

## Règlement de la course

### CAP SUR GRENADE du samedi 5 octobre 2024

L'Association « Enfile tes baskets » organise la 19<sup>ème</sup> édition des courses pédestres « CAP sur Grenade », le samedi 5 octobre 2024 à Grenade-sur-Garonne (31).

#### **Épreuves de CAP sur Grenade et heures de départ**

5 épreuves sont proposées ainsi que 2 animations enfants :

- Randonnée de 8 km (20m D+) départ 16h30
- Animation pour enfants, 750m départ 16h50
- Animation pour enfants, 1500m départ 17h00
- Course nature de 17 km (30m D+) départ 17h30
- Course nature de 8 km (20m D+) départ 17h45
- Course sur route de 5 km (10m D+) départ 18h00
- Course sur route de 10 km (20m D+) départ 18h00

#### **Courses route et nature**

Les courses route et nature sont ouvertes à tous les licenciés ou non licenciés.

Age minimum accepté pour participer aux épreuves proposées :

- nés en 2006 et 2007 (Juniors) ou avant pour la course nature de 17 km
- nés en 2008 et 2009 (Cadets) ou avant pour la course nature de 8 km, pour la course route de 10 km et pour la course route de 5 km

NB : le règlement de la FFA, n'autorise pas la catégorie Minimes, nés en 2010 et 2011, à courir plus de 4,5 km.

Les départs des courses sur route et nature seront donnés sur la piste de roller à Grenade et l'arrivée se fera sous la halle.

Une autorisation parentale sera demandée pour tout mineur en date du jour de la course, participant à une des épreuves de CAP sur Grenade du 5 octobre 2024 (course route de 5 km ou 10 km, ou course nature 8 km ou 17 km, ou randonnée 8 km). Cette autorisation est incluse dans le bulletin d'inscription, qui devra être obligatoirement rempli et signé par un des deux parents du mineur.

#### **Animations enfants**

Les animations enfants sont ouvertes pour les enfants de 6 à 14 ans :

- nés en 2016, 2017, 2018 (Ecole d'Athlétisme) pour la course de 750m
- nés en 2010, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015 (Poussins, Benjamins, Minimes) pour la course de 1500m

L'engagement est gratuit et le certificat médical facultatif car il n'y a pas de classement officiel. Les personnes exerçant l'autorité parentale sur le sportif mineur attestent auprès de la fédération que chacune des rubriques du questionnaire [https://www.legifrance.gouv.fr/codes/article\\_lc/LEGIARTI000043488605](https://www.legifrance.gouv.fr/codes/article_lc/LEGIARTI000043488605) donne lieu à une réponse négative. A défaut, elles sont tenues de produire un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de la discipline concernée datant de moins de six mois.

Une autorisation parentale sera demandée pour tout mineur en date du jour de la course, participant aux animations enfants du samedi 5 octobre 2024. Cette autorisation est incluse

dans le bulletin d'inscription, qui devra être obligatoirement rempli et signé par un des deux parents du mineur.

Un goûter sera proposé aux enfants à l'issue de la course et des cadeaux récompenseront tous les arrivants.

Les départs et arrivées des animations enfants se feront sous la halle.

### **Randonnée**

La randonnée est ouverte à toute personne majeure. Les mineurs sont autorisés uniquement s'ils se trouvent accompagnés d'une personne majeure.

Le départ et l'arrivée de la randonnée se feront sous la halle.

### **Responsabilité et assurance**

Les coureurs participent à la compétition sous leur propre et exclusive responsabilité. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas d'accident ou de défaillance consécutive à un mauvais état de santé. Les secours sont assurés par une équipe de secouristes, ainsi chaque coureur autorise le service de secours à prendre les dispositions médicales qui pourraient s'imposer.

En cas de force majeure, de catastrophe naturelle, d'évènement climatique, de décision administrative, ou de toute autre circonstance mettant en danger la sécurité des concurrents, l'association **se réserve le droit de modifier le parcours ou d'annuler l'épreuve sans que les concurrents puissent prétendre à un quelconque remboursement.**

En cas d'abandon, le concurrent doit obligatoirement prévenir les responsables de l'épreuve et leur remettre son dossard contenant une puce électronique sans franchir la ligne d'arrivée.

Les organisateurs sont couverts par une police d'assurance responsabilité civile auprès de la MACIF. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il est vivement conseillé aux autres athlètes de souscrire une assurance personnelle couvrant les dommages corporels auxquels leur pratique sportive peut les exposer.

Toute personne qui rétrocèdera son dossard à une tierce personne sans l'accord de l'Organisateur sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière lors de l'épreuve, l'Organisateur déclinant toute responsabilité dans cette hypothèse.

### **Droit à l'image**

Les concurrents, par leur engagement, déclarent renoncer à leur droit à l'image et autorisent l'organisateur à exploiter les clichés et vidéos pris le jour de l'épreuve à des fins de promotion.

### **Vols et effractions**

Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de vols ou effractions.

### **Sécurité**

En dehors des voitures des organisateurs, aucun véhicule motorisé ne pourra suivre la course. De même ne sont pas autorisés les accompagnateurs cyclistes. La circulation n'étant pas fermée mais filtrée, les coureurs sont tenus de respecter le code de la route.

