

Règlement de course

Le Trail des Trois Ruisseaux se déroulera le Dimanche 28 Avril 2024 sur la commune de Monrabé (31), organisé par l'association des représentations de parents d'élèves : la FCPE. L'association organisatrice : la FCPE de Monrabé est affiliée à la FCPE nationale.

1 - L'épreuve :

Les distances du Trail de Monrabé sont de:

- 12 km et présente un dénivelé positif de 200 m soit 14 km d'effort (xxs).
- 21 km et 350 m d+ soit 24.5 km/effort (xs)
- 1 randonnée de 8 km avec 110 m d+
- une animation enfant sur la piste d'athlétisme du collège (parcours non défini).

L'ensemble des parcours emprunte en grande partie des sentiers non bitumés et en pleine nature.

Le tracé, la distance et le dénivelé sont donnés à titre indicatif et pourront varier légèrement jusqu'au départ de l'épreuve, pour des conditions de sécurité et selon les conditions rencontrées. Les écarts de distance sont au maximum de 10% des chiffres annoncés et les écarts de dénivelés de 10%.

Le lieu de départ et d'arrivée se situe à la salle de sport du collège de Monrabé ainsi que sur le parking du collège, chemin de Mondouzil 31850 Monrabé.

La course se déroulera en une seule étape. Les départs seront donnés le Dimanche 28 avril à 9h00 pour le 21 km, à 9h30 pour le 12km, la randonnée à 9h45, à 11h30 pour la course enfants.

Des informations complémentaires (plans, profils,...) sur le tracé seront visibles sur le site internet de l'épreuve.

a. Le parcours

Le parcours du 21 km et du 12km présente certains passages de route. Des bénévoles seront présents sur ces sites pour faciliter le passage.

Pour l'ensemble des courses, chaque participant devra être porteur d'un téléphone portable comportant le numéro d'urgence fourni par l'organisation (indiqué sur le dossard).

2 - Les organisateurs :

L'association FCPE de Montrabé est en charge du bon déroulement de cette épreuve.

Le Directeur de course : AVILA Christelle contact: contact@traildestroisruisseaux.fr

Le Responsable sécurité et parcours : Vincent Lacouture

Le Responsable des secours : Association de Protection Civile

3 - Les conditions de participation (conformément au règlement FFA) et règles sportives

Les inscriptions sont possibles directement sur le site internet sur www.chrono-start.com. L'organisation se réserve le droit d'arrêter les inscriptions à tout moment. Aucune inscription pour les Trails ne sera prise sur place. Les inscriptions à la randonnée seront disponibles sur place.

Le dossier d'inscription doit obligatoirement être constitué d'une fiche d'inscription, d'une licence sportive en cours de validité au jour de la course ou un certificat médical datant de moins d'un an (plus d'informations ci-dessous).

L'engagement est ferme et définitif et ne peut faire l'objet d'aucun remboursement, pour quelques motifs que ce soit.

a. Les catégories d'âge : (au 1er Septembre 2024)

La course est ouverte à toute personne, homme ou femme:

- le 12 kms (14 km/effort) est ouvert à partir de la catégorie CADET (année de naissance 2007 - 2008)
- le 21 kms (24.5 km/effort) est ouvert à partir de la catégorie JUNIOR (année de naissance 2006 minimum).

Toute personne mineure, au jour de la course, devra s'engager à fournir une autorisation parentale ou du représentant légal ainsi qu'un certificat médical ou licence.

La course enfant sera ouverte à partir de 4 ans. Les enfants de moins de 8 ans pourront être accompagnés d'un des parents sur la totalité du parcours. Une autorisation parentale ou du représentant légal devra être fournie.

b. Le certificat médical :

Conformément à l'article 231-2-1 du code du sport, la participation à la compétition est soumise à la présentation obligatoire :

- soit d'une licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running ou d'un Pass J'aime Courir, délivrée par la FFA, en cours de validité à la date de la manifestation ; (les autres licences délivrées par la FFA Santé, Encadrement et Découverte ne sont pas acceptées). Ou d'une licence sportive, en cours de validité à la date de la manifestation, sur laquelle doit apparaître, par tous 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 la défense FCD
- Fédération française du sport adapté FFSA
- Fédération française handisport FFH
- Fédération sportive de la police nationale FSPN
- Fédération sportive des ASPTT
- Fédération sportive et culturelle de France FSCF
- Fédération sportive et gymnique du travail FSGT
- Union française des œuvres laïques d'éducation physique UFOLEP

- soit d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition, datant de moins de un an à la date de la compétition, ou de sa copie.

