



RÈGLEMENT



Trail des Coteaux de Pamiers

Dimanche 25 février 2024 – Pamiers (09)

ARTICLE 1 – Organisation

L'association des coureurs de Pamiers (AC Pamiers) organise le 25 février 2024 le trail des coteaux de Pamiers.

Adresse: Maison des Associations, 7 rue Saint Vincent 09100 Pamiers

ARTICLE 2 – Définition de l'épreuve

Le Trail des Coteaux de Pamiers est une épreuve de course à pied ou de marche en pleine nature, empruntant des sentiers, des chemins (plus ou moins escarpés) et un peu de route.

Trois formats sont proposées :

- **Le « GRANDAS »** course sur une distance de 29 km et 920 m de dénivelé positif.

Le départ est fixé à 9h00 au complexe sportif « Balussou » de Pamiers.

- **Le « PITCHOUN »** course sur une distance de 11 km et 300 m de dénivelé positif.

Le départ est fixé à 9h30 au complexe sportif « Balussou » de Pamiers.

- **La randonnée « CAMINO »** marche sur une distance de 11km et 300 m de dénivelé positif.

Le parcours de la « Camino » sera identique à celui du « Pitchoun »

Le départ est fixé à 9h45 au complexe sportif « Balussou » de Pamiers.

ARTICLE 3 – Déroulement et conditions de participation

Le « PITCHOUN » (11km) et la randonnée « CAMINO » se déroulent à allure libre, temps limité uniquement sur le Le « GRANDAS » (29km) en 5 heures maximum.

Elles sont ouvertes :

- aux catégories Master, Senior, Espoir sur le « GRANDAS » de 29km
 - aux catégories Master, Senior, Espoir, Junior et Cadet sur le « PITCHOUN » de 11 km.
- Pour les mineurs, une autorisation parentale sera demandée.

-Pour la randonnée « CAMINO » : pas de condition requise pour participer.

Licence et certificat médical : La course est ouverte aux licenciés ou non licenciés.

- **Pour les licenciés :** présentation obligatoire de la licence sportive ou photocopie portant l'attestation de la délivrance d'un certificat médical mentionnant l'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition ou de la course à pied en compétition et délivrée par une des fédérations suivantes:

*Fédération des clubs de la défense (FCD)

- *Fédération française du sport adaptée (FFSA)
- *Fédération française française handisport (FFH)
- *Fédération sportive de la police national (FSPN)
- *Fédération sportive des ASPTT
- *Fédération sportive et culturelle de France (FSCF)
- *Fédération sportive et gymnique du travail (FSGT)
- *Union française des oeuvres laïques d'éducation physique (UFOLEP)

- **Pour les non licenciés** : certificat médical (ou photocopie) obligatoire datant de moins d'un an à la date du jour de la course avec la mention « ne présente aucune contre-indication à la pratique de l'athlétisme ou de la course à pied en compétition ». Doit être téléchargé par le coureur directement depuis le site en ligne , avant le paiement de son inscription ou transmis toujours via le site en ligne au plus tard le 22 Février à 12h.

L'organisation conservera , selon le cas, la trace de la licence présentée (numéro et fédération de délivrance) , l'original ou la copie du certificat pour la durée du délai de prescription (10 ans).

Il est rappelé que l'usage ou la fabrication d' un faux certificat médical est lié au délit de faux et usage de faux. Cette situation est donc passible de poursuites judiciaires et désengage la responsabilité des organisateurs face aux actes de cette personne. En cas d'accident, l'ensemble des frais engagés ne seront pas pris en charge par l'assurance souscrite par l'organisation mais bien par la personne qui à fraudé.

PASS SANITAIRE : Il sera demandé si ce dernier est en vigueur au 25/02/2024.

Aucun dossard ne sera délivré sans ces documents. L'enregistrement de l'inscription sera pris en compte uniquement si le bulletin est dûment rempli et accompagné des pièces obligatoires.

ARTICLE 4 – Inscriptions

Le nombre de participants est limité à 200 concurrents sur le parcours du grandas 29 km et à 300 concurrents sur le parcours du pitchoun de 11 km.

Pas de limite du nombre de personnes sur la randonnée.

Droits d'inscription :

Trail « GRANDAS » 29km : 15 €

Trail « PITCHOUN » 11 km : 8 €

Randonnée 11 km : 6 €

Tarifs comprenant l'organisation, la sécurité, les ravitaillements, une boisson à l'arrivée.

Les inscriptions

- **Inscription par internet jusqu'au vendredi 23 février 2024 à 23h59**. A l'aide de notre partenaire MIDI RUN

Accompagnée des documents suivants téléchargés sur le site d'inscription: licence ou certificat médical valable à cette date.

