



# REGLEMENT

## des épreuves

mise à jour : le 07/05/2025

- > **Aucun gobelet ou bouteille ne sera fourni sur la course et au ravito final.**
- > **Prévoir un gobelet et/ou un sac hydratation**



### Article 1 : Organisation

Les **Trails de la Presqu'île** sont des trails organisés par l'association **Pousses Pieds de Fouras/Saint-Laurent de la Prée**.

L'organisateur peut être contacté à tout moment pour toute demande d'explication ou d'information complémentaire via le formulaire disponible sur le site, par mail à l'adresse [poussepiedsfouras@gmail.com](mailto:poussepiedsfouras@gmail.com).

### Article 2 : Date, horaires, lieu et parcours

#### Date :

Les trails se tiendront le **06 septembre 2025** sur les communes de **Saint-Laurent de la Prée** et de **Fouras**.

#### Horaires :

**Départ des courses à partir de 08h45**

#### Lieu :

Le **village de la course** sera installé autour de la **salle polyvalente à Saint-Laurent de La Prée**. Lieu central de l'événement avec notamment : *le retrait des dossards, les zones de départs et d'arrivées, la restauration, la buvette, les jeux pour enfants, les stands partenaires, les concerts, la remise des prix, un point d'eau pour se rincer (sans utilisation de savon)*

#### 3 Parcours :

- ✓ **TRAIL du 13 km** : chemins, marais, routes : facile. - **Départ à 09h00**  
km 5: Ravitaillement liquide: *plage de l'espérance de Fouras*
- ✓ **TRAIL du 26 km & DUO**: chemins, routes, sable, forts, bois. - **Départ à 08h45**  
km 5: Ravitaillement liquide: *plage de l'espérance de Fouras*  
km 12: **Ravitaillement liquide et solide** : *pointe de la fumée de Fouras*  
km 19: Ravitaillement liquide (**et solide pour arrivée du relais 1**): *plage nord de Fouras*  
**+ zone relais DUO avec remise de la puce scratchée au niveau de la cheville au relayeur n°2**  
**relayeur n°1 : 19 km    relayeur n°2 : 7 km**
- ✓ **TRAIL du 43 km** : chemins, routes, sable, forts, bois, marais - **Départ à 08h45**  
km 5: Ravitaillement liquide: *plage de l'espérance de Fouras*  
km 12: **Ravitaillement liquide et solide** : *pointe de la fumée de Fouras*  
km 19: Ravitaillement liquide : *plage nord de Fouras*  
km 26 : Ravitaillement liquide - *village de la course*  
km 30 : **Ravitaillement liquide et solide**

#### **Consignes à respecter :**

Des parcelles privées seront traversées sur le parcours du 26 et 43 km. **Les reconnaissances en amont sur parcelles privées sont interdites.**

Une traversée de la **route départementale** reliant la rocade à Fouras est un point dangereux et appelle à la vigilance des coureurs (Parcours des 26 et 43 km).

**Les coureurs devront obligatoirement respecter les consignes des signaleurs pour être autorisés à traverser en toute sécurité.**

### Barrières horaires :

- **Trail du 13 km**  
Départ 09h00 – Arrivée **avant 10h45**
- **Trail du 26 km SOLO & DUO**  
Départ 08h45 – Fort Enet **avant 10h45** – Arrivée **avant 12h45**
- **Trail du 43 km**  
Départ 08h45 – Fort Enet **avant 10h45** - Arrivée **avant 16h00**

### Le retrait des dossards se fera :

> **le vendredi 05 septembre entre 16h et 19h au DECATHLON Rochefort** Rue des Pêcheurs d'Islandes

> **le samedi 06 septembre à partir de 7h30 sur le VILLAGE DE LA COURSE** à St Laurent de La Prée

NB: Remise sur présentation d'une **pièce d'identité** et **dossier complet** (PPS valide - de 3mois et paiement à jour).

## Article 3 : Conditions de participation

### 3-1 : Licences sportives et parcours prévention santé (PPS)

La participation aux courses n'est ouverte qu'aux coureurs qui disposent :

> Les participants **licenciés à la Fédération Française d'Athlétisme** pourront fournir à l'organisateur leur licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, leur licence Athlé Running ou le « Pass' J'aime courir » délivrés par la FFA en cours de validité à la date de la manifestation.

> Les **licences suivantes sont également acceptées** : une licence sportive en cours de validité à la date de la manifestation, délivrée par une fédération uniquement agréée, sur laquelle doit apparaître, par tous moyens, la non-contre-indication à la pratique de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition ou du sport en compétition.