Les licences de triathlon ne seront pas acceptées.

Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la possession du certificat médical.

Les coureurs licenciés devront impérativement joindre la photocopie de la licence.

Seuls les dossiers complets, paiement, bulletin d'inscription et certificat médical ou licence seront retenus pour la participation de cette épreuve.

Toute personne mineure le jour de la course devra produire une décharge de son représentant légal ainsi qu'un certificat médical de moins de 1 an.

c. Droit d'inscription :

Le droit d'inscription est de 12 € pour la course de 12 km, 20 € pour le 21 km.

Et de 8 € pour la randonnée. Inscription par internet sur le site [chrono-start.com](https://www.chrono-start.com).

L'Animation enfant sera gratuite.

Les droits d'engagement comprennent tous les services décrits dans le présent règlement.

d. Clôture des inscriptions :

La clôture des inscriptions sur internet s'effectuera le samedi 27 avril 2024 à 18h00.

e. Dossards :

Les retraits des dossards se feront au magasin RRUN 90 chemin de Gabardie 31200 Toulouse :

- le Samedi 27 Avril 2024 entre 10h et 19h

Les retraits des dossards se feront sur place à la salle de sport du collège de Montréal route de Mondouzil 31850 Montréal

- le Dimanche 28 Avril à partir de 7h30 et jusqu'à 15 minutes avant le départ de chaque course.

Chaque dossard est remis sur présentation d'une pièce d'identité.

L'athlète doit porter visiblement, pendant la totalité de la compétition, dans son intégralité, un dossard fourni par l'organisation.

Le dossard doit être visible en permanence et en totalité pendant toute la course. 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.

Prière de se munir de 4 épingles.

f. Acceptation du présent règlement :

La participation au Trail des Trois Ruisseaux entraîne l'acceptation et la validation sans réserve du présent règlement et de l'éthique de la course.

g. Autres modalités :

Les participants sont tenus de se conformer aux consignes données avant la course et durant celle-ci par les bénévoles de l'organisation présents sur le parcours. Les coureurs sont tenus de respecter le code de la route et les consignes énumérées durant le briefing. Tous les participants doivent circuler munis du dossard qui leur a été remis, accroché de manière visible sur l'avant du maillot.

Toute irrégularité sera éliminatoire.

Toute aide extérieure, y compris ravitaillement hors-zone, est interdite. Aucun suiveur n'est accepté, sous peine de disqualification.

Le port des bâtons est autorisé. Cependant il est rappelé aux utilisateurs de bâtons qu'il est de leur responsabilité de prêter une attention particulière aux personnes les suivant. Leur responsabilité sera engagée en cas d'accident.

h. Abandon

En cas d'abandon, le concurrent doit obligatoirement prévenir le responsable du poste de contrôle le plus proche et lui remettre son dossard ainsi que la puce. Il ne doit en aucun cas quitter la course sans avoir averti l'organisation. Des navettes pour la récupération des abandons seront mises en place.

i. Cani - Cross

Le Cani Cross n'est pas autorisé sur les trails. Les chiens seront tolérés sur la randonnée mais devront être obligatoirement tenu en laisse sur la totalité du parcours. L'accès à la salle des fêtes sera interdit aux chiens.

j. Limites horaires

Il n'y aura pas de barrière horaire pour ces courses.

h. Le chronométrage

Un système de chronométrage par puce électronique sera utilisé. Chaque concurrent disposera d'une puce. Les puces vous seront retirées dans la zone d'arrivée. Le participant n'étant pas en possession d'un système de chronométrage, ne pourra bénéficier d'un temps et d'un classement.

4 - Cession de dossard :

Tout engagement est personnel. Les changements de dossards ainsi que le transfert d'une épreuve à une autre ne seront pas possible après l'inscription. 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 sera 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.

Tous les participants doivent circuler munis du dossard qui leur a été remis, des pointages sont réalisés sur le parcours, toutes personnes ne remplissant pas ces conditions sera mis hors course.

5 - Assurances et secours:

a. Assurance :

L'ensemble des participants (organisateur, bénévoles et coureurs) sont couverts par une assurance responsabilité civile souscrite par les organisateurs auprès de l'APAC assurances (contrat n° 2955194HX700).

Les coureurs licenciés sont couverts par les garanties accordées par l'assurance liée à leur licence.

Les coureurs non licenciés sont couverts par une assurance individuelle accident souscrite auprès de l'APAC assurances (contrat n° 60637).

Cette assurance ne couvre ni les vols, ni les pertes.

L'organisation et les exploitants de certaines parcelles déclinent toute responsabilité en cas de piqûres lors du passage près de ruches.