- **Inscription sur place, le jour même de la course, dans la limite des dossards disponibles.**

Pour les 2 trails et la randonnée, à partir de 7H00 le jour de la course jusqu'à 30 mn avant chaque épreuve, dans la limite du nombre de concurrents prévus : 200 concurrents sur le « GRANDAS » 29km et 300 concurrents sur le « PITCHOUN » 11km.

Le dossier d'inscription devra contenir la fiche d'inscription dûment remplie (téléchargeable sur le site internet acpamiers.com).

Accompagné des documents suivants: la photocopie de la licence ou le certificat médical ou sa photocopie (le cas échéant), ainsi qu'un chèque du montant de l'engagement à l'ordre de "AC Pamiers"

Aucune inscription ne sera prise en compte si un de ces documents devait être absent au dossier ou si l'un d'entre eux ne satisfaisait pas les conditions fixées.

Les frais de dossier liés à l'inscription par internet facturés par notre partenaire MIDI RUN ne sont en aucun cas remboursables par notre partenaire MIDI RUN ou par l'association AC Pamiers.

Dans la mesure du possible l'organisation informera le dépositaire de la demande de tout problème à l'enregistrement de l'inscription. Cette démarche se fera par courrier électronique uniquement.

Pour les 2 trails et la randonnée, possibilité d'inscription à partir de 7H30 le jour de la course jusqu'à 20mn avant chaque épreuve, dans la limite du nombre de concurrents prévus : 200 concurrents sur le « GRANDAS » 29km et 300 concurrents sur le « PITCHOUN » 11km.

ARTICLE 5 – Assurances - Responsabilité

Responsabilité civile : L'association AC Pamiers affiliée à Générali assurances est assurée pour sa responsabilité civile par AM 803 210 (contrat pour les activités exclusivement liées à l'organisation de courses pédestres, conformément à la législation en vigueur)

Individuelle accident : Chaque concurrent doit être en possession d'une assurance individuelle accident. Une telle assurance peut être souscrite auprès de tout organisme au choix du concurrent, et notamment auprès de la Fédération Française d'Athlétisme via la souscription d'un Pass'Running ou d'une licence. 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, par décision médicale ou sur décision du Directeur de Course.

ARTICLE 6 – Dossards

Retrait des dossards :

La veille samedi 24 février 2024 : au magasin « Foulées Pamiers » à l'adresse suivante La Bouriette Zone du Chanélet 09100 PAMIERS de 16 à 18h30.

Le jour de la course : à partir de 7h30 jusqu'à **20 mn** avant chaque épreuve.

Aucun dossard ne sera expédié par la Poste.

Tout engagement est personnel. Aucun transfert d'inscription n'est autorisé pour quelque motif que ce soit. Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne, sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve. Toute personne disposant d'un dossard acquis en infraction avec le présent règlement pourra être disqualifiée. Le dossard devra être entièrement lisible lors de la course. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation.

ARTICLE 7 – Annulation et remboursement

Toute demande d'annulation d'inscription sera étudiée au cas par cas.

En cas de conditions météo trop défavorables, l'organisation se réserve le droit de modifier les horaires de départ et le parcours des deux épreuves.

Elle se réserve également le droit d'annuler une ou les épreuves pour tous motifs qui mettraient la vie du coureur en danger ou tous cas de force majeure.

Si l'épreuve devait être annulée pour cas de force majeure ou pour motif indépendant de la volonté des organisateurs, les frais d'inscription Internet via notre plateforme Midi Run seraient à la charge du concurrent.

L'inscription annulée pourra donner suite aux 3 cas suivant :

- Inscription prioritaire pour l'édition 2025,
- Don du concurrent de son inscription à l'association AC Pamiers
- Remboursement de l'inscription à hauteur d'environ 90 % du montant payé

ARTICLE 8 – Consignes liées au COVID 19

Les organisateurs se réservent le droit de modifier les conditions d'accueil selon les mesures gouvernementales qui seront en cours le jour de la course.

ARTICLE 9 – Course en semi-autonomie - Ravitaillements – Matériel

Ravitaillement :

Les 3 épreuves proposées imposent aux concurrents une certaine prise en charge d'eux-mêmes (semi-autonomie). Cependant, des postes de ravitaillement seront disposés à différents points et signalés sur la carte du parcours :

3 ravitaillements sur le parcours du 29km (1 solide et 2 liquides) , 1 sur le parcours du 11 km et 1 à l'arrivée pour tous.

Matériel :

- obligatoire pour tous : gobelet écocup - uniquement sur le 29km : couverture de survie, sifflet, réserve d'eau, et alimentation personnelle
- conseillé: coupe-vent, polaire, gants, bonnet et couverture de survie selon conditions météorologiques

ARTICLE 10 – Temps maximum et arrivées

Horaire limite d'arrivée uniquement sur le trail « GRANDAS » 29 km : 14H00 (5 heures de course)

Des postes de contrôle seront répartis le long du parcours et constitueront des lieux de pointage obligatoires pour les concurrents.

