



Règlement du Trail Nocturne : LACOSTOTRAIL

Article 1.1 : Descriptif de la course

LACOSTOTRAIL 2025

est une course pédestre individuelle qui se compose de 2 parcours.

LE BARON: 16.5km 500 D+

LE GALOPIN : 9 km 250 D+

se déroulant entre le VERNET d'ARIÈGE ET BONNAC empruntant les sentiers à travers les bois Vernetois et Bonnacois

Le parcours s'adresse à des coureurs préparés ; il demande des qualités propres à la discipline que sont l'endurance, l'adresse et la capacité d'adaptation à des situations difficiles dans un contexte nocturne de découverte et de cheminement en pleine nature. Il n'y a pas de barrière horaire (allure libre).

**La course se déroule en autonomie alimentaire, seule
Liquide sera distribué aux ravitaillements. (ECOCUP)**

**Chaque concurrent devra prévoir son alimentation pour
toute la durée de la course.**

Article 1.2 :

La course est organisée par l'Association VERNETTRAIL09 (Association loi 1901 enregistrée sous le n° W092005871) domiciliée au Vernet D'Ariège

Article 2 : admission et inscription