

## LA GAJANAISE

### REGLEMENT DE LA COURSE

L'association LA GAJANAISE organise  
le dimanche 29 mai 2022  
la 6<sup>ème</sup> édition du trail « LA GAJANAISE »  
qui se déroulera à partir du village de GAJAN ,  
en ARIEGE.

#### INSCRIPTIONS :

- 12 Euros pour le 16 km
- 8 Euros pour le 10 km
- 5 Euros pour la marche de 10 km

Règlement à adresser à l'inscription par courrier, avant le 23 mai 2022 à l'adresse suivante :

Association « LA GAJANAISE »  
2 chemin des Vignes  
09190 GAJAN

par chèque à l'ordre de LA GAJANAISE .

ou directement en ligne sur le site : **[www.midirun.fr](http://www.midirun.fr)**

Les inscriptions sur place, le jour de la course, seront possibles jusqu'à 30 mn avant le départ, avec un supplément de 2 Euros.

#### SOUTIEN A L'ASSOCIATION FRANCE LYME

1 Euro par participant aux 2 courses sera reversé à l'association

#### CLAUSE DE RESERVE

L'organisation se réserve le droit de reporter ou annuler la course en cas d'intempéries ou de conditions sanitaires pouvant mettre en danger les participants et/ ou les organisateurs et accompagnants.

#### CONDITIONS

Être âgé de plus de 18 ans révolus à la date de la course pour le 16 km  
Pour le 10 km, la course est ouverte à partir des cadets, avec une autorisation parentale.

## LIEU ET HORAIRES DE DEPART ET ARRIVEE

Le départ des courses et de la randonnée aura lieu sur le site de la salle des fêtes de GAJAN.

- 9H00 pour le 16 km
- 9h30 pour 10 km
- 9h45 pour la marche de 10 km

L'arrivée des 2 courses et de la randonnée aura lieu également sur le site de la salle des fêtes de GAJAN.

## SECURITE

Les concurrents s'engagent à respecter les consignes des signaleurs situés au carrefour des sentiers, routes communales et départementales, ainsi que des bénévoles situés sur l'ensemble du parcours. Le port du masque sur le site (hors temps de course et de ravitaillement pour les coureurs) sera obligatoire, du gel hydro alcoolique sera mis à disposition des participants sur le site de départ/arrivée, si les directives sanitaires gouvernementales au moment de la manifestation l'exigent toujours.

## ASSURANCE

L'association organisatrice est couverte par une assurance responsabilité civile. Elle décline cependant toute responsabilité en cas de vol, de perte ou bris d'objet personnel lors de la manifestation.

## CERTIFICAT MEDICAL

Un certificat médical de **non contre indication à la pratique de la course à pied en compétition, datant de moins d'un an à la date de la course** sera exigé pour les deux courses

Sera valide aussi la photocopie d'une licence :

FFA

Licence ATHLE COMPETITION,

Licence ATHLE SANTE LOISIRS option running

PASS RUNNING

Licence délivrée par : FSCE, FSGT, UFOLEP, dans ce cas sur la carte de licence doit apparaître par tout moyens la mention « **non contre indication à la pratique de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition** ».

Licence délivrée par la Fédération Française de TRIATHLON (joindre la photocopie de la licence ou du certificat médical)

**TOUTE AUTRE LICENCE NE PEUT ETRE ACCEPTEE**  
Sans certificat médical ou licence valide aucun dossard ne sera attribué.

## FICHE TECHNIQUE

Les trois parcours s'effectuent en semi autonomie.

Pour le parcours de 16 km avec un dénivelé de 476 m, deux ravitaillements sont prévus, environ au 6<sup>ème</sup> km et au 12<sup>ème</sup> km.

Pour le parcours de 10 km avec un dénivelé de 240 m un seul ravitaillement au 6<sup>ème</sup> km.

Le parcours de marche bénéficiera également d'un ravitaillement commun aux trois circuits.

Les trois circuits sont tracés sur les chemins de randonnée, entièrement balisés (rubalise ou fanions).

## RECOMPENSES

Les prix seront remis à l'issue des deux courses, dans le respect des conditions sanitaires en vigueur au moment de la manifestation :

- Aux trois premiers du scratch/ féminin et masculin.
- Au premier de chaque catégorie / féminin et masculin
  
- Un panier gourmand sera remis sur tirage au sort à un participant à la randonnée pédestre.