Aucun animal ne sera autorisé sur le parcours des épreuves (même pour les chiens tenus en laisse de type cani-cross).

L'épreuve sera encadrée par les organisateurs, la police municipale et la gendarmerie.

Chaque participant doit porter visiblement, pendant la totalité de la compétition, un dossard fourni par l'organisation.

Le temps maximum alloué est de 60 min pour la course de 5 km, 80 min pour la course de 10 km et 8 km nature, et 120 min pour la course de 17 km nature et la randonnée. Passés ces délais, les concurrents seront considérés comme hors course. Ils pourront continuer sous leur seule responsabilité et devront alors se conformer aux dispositions du code de la route.

### **Licences ou PPS à l'inscription**

Les participations aux courses sur route des 5 km et 10 km, et aux courses nature de 8 km et 17 km sont soumises à la présentation obligatoire par les participants à l'organisateur :

- d'une 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 à la date de la manifestation. Attention : les autres licences délivrées par la FFA (Santé, Encadrement et Découverte, Triathlon) 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);
  
- ou les participants non licenciés ont la possibilité de fournir un PPS (Parcours Prévention Santé) datant de moins de 3 mois.

L'organisateur conservera, selon le cas, la trace de la licence présentée (numéro et fédération de délivrance).

Les licences étrangères ne sont pas acceptées. Les participants étrangers sont tenus de fournir un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, même s'ils sont détenteurs d'une licence compétition émise par une fédération affiliée à World Athletics. Ce certificat doit être rédigé en langue française, daté, signé et permettre l'authentification du médecin, que ce dernier soit ou non établi sur le territoire national.

### **Inscriptions et tarifs**

Les montants des engagements sont fixés à :

- 10 € pour le 5 km
- 14 € pour le 10 km, la course nature de 8 km
- 16 € pour la course nature de 17 km
- 8 € pour la randonnée
- Gratuit pour les animations enfants

Le coût des inscriptions sera majoré de 2 € pour toute inscription le jour de la course sauf pour la randonnée.

Option repas d'après course : à souscrire sur le site Chrono-start au moment de l'inscription.  
Tarif : 13€. Inscriptions repas jusqu'au dimanche 29 septembre 2024 à minuit.

L'inscription se fait :

- sur Internet via le site Chrono-start <http://www.chrono-start.com>. Les inscriptions seront closes le vendredi 4 octobre 2024 à 18h00 ;
- par courrier jusqu'au mercredi 2 octobre 2024, à l'adresse suivante : M. Laurent PIGATTO - 30 rue des Demoiselles - 31330 ONDES.
- le jour de la course entre 9h00 et 12h00 et entre 15h30 et 17h15 sous la halle, pour les courses 5 km, 10 km, 8 km nature et 17 km nature.
- le jour de la course entre 9h00 et 12h00 et entre 15h30 et 16h30 sous la halle pour les animations enfants et les randonneurs.

### **Retrait des dossards**

Les dossards sont remis individuellement à chaque coureur le jour de la course entre 09h00 et 12h00 ou entre 15h30 et 17h30 sous la halle.

L'organisation se réserve la possibilité de demander la présentation d'une pièce d'identité avec photo pour la remise des dossards. Seule l'organisation peut décider de rouvrir les inscriptions ou valider une autre inscription suite à un désistement.

Tout engagement est ferme et définitif et ne donnera pas lieu à remboursement en cas de non-participation.

Nombre maximum de coureurs :

Le nombre total de participants chronométrés sera limité à 650 :

5 km : 150 places

8 km nature: 170 places

10 km : 170 places

17 km nature : 160 places

### **Ravitaillement**

Ils seront disposés :

- aux points kilométriques 3 et 8 pour les circuits sur route
- aux points kilométrique 3 et 6 pour la course nature de 8 km
- aux points kilométriques 6, 12 et 15 pour la course nature de 17 km,

Il est préconisé pour chaque coureur d'utiliser son propre gobelet multi-usage.

- Un ravitaillement à l'arrivée des courses sous la halle.

Il est conseillé aux participants de prévoir un ravitaillement supplémentaire personnel, notamment en eau : bouteille, camelbak, poche à eau...

### **Classements et récompenses**

Seules les épreuves 5 et 10 km route, et 8 et 17 km nature sont chronométrées.

Le chronométrage sera assuré par puce électronique.

Il sera établi un classement féminin et masculin.

Seront récompensés:

- les 3 premiers au scratch de chaque épreuve chronométrée
- pour la course route de 10 km, le premier coureur et la première coureuse de chaque catégorie sera récompensé
- un challenge est proposé pour récompenser l'entreprise / le club / l'association la plus représentée sur l'ensemble des épreuves proposées

### **Les bénévoles et propriétaires**

Les bénévoles : ils sont là pour vous aider et veiller à votre sécurité sur le parcours.

Les propriétaires des chemins privés nous accordent chaque année leur confiance et vous permettent de traverser leurs propriétés, le jour de la course seulement, ces chemins demeurent privés le reste de l'année.

Merci de respecter les zones traversées et de profiter de cette autorisation. »

### **Acceptation**

L'inscription à la compétition entraîne l'acceptation du présent règlement dans son intégralité.