La responsabilité de l'Association FCPE Montréal sera dérogée dès le retrait du dossard pour abandon, pour disqualification par décision médicale du médecin de course ou sur décision du directeur de course.

Lors des courses enfants, ceux-ci restent sous la responsabilité de leurs représentants légaux.

b. Les secours :

Les secours seront assurés par une équipe de secouristes agréés de sécurité civile, affilié au Centre Français de Secourisme.

6 - Classements et Résultats :

a- Classements :

Seuls les coureurs arrivant en zone d'arrivée seront classés. Un classement général (scratch) homme et femme sera établi pour l'ensemble des courses. Il n'y aura pas de classement pour les randonneurs, de même pour la course enfants.

b- Récompenses :

Les récompenses seront remises aux 3 premières femmes et aux 3 premiers hommes de chaque course.

Un tirage au sort sera effectué sur les 2 courses afin de récompenser 5 personnes ayant terminé l'édition 2024 du Trail des Trois Ruisseaux de Montréal.

c- Publication des résultats :

Les résultats seront publiés sur le site internet de l'épreuve site internet, et sur le site du chronométreur de la course www.chrono-start.com ainsi que le jour de la course sur le panneau d'information.

La publication des résultats sera publique et à la vue de tous.

7 - Les ravitaillements et équipements :

a. Les ravitaillements

Le principe de cette course est l'autosuffisance alimentaire et matérielle. Cependant, des postes de ravitaillements seront disposés à différents points du parcours et signalés sur les cartes détaillées des courses, disponible sur le panneau d'information le jour de la course.

- Pour le 12 km: point d'eau + solide au km 5.
- Pour le 21 kms : point d'eau + solide aux km 8.5 et 16.
- Pour la randonnée: point d'eau au km 4.7.

Le coureur devra être muni de son propre gobelet réutilisable. Les ravitaillements ne fourniront pas de gobelets jetables.

Un ravitaillement final est offert à tous les participants.

b. Equipements obligatoires

Pour l'ensemble des courses, chaque participant devra être porteur d'un téléphone portable comportant le numéro d'urgence fourni par l'organisation (indiqué sur le dossard).

Le concurrent s'engage à posséder un gobelet personnel et réutilisable. Aucun gobelet jetable ne sera donné aux ravitaillements.

c. Equipements conseillés

Indépendamment des ravitaillements situés sur la course, il est vivement conseillé aux coureurs de posséder le matériel suivant:

- sur le 12 km: réserve d'eau de 0,5L et barres énergétiques, en cas de mauvaise météo, prévoir un vêtement de pluie.

- sur le 22 km: réserve d'eau de 1L minimum, barres énergétiques et vêtement de pluie.

8 - Sécurité et soins :

a- Voies utilisées :

La compétition se déroule principalement à 90% sur des pistes et chemins en milieu naturel, balisés. Elle traversa des routes qui sera totalement sécurisée par des équipes de bénévoles.

b- Sécurité des concurrents :

Le dispositif de sécurité sera composé d'un réseau de postes de contrôles, de signaleurs, d'ouvreurs et d'une équipe serre-file sur chaque course.

Plusieurs postes de secours fixes (situés aux points de ravitaillements) et mobiles seront répartis le long du parcours afin d'assurer la prise en charge des concurrents en difficulté.

Une équipe médicale sera présente pendant toute la durée de l'épreuve. Un réseau radio reliant le PC course sera présent sur le parcours.

(cf. 5.b)

c- Entraide entre concurrents :

Tout concurrent est tenu à assistance en cas d'accident d'un autre concurrent, dans l'attente des secours. Il donnera rapidement et correctement l'alerte s'il est témoin de l'accident. Il est rappelé aux concurrents qu'ils sont les premiers acteurs de leur sécurité.

9 - Protection de l'environnement :

L'ensemble des parcours se déroulant sur les chemins, il est demandé une attention toute particulière sur le respect de l'environnement. Il est formellement interdit de jeter le moindre déchet sur le parcours sous peine d'être mis immédiatement hors-course.

Des poubelles sont mises à disposition sur chaque ravitaillement. Il est donc interdit de jeter des déchets sur le parcours.

10 - Droit à l'image :

Le fait de s'inscrire, sur l'une des courses, autorise les organisateurs à publier et diffuser ou utiliser pour la communication de l'association les photos et vidéos prises lors de la manifestation sur le territoire Français et sur son site internet (sauf demande particulière transmise par écrit avant la manifestation).

Tout concurrent retirant son dossard et prenant le départ de la course accepte et valide ce règlement.

