

REGLEMENT TRAIL DU PICOU 21 SEPTEMBRE 2024

ARTICLE 1 – Organisation

La quatrième édition du Trail du Picou est organisée le 21 mai 2024 par l'Association Trail du Picou (association loi 1901 enregistrée sous le numéro W091002163).

Adresse postale : 6 Route du Pesquié 09000 Saint Pierre de Rivière

ARTICLE 2 – Définition de l'épreuve

a) Le Trail du Picou

Le Trail du Picou est une épreuve de course à pied en moyenne montagne empruntant des sentiers de la commune de Brassac, Ganac, Saurat et Burret, au départ et arrivée de Saint-Pierre de Rivière. L'épreuve se déroule en une seule étape, à allure libre et en temps limité. Elle impose aux concurrents une certaine prise en charge d'eux-mêmes (semi-autonomie).

La course s'effectue seul.

Inscriptions possibles à partir de la catégorie ESPOIR (personnes nées à partir de 2003).

L'organisation se réserve le droit de modifier le parcours du 30 km en cas de mauvais temps, ou en cas de force majeure, compte-tenu de la zone montagneuse où se court cette épreuve.

Un parcours de repli sera proposé.

Départ de Saint-Pierre de Rivière à 8h30, arrivée à Saint-Pierre de Rivière.

Profil : 30km, 1800m de dénivelé positif cumulé.

Tarif d'inscription : 27 €

b) Le Tour de la Vallée Verte

Le Tour de la vallée verte est une épreuve de course à pied en pleine nature empruntant des sentiers de commune de Brassac et Bénac, Ganac au départ et arrivée de Saint-Pierre de Rivière.

Cette épreuve se déroule en une seule étape, à allure libre, en semi autonomie et en temps illimité.

La course s'effectue seul.

Inscriptions possibles à partir de la catégorie JUNIOR (personnes nées à partir de 2006).

Départ de Saint-Pierre de Rivière à 9h30, arrivée Saint-Pierre de Rivière.

Profil : 13km, 500 m de dénivelé positif cumulé.

Tarif d'inscription : 13 €

c) Marches

En partenariat avec les Isards de la Barguillère, 3 marches différentes sont organisées dans la vallée, au départ de Saint-Pierre de Rivière.

Les trois marches s'effectuent en groupe avec un accompagnateur et ne sont pas chronométrées.

Le tarif de l'inscription est de 5 euros par personne. Tous les bénéfices collectés seront reversés à l'association « Un pas vers l'autonomie », au profit d'Arthur et de sa famille.

01h30 Marche 9,8km 400m D+ (1 ravitaillement solide et liquide sur le parcours)

9h15 Marche nordique 10,7km 600m D+ (1 ravitaillement solide et liquide sur le parcours)

11h « marche d'Arthur » : marche accessible à tous de 3 km sur routes et pistes

ARTICLE 3 - Ravitaillements

L'épreuve se déroule en une seule étape et impose aux concurrents une certaine prise en charge d'eux-mêmes (semi autonomie).

Cependant, des postes de ravitaillement seront disposés à différents points du parcours et signalés sur les cartes des courses.

- 3 ravitaillements liquides et 3 ravitaillements liquides + solides (Trail du Picou)
- 1 ravitaillement liquide et 1 ravitaillement liquide + solides (Tour de la Vallée Verte)
- 2 ravitaillements, un au départ et un à l'arrivée à Saint Pierre de Rivière.

La manifestation est engagée dans une démarche éco-responsable. Dans ce cadre, **il ne sera pas distribué de gobelets sur les ravitaillements** ; chaque concurrent devra avoir son contenant pour les ravitaillements liquides.

Aucune assistance personnelle n'est autorisée en dehors des zones de ravitaillement.

Article 4 – Matériel obligatoire

Sont obligatoires pour le 30 km :

- 1 l d'apport hydrique, (minimum)
- 1 veste impermeable
- des aliments énergétiques,
- 1 couverture de survie,
- 1 sifflet
- 1 téléphone portable,
- 1fiche précisant le traitement médical s'il existe et les contre-indications éventuelles (allergies)

Ce matériel pourra faire l'objet d'une vérification. Des contrôles de matériel obligatoire pourront être faits sur le parcours pour des raisons de sécurité, selon la décision de l'Organisation. Tout coureur appelé à un contrôle est tenu de s'y soumettre. En cas de refus, le coureur sera disqualifié.

Les bâtons sont autorisés. Ils doivent être impérativement repliés lors du départ et du premier kilomètre.

L'organisation se réserve le droit d'alléger ou de rajouter la liste du matériel obligatoire en fonction des conditions météorologiques. Cette décision sera annoncée la veille de la course. Il est interdit de prendre, déposer ou changer du matériel durant la course.