> Une attestation de **Parcours Prévention Santé (PPS)** datant de moins de 3 mois le jour de l'épreuve. Démarche personnelle pouvant être effectuée directement sur le site : <https://pps.athle.fr/>

### 3-2 : Catégories d'âge

Le 13 km est ouvert à partir de la catégorie cadet

Le 26 km et le duo sont ouverts à partir de la catégorie Junior.

Le 43 km est ouvert à partir de la catégorie espoir.

Les mineurs sont autorisés à participer à la compétition sous réserve d'avoir 16 ans (13 km) révolus à la date de l'épreuve et de présenter une autorisation parentale dûment remplie et signée [à joindre au formulaire d'inscription].

## Article 4 : Inscriptions

Les **inscriptions se font exclusivement** en ligne sur le site internet <http://poussepiedsfouras.fr/> et le coureur pourra immédiatement vérifier que son nom apparaît effectivement sur la liste.

**Clôture des inscriptions le vendredi 05 septembre à 12h - Aucun participant ne pourra s'inscrire sur place.**

- Chaque participant se verra remettre une DOTATION lors du retrait des dossards -

**4-1 : Droit d'inscription** - L'inscription ne sera validée qu'après le paiement du droit d'inscription et le dossier déclaré complet.

<b>Distances</b>	<b>TARIF-1</b>	<b>TARIF-2</b>	<b>TARIF-3</b>	<i>Jauges indicatives</i>
	<i>du 18/04 au 15/06</i>	<i>du 16/06 au 31/07</i>	<i>du 01/08 au 05/09</i>	
<b>13 KM</b>	16 €	18 €	20 €	350
<b>26 KM</b>	26 €	28 €	30 €	350
<b>26 KM DUO</b> <small>relais 1: 19 km / relais 2: 7 km</small>	28 €	30 €	32 €	50
<b>43 KM</b>	36 €	38 €	40 €	150

#### **4-2 : Revente ou transfert de dossard**

Toute inscription engage personnellement son auteur. Le transfert d'inscription ou la cession de dossard à un tiers est strictement interdit. Tout participant porteur d'un dossard obtenu en infraction avec le présent règlement pourra être mis hors course ou être reconnu responsable de tout dommage causé ou subi si un accident survient durant l'épreuve. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident survenu ou causé par ce dernier dans ce type de situation. Le remplacement d'un coureur est accepté sur autorisation préalable de l'organisateur et après communication des informations concernant le remplaçant (nom, prénom, date de naissance) et présentation de sa licence, de son certificat médical ou de son attestation PPS.

#### **4-3 : Remboursement**

L'inscription est ferme et définitive. Le remboursement de l'inscription ne sera accordé que sur présentation d'un certificat attestant d'une contre-indication médicale. Le montant remboursé correspondra au tarif de la course hors frais de plateforme.

#### **Article 5 : Sécurité**

L'organisateur déploiera un **Dispositif Prévisionnel de Secours (DPS)** qui sera assuré par la **PROTECTION CIVILE** afin de garantir la sécurité et l'assistance médicale des coureurs. Un **médecin sera également présent** pendant l'événement et sera positionné au niveau du village de la course.

Des signaleurs seront présents sur les routes, et les **services de secours (SDIS)** et de **Gendarmerie** seront prévenus de la tenue de la manifestation.

Les blessés ou malades seront pris en charge par un médecin et une équipe de secouristes dotés du matériel nécessaire.

Toutefois, **chaque participant a l'obligation d'apporter son assistance à un concurrent victime d'un accident jusqu'à l'arrivée des secours.**

#### **Article 6 : Assurance, responsabilité et comportement**

Les **organiseurs** ont souscrit une police d'assurance **responsabilité civile** auprès de la **MACIF** pour couvrir la compétition.

Les concurrents possédant une licence sportive sont protégés par les garanties associées à celle-ci. Tous les autres participants sont tenus de contracter une assurance à titre individuel.

L'organisation décline toute responsabilité dans l'éventualité d'un accident ou d'une défaillance des coureurs du fait de problème de santé ou d'une préparation insuffisante. Les concurrents assument pleinement la responsabilité de leur participation et s'engagent à ne lancer aucun recours contre **l'organisateur de l'évènement de running** en cas de dommages ou de séquelles consécutives à la course. Les organisateurs ne peuvent être tenus responsables en cas de vol des affaires personnelles des participants ou de dégradation de matériel.

