

## REGLEMENT INTERIEUR DE LA COURSE

### « LA LAUTRECOISE »

#### ANNEE 2024 \_ 8eme EDITION

#### **Article 1 : Organisation**

L'association Lautrec Sports Nature organise la 8ème édition de la course « La Lautrécoise » le dimanche 13 octobre 2024 à 8h sur la base de loisirs d'Aquaval à Lautrec.

L'inscription est limitée à 400 Coureurs et 700 Repas pour le dimanche

#### **Article 2 : Parcours et distance**

##### Deux épreuves chronométrées proposées :

Le Trail de la Manouille de 30 km et 1000 m de dénivelé

Le Trail du Moulin de 12 km et 400 m de dénivelé

##### Une randonnée non chronométrée

La Rando des Amis, 2 parcours balisés de 13 km et 8 km.

##### Les Rando VTT :

Circuit 16 km et 200 m de dénivelé

Circuit de l'ail 26 km et 350 m de dénivelé

Circuit du pastel 45 km et 1200 m de dénivelé

#### **Article 3 : Horaires**

7h : retrait des dossards et inscriptions sur place si les courses ne sont pas complètes

8h : départ Trail de la Manouille 30km

Entre 7h45 et 8h30 : départ libre de la Rando VTT des 3 parcours

Entre 8h45 et 9h30 : départ libre de la Rando des Amis

10h : départ Trail du Moulin 12km

11h30 : départ Trail des Ailletts

12h : repas

13h : remise des prix

#### **Article 4 : Les conditions de participations et règles sportives**

Les inscriptions sont possibles :

- par courrier avant le 6 octobre à : Lautrec Sports Nature – Office de Tourisme – Jardins de la Mairie – 81440 LAUTREC
- directement sur le site internet [www.chrono-start.com](http://www.chrono-start.com) avant le 11 octobre, 12h.
- Les inscriptions pourront se faire le jour même de l'évènement.

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 à la date de la course.

#### **Aucun remboursement prévu des inscriptions en cas de désistement quelconque.**

a. Les catégories d'âge

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

- Le 12km est ouvert à partir de la catégorie JUNIOR (année de naissance 2006 – 2007)
- Le 30km est ouvert à partir de la catégorie ESPOIR (année de naissance 2003 à 2005)

Toute personne mineure, au jour de la course, devra s'engager à faire remplir une décharge par son représentant légal.

L'animation enfant sera ouverte dès 6 ans. Une autorisation parentale 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 délivré par la FFA, en cours de validité à la date de la course
- Soit d'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 compétition, ou de sa copie.
- Et d'après la loi du 2 Mars 2022 et son décret du 22 juin 2022 : soit d'un parcours prévention santé datant de moins de trois mois, validé à partir du site [pps.athle.fr](http://pps.athle.fr)

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

c. Droit d'inscription

Avant le 6 octobre : le droit d'inscription est de 12€ pour la course du 12km, 20€ pour le 30km.

Après le 6 octobre : le droit d'inscription est de 15€ pour la course du 12km, 25€ pour le 30km.

Inscription VTT tous circuits confondus 12€

La randonnée des Amis 6€ dont 1€ reversé au profit d'Hôpital Sourire

Inscription par internet sur le site [www.chrono-start.com](http://www.chrono-start.com)

d. Clôture des inscriptions

La clôture des inscriptions par courrier est fixée au 6 octobre 2024. La fin des inscriptions sur internet s'effectuera le vendredi 11 octobre 2024 à midi.

e. Dossards

Les retraits des dossards se feront sur la base de loisirs d'Aquaval :

- Le samedi 12 octobre entre 16h30 et 18h30
- Le dimanche 13 octobre à partir de 7h jusqu'à 15 minutes avant le départ de chaque course

f. Acceptation du présent règlement

La participation à La Lautrécoise entraîne l'acceptation et la validation sans réserve du présent règlement et de l'éthique de la course.

g. Abandon

En cas d'abandon, le concurrent doit obligatoirement prévenir un des membres de l'organisation et remettre son dossard ainsi que la puce au PC sécurité à l'arrivée.

h. Cani Cross

Le Cani Cross n'est pas autorisé sur les trails. Lors de la randonnée les chiens sont interdits (même tenus en laisse).

i. Limites horaires

Pour l'épreuve du 30km, une barrière horaire est placée au 16km de 3h de course.

## **Article 5 : Assurances et secours**

a. Assurance

L'épreuve est couverte par une assurance responsabilité civile souscrite par les organisateurs auprès de Groupama

Les coureurs licenciés sont couverts par les garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il est cependant fortement conseillé aux participants non titulaires d'une licence de souscrire à une assurance individuelle complémentaire accident.

b. Les secours

Les secours seront assurés par une équipe de secouristes agréées du Castres Sports Nautiques.

## **Article 6 : Classements et résultats**

a. Classements

Seuls les coureurs arrivants en zone d'arrivée seront classés. Un classement général (scratch) homme et femme sera établi pour l'ensemble des courses.

b. Récompenses

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

c. Publication des résultats

Les résultats seront publiés sur le site du chronométreur de la course [www.chrono-start.com](http://www.chrono-start.com)

### **Article 7 : Les ravitaillements et équipements obligatoires**

a. Les ravitaillements

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

- Pour le Trail du Moulin (12km) : ravitaillement solide et complet au km 6
- Pour le Trail de la Manouille (30km) : ravitaillement solide et complet aux km 11 et 20
- Pour la rando VTT (16km) : ravitaillement au km 8
- Pour la rando VTT circuit de l'ail (26km) : ravitaillement au km 15
- Pour la rando VTT circuit du pastel (45km) : point d'eau au km 14 et ravitaillement au km 29
- Pour la rando des Amis (8km) : ravitaillement au km 5
- Pour la rando des Amis (13km) : ravitaillement au km 6

**Un ravitaillement final est offert à tous les traileurs.**

b. Equipements obligatoires

Indépendamment des ravitaillements situés sur la course, les coureurs sont tenus de posséder le matériel :

- Sur le 30km : bidon de 0,5L, barres énergétiques et vêtement de pluie

Pour l'ensemble des courses, chaque participant devra être porteur d'un sifflet et d'un téléphone portable comportant le numéro d'urgence fourni par l'organisation

Chaque concurrent fixera son dossard sur le torse afin qu'il soit parfaitement identifiable en toutes circonstances. Chronométrage électronique avec puce fixée au dos du dossard.

**Les bâtons sont INTERDITS, cani cross également**

Pour les randonneurs VTT : **Port de casques homologués obligatoires.**

### **Article 7 : Sécurité et soins**

a. Voies utilisées

La compétition se déroule sur des chemins en milieu naturel, balisés. Elle traversera des routes qui seront totalement sécurisées par des équipes de bénévoles.

b. Sécurité des concurrents

Le dispositif de sécurité sera composé de signaleurs, d'ouvriers 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.

c. Entraide entre concurrents

Tout concurrent est tenu à assister 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.

**Article 8 : Protection de l'environnement**

L'ensemble du parcours se déroule en milieu naturel qui est basé sur un équilibre écologique fragile.

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, permettant aux coureurs ne s'arrêtant pas de se débarrasser des emballages. Il est donc interdit de les jeter sur le parcours.

De plus nous utilisons des rubalises en tissus réutilisable afin de limiter nos déchets, l'obligation d'être munis d'un éco cup, et pleins d'autres petits gestes et actions pour limiter notre impact.

**Article 9 : 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 son site internet.