Est obligatoire pour le 13 km :

- 500ml d'apport hydrique (minimum)

Article 5 - Conditions d'inscription des concurrents

Toute participation est soumise 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 ne sont pas acceptées.

-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 :

- o Fédération des clubs de la défense (FCD),
- o Fédération française du sport adapté (FFSA),
- o Fédération française handisport (FFH),
- o Fédération sportive de la police nationale (FSPN),
- o Fédération sportive des ASPTT,
- o Fédération sportive et culturelle de France (FSCF),
- o Fédération sportive et gymnique du travail (FSGT),
- o Union française des œuvres laïques d'éducation physique (UFOLEP),

- d'un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition ou de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, datant de moins d'un an à la date de la compétition, ou de sa copie (soit daté au 22 Septembre 2023 et après). Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la possession du certificat médical.

- d'un Parcours Prévention Santé validé et en cours de validité : <https://pps.athle.fr/>

Le certificat médical doit être daté, comporter le nom du médecin, sa signature et son identification (RPPS ou ADELI), comporter le nom, le prénom et la date de naissance du/de (la) coureur(se).

NB : Un certificat médical peut être fait à l'étranger, par un médecin étranger MAIS il doit être rédigé en français, daté et signé avec l'identification claire du médecin.

ARTICLE 6 – Inscriptions

Les inscriptions pourront se faire :

- en ligne sur <https://chrono-start.com> via Midi-run jusqu'au 19 Septembre 2024 à 23h59.
- sur place le 20 Septembre de 17h à 19h ou le matin de la course jusqu'à 30 minutes avant le départ dans la limite des dossards disponibles.

A partir de cette date et dans la limite des dossards disponibles, le prix de l'inscription ne sera pas majoré mais le cadeau du pack dossard pourra être modifié.

Tout engagement est ferme et définitif et ne peut faire l'objet d'un remboursement pour quelque motif que ce soit.

La cession du dossard est strictement interdite.

Cette cession dégage de fait la responsabilité de l'organisation en cas d'accident subi ou provoqué par ce tiers lors de l'épreuve.

En cas d'accident, le cédant et le reprenneur du dossard pourront éventuellement voir leur responsabilité recherchée. Le mandataire de la gestion des inscriptions pour le compte d'un groupe est tenu d'informer les participants du contenu du règlement de la course, de l'interdiction de cession du dossard et pourra éventuellement, en cas d'accident, voir sa responsabilité recherchée.

Il est également strictement interdit de courir sans dossard et tout contrevenant sera éventuellement susceptible d'engager sa responsabilité. L'organisation ne saurait être tenue responsable en cas d'accident subi ou provoqué par ce tiers.

ARTICLE 7 – Retrait des dossards

Les dossards sont à récupérer sur présentation d'une pièce d'identité :

- sur place le 20 Septembre de 17h à 19h
- le matin de la course jusqu'à 30 minutes avant le départ.

ARTICLE 8 - Nombre de participants

Afin de limiter l'impact environnemental sur le site le nombre maximum de participants est fixé à 499 soit approximativement :

- 249 (Trail de Picou).
- 250 (Tour de la Vallée Verte)

ARTICLE 9 - Récompenses

Seuls les coureurs arrivant à Saint-Pierre de Rivière seront classés.

- Aucune prime en argent n'est distribuée ; tous les participants reçoivent une même dotation spécifique.
- Pour chaque course, un classement général homme et femme et un classement pour chaque catégorie homme et femme seront établis.
- Une dotation est remise symboliquement aux trois premières femmes et aux trois premiers hommes du classement général et aux premiers de chaque catégorie hommes et femmes (hors scratch) de chaque course.

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

ARTICLE 10 – Postes de contrôles- Disqualification

Le port du dossard est obligatoire et le numéro de dossard devra être entièrement lisible lors de la course à l'avant du corps. Des postes de contrôle seront répartis le long du parcours et constitueront des lieux de pointage obligatoires pour les concurrents. En l'absence de dossard lisible, le concurrent pourrait être disqualifié de la course.

Disqualification immédiate en cas de jet de débris volontaire, manquement à un élément du matériel obligatoire dans son sac pendant la course, utilisation de moyens de transport, partage de dossard, sortie du parcours balisé représentant un raccourci, non passage à un poste de pointage, non-assistance à un coureur en danger, refus de contrôle de matériel, refus d'obtempérer à un ordre officiel de la course, médecin, secouristes, départ d'un poste au-delà de la barrière horaire, refus de se soumettre à un contrôle anti-dopage, assistance en dehors des zones prévues à cet effet, non-respect des bénévoles et des officiels de courses.

L'organisation pourra éventuellement étudier un comportement non sportif, une tricherie avérée et appliquer une pénalité ou disqualification.

ARTICLE 11 - Abandon

Tout concurrent abandonnant la course devra le signaler au directeur de course (numéro de téléphone inscrit au dos du dossard).

