi que l'exploitation de celles-ci à titre informatif, publicitaire ou promotionnel. Toute personne qui ne souhaiterait pas voir apparaître son nom dans les résultats doit le signaler avant la course à la FFA sur le site cil@athle.fr. Chaque concurrent se doit d'évoluer en respectant le milieu naturel et humain.

En s'inscrivant, tout coureur certifie avoir pris connaissance de ce règlement.

Les engagements environnementaux du comité organisateur :

12.1 - Le respect de la charte du Trailer :

Prendre conscience que le milieu naturel que vous traversez est basé sur un équilibre écologique fragile. Respecter la faune et la flore : ne pas jeter bouteilles et autres sachets de barres énergétiques usagés sur le sol et ne pas crier intempestivement. Respecter le balisage, seul garant de votre bonne orientation. Profiter des superbes paysages. Respecter les zones autorisées au public. Penser que si l'accès à certains sites est interdit, c'est pour des raisons de sécurité évidentes. Regroupez-vous pour former des voitures complètes : le trafic sera d'autant moins dense sur les sites autorisés. Les contrôleurs qui seront témoins de telles irrégularités auront pour mission de mettre hors course tous les coureurs qui ne respecteront pas ces points essentiels du règlement. Ils garantissent en effet l'éthique et l'esprit de la course de Trail.

12.2 - Un comité organisateur prévoyant :

Des parcours qui respectent l'environnement. Un nettoyage des parcours à la fin de la course. Une restauration rapide (sandwiches saucisses, frites, boissons...) sera disponible sur place à midi le 19 Juin 2021.

12.3 - charte du coureur – engagement Post covid-19

Lors de l'inscription en ligne, tous les participants doivent lire et signer la charte du coureur – engagement post covid-19 (signature prioritairement électronique ou manuscrite à défaut). Et nous demandons à chaque coureur de bien vouloir respecter strictement le règlement de la course, ainsi que les mesures mises en place par l'organisation afin de minimiser les risques sanitaires. Les coureurs devront porter un masque sur la ligne de départ et pendant les 400 premiers mètres. Ils devront conserver le masque sur eux pour le remettre une fois sur la ligne franchie. Les coureurs garderont une distance de sécurité entre eux après l'arrivée et le temps de récupérer le sac de ravitaillement.

L'équipe de l'Avenir de Mortain Athlétisme.