## Charte éthique et environnementale

- > L'abandon de matériel et le jet de déchets en dehors des endroits prévus vaudra disqualification du coureur sans remboursement.
- > Tout manquement au règlement et le non-respect de l'éthique sportive et/ou des bénévoles vaudront disqualification du coureur sans remboursement.
- > Tout acte de dégradation volontaire sur le parcours ou ne pas respecter le tracé et le jalonnement dans des secteurs protégés, fragiles et sensibles, qui sont parfois des propriétés privées, vaudra disqualification du coureur sans remboursement.

## Article 7 : Chronométrage

La société RUN'HEURE assurera le chronométrage au moyen de puces électroniques installées au niveau de la chaussures et au niveau du mollet avec un bandeau scratch pour les DUO . Tout participant porteur d'une puce ne correspondant pas à son identité sera exclu de l'évènement. **La non-restitution de la puce à l'issue de l'épreuve entraînera une facturation de 10 euros au concurrent.**

## Article 8 : Récompenses

- > Les **3 premiers hommes** et **3 trois premières femmes** au scratch de chaque épreuve recevront une récompense.
- > **Le 1er et la 1ère de la presqu'île St-Laurent/ Fouras** recevront aussi un lot sur chaque course.
- > Chaque participant **finisher du trail de 43 KM, se verra remettre une médaille à l'arrivée**
- > Des **récompenses/surprises** seront également proposées de façon aléatoires selon des modalités qui seront précisées ultérieurement (tirage au sort au autre...)
- > Les classements seront disponibles le jour de la course et avant la remise des prix.
- > La remise des prix s'effectuera à l'issue des épreuves

## Article 9 : Annulation, intempéries

Pour des raisons de sécurité, en cas de force majeure (aléas climatiques d'ampleurs, sanitaires, consignes des autorités, ...) ou pour toutes raisons indépendantes de la volonté des organisateurs, qui auraient pour conséquence de devoir annuler la manifestation, les participants ne pourront prétendre à aucun remboursement ou indemnité de la part de l'organisation.

Alternativement et dans la mesure du possible, l'organisateur se réserve le droit de modifier le parcours ou de programmer la manifestation à une date ultérieure.

*nb: la plateforme des inscriptions propose une assurance annulation facultative pour ceux qui le souhaitent*

## Article 10 : Droit à l'image

En participant à l'épreuve, chaque coureur donne expressément son accord pour l'utilisation des images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles il pourrait apparaître sur tous types de supports, incluant les documents promotionnels et/ou publicitaires.

## Article 11 : Charte éco-responsable

L'association est à but non lucratif. La manifestation permet de mettre en valeur notre patrimoine le temps d'un weekend sportif, familial, accessible et insolite. Elle contribue à la création de valeurs, d'émotions en s'appuyant sur la mobilisation des acteurs locaux du territoire (organisateur, sportifs, bénévoles des associations, spectateurs, acteurs économiques, tourisme,....

L'essentiel de la démarche est de faire découvrir et de partager les différents paysages et les richesses de notre presqu'île tout en répondant aux enjeux environnementaux en créant un événement qui met toutes les conditions permettant de réduire son empreinte sur un environnement fragile à préserver.

L'organisation s'engage notamment à limiter au maximum les déchets en évitant les suremballages des ravitaillements et des lots coureurs.

Les participants traverseront en effet un **site Natura 2000** et s'engagent à respecter les milieux naturels, les propriétés privées traversées et toutes les consignes qui seront données.

L'organisation mettra en place des jalonnements et des tracés permettant de limiter le piétinement sur des cheminements qui devront être respectés afin de préserver la faune et la flore présentes le long du parcours. **L'utilisation de bâtons sera interdite**

Toujours dans une démarche solidaire, une partie des bénéfices sera reversée à une association caritative.

## Article 12 : Matériel du coureur

### OBLIGATOIRE :

> **Aucun gobelet ou bouteille ne sera fourni sur la course. Prévoir un gobelet et/ou un sac hydratation**

### RECOMMANDÉ :

- > Une réserve d'eau de 50 cl, 100 cl recommandée pour les distances les plus longues
- > Une réserve alimentaire
- > Un téléphone chargé contenant le numéro de téléphone de l'organisation qui sera affiché sur la zone de départ
- > Une couverture de survie
- > Un sifflet

## Article 13 : Acceptation du règlement

En s'inscrivant à l'une des épreuves des Trails de La Presqu'île, chaque participant accepte le présent règlement. Ce dernier est susceptible d'être modifié par l'organisation jusqu'à la veille de la manifestation.

Toute modification éventuelle sera signalée sur le site internet : <http://poussepiedsfouras.fr/>







TRAILS DE LA PRESQU'ÎLE est un événement POUSSE-PIEDS FOURAS & SAINT LAURENT DE LA PRÉE

organisé avec le soutien fidèle de ses bénévoles et partenaires précieux :