Tout concurrent perdu ou témoin du fait que d'autres concurrents se soient perdus, devra en faire part au directeur de course (numéro de téléphone inscrit au dos du dossard) qui s'assurera de réorienter sur le point de pointage (ou ravitaillement) le plus proche, puis sur la route carrossable la plus proche d'où ils seront transférés vers le PC course.

La fermeture du parcours sera effectuée par des bénévoles de l'association. Ils seront en lien permanent avec le directeur de course et le PC sécurité. Ils devront rendre compte de tout abandon (nom et numéro de dossard) et déclencher les premiers secours pour tout accident survenu sur le parcours.

ARTICLE 12 – Barrières horaires

Afin d'éviter des retards excessifs, un temps limite de départ à certains ravitaillements sera fixé au-delà duquel le concurrent sera mis hors course. Les barrières horaires sont données à la sortie des ravitaillements.

Ces temps sont non négociables ; pour votre sécurité et celle des bénévoles, merci de respecter les consignes qui vous seront données si vous dépassez la barrière horaire.

La conduite à tenir pour rejoindre l'arrivée à Saint-Pierre de Rivière sera indiquée par les bénévoles enregistrant l'arrêt de la course.

Barrière 1 : Cabanne de l'Homme Mort : 2h30 de course (horaire limite : 11 h)

Barrière 2 : Pont de Baillès : 4h30 de course (horaire limite : 13 h)

Barrière 3 : Légrillou : 5h45 de course (horaire limite : 14h15)

ARTICLE 13 – Sécurité

Comme prévu par le cahier des charges des courses hors stade, une association agréée sera sur place lors de la course.

La sécurité routière sera assurée par des bénévoles du Trail du Picou au regard des obligations administratives imposées par la FFA.

Il appartient à chaque coureur (premier maillon de la sécurité) de porter assistance à toute personne en danger et de prévenir le directeur de course le cas échéant.

Des aléas de toutes sortes, liés à l'environnement et à la course, peuvent générer une attente des secours. La sécurité du coureur dépendra alors de la qualité de son équipement personnel.

Un coureur faisant appel à un médecin ou à un secouriste se soumet de fait à son autorité et s'engage à accepter ses décisions.

Les secouristes 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.

En cas de nécessité, pour des raisons allant toujours dans l'intérêt de la personne secourue, il sera fait appel au secours en montagne officiel qui prendra, à ce moment là, la direction des opérations et mettra en œuvres tous moyens appropriés, y compris hélicoptères.

Les frais résultants de l'emploi de ces moyens exceptionnels seront supportés par la personne secourue qui devra également assurer son retour du point où elle aura été évacuée.

Il est du seul ressort du coureur de constituer et présenter un dossier à son assurance personnelle dans le délai imparti,

Les bicyclettes, engins motorisés sont formellement interdits sur le parcours (sauf service de sécurité). Les accompagnateurs ou suiveurs sont interdits. Le non-respect de cette règle entraînera la disqualification de l'athlète.

ARTICLE 14 - Annulation de l'épreuve

L'organisation se réserve le droit d'annuler la manifestation en cas de force majeure (intempéries...) pour des questions notamment de sécurité.

ARTICLE 15 – Assurance et responsabilités

Responsabilité civile : conformément à la loi, les organisateurs ont souscrit une assurance couvrant les conséquences de leur responsabilité civile, celles de leurs préposés et de tous les participants du Trail du Picou et Tour de la Vallée Verte auprès de AXA France IARD, 313, Terrasses de l'Arche 92727 NANTERRE (contrat n° 0000010164278504).

Il est expressément indiqué que les coureurs participent à la compétition sous leur propre et exclusive responsabilité.

Cependant il est vivement conseillé aux participants non licenciés de souscrire une police d'assurance individuelle en cas d'accident.

Nous rappelons que l'organisation n'est ni responsable des sacs vestiaires ni de leur contenu. Il appartient à chaque concurrent de prendre les dispositions nécessaires à la préservation de ses effets personnels.

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 16 - Droit à l'image

Le concurrent autorise les organisateurs ainsi que leurs ayants droits, tels que partenaires et médias à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles il peut apparaître, prises à l'occasion de leur participation aux manifestations « Trail du Picou, Tour de la Vallée Verte y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires.

ARTICLE 17 – Conditions générales

Le règlement des épreuves du Trail du Picou est consultable sur le site internet : <https://chrono-start.com> au moment de l'inscription en ligne. Il sera affiché et visible le jour de la manifestation. La participation à l'une des épreuves du Trail du Picou entraîne l'acceptation sans réserve du présent règlement établi par l'organisation.

La participation se fait sous l'entière responsabilité des concurrents avec renonciation de tout recours contre les organisateurs en cas de dommages ou séquelles ultérieures qui pourraient survenir du fait de l'épreuve.