A ce titre, le dossard doit être visible en totalité pendant toute la course SUR L' AVANT.

Toutes les arrivées auront lieu au complexe sportif « Balussou » de Pamiers. Un briefing est prévu 5 minutes avant chaque épreuve.

ARTICLE 11 – Abandon et disqualification

Sauf blessure, un coureur qui souhaite abandonner doit prévenir le signaleur le plus proche, qui invalide définitivement son dossard en inscrivant la mention « abandon » et les références du poste. L'organisation conservera le dossard.

Des commissaires de course présents sur le parcours et les chefs de poste des différents points de contrôle et de ravitaillement sont habilités à faire respecter le règlement et à appliquer immédiatement la disqualification du concurrent dans les cas suivants :

- Non-respect du parcours, coupe représentant un raccourci,
- Jet de détritius (papiers, bouteilles, gels, ...),
- Non-respect de personnes (bénévoles ou coureurs),
- Non-assistance à une personne en difficulté,
- Partager ou transférer son dossard à un autre coureur,
- Aide extérieure (coureur non inscrit ou VTT).

Tout compétiteur peut être soumis à un contrôle antidopage pendant ou à l'arrivée de l'épreuve. En cas de refus ou d'abstention, le sportif sera sanctionné de la même façon que s'il était convaincu de dopage.

ARTICLE 12 – Classement - Récompenses

Seuls les coureurs arrivant au complexe sportif de Balussou , lieu de l'arrivée, seront classés. Aucune prime en argent n'est distribuée.

Un classement général homme/femme par épreuve est établi. Pour chaque course, seuls les 3 premiers aux scratches (Homme et Femme) seront récompensés. Les remises des prix se feront sur le lieu d'arrivée dès l'arrivée des premiers concurrents.

ARTICLE 13 – Sécurité et assistance

La sécurité sera assurée par un réseau de postes de secours, de signaleurs et d'une équipe serre-file.

Des postes de secours sont implantés en divers points du parcours. Ces postes sont en liaison téléphonique avec le PC de la course.

Une équipe médicale est présente pendant toute la durée des épreuves au PC course de Pamiers.

Les postes de secours sont destinés à porter assistance à toute personne en danger avec les moyens propres à l'organisation ou conventionnés.

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

N'oubliez pas que des aléas de toute sorte, liés à l'environnement et à la course, peuvent vous faire attendre les secours plus longtemps que prévu. Votre sécurité dépendra alors de la qualité de votre équipement personnel.

En cas d'abandon, le concurrent doit obligatoirement prévenir le signaleur le plus proche et lui remettre son dossard.

Un coureur faisant appel à un médecin ou un secouriste se soumet de fait à son autorité et s'engage à accepter ses décisions. Les secouristes et médecins officiels sont en particulier habilités :

- à mettre hors course, en invalidant le dossard, tout concurrent inapte à continuer l'épreuve.
- à faire évacuer par tout moyen à leur convenance les coureurs qu'ils jugeront en danger.

ARTICLE 14 – Droits à l'image et CNIL

Tout concurrent renonce expressément à se prévaloir du droit à l'image durant l'épreuve, comme il renonce à tout recours à l'encontre de l'organisateur et de ses partenaires agréés pour l'utilisation faite de son image.

Conformément à la loi informatique et liberté du 6 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification aux données personnelles vous concernant. Par notre intermédiaire, vous pouvez être

amené à recevoir des propositions d'autres sociétés ou associations. Si vous ne le souhaitez pas, il vous suffit de nous écrire en nous indiquant votre nom, prénom et adresse complète.

ARTICLE 15 – Bonne conduite et enjeux environnementaux

Vous allez traverser des milieux variés lors de votre course, cet environnement est fragile, respectez-le, soyez discrets !

Ne jetez aucun déchet sur le parcours, restez sur les sentiers balisés, évitez de déranger la faune et l'avifaune (oiseaux), ne pas piétiner ou cueillir la flore.

De plus :

- Respecter le balisage, seul garant de votre bonne orientation,
- 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,
- Respecter les bénévoles et les autres coureurs,
- Venir en aide à un concurrent en situation dangereuse,

Toute conduite ou attitude portant préjudice à l'environnement entraînera la disqualification de son auteur.

ARTICLE 16 – Acceptation du règlement

La participation au Trail des Coteaux 2024 entraîne l'acceptation sans réserve par chaque concurrent du présent règlement de la course publié par l'organisation, consultable sur le site internet acpamiers.com

Chaque concurrent s'engage sur l'honneur à ne pas anticiper le départ, à parcourir la distance complète avant de franchir la ligne d'arrivée. La signature de la feuille de départ à la remise du dossard est obligatoire. Elle entraîne l'acceptation du règlement 2024 des trois courses dans son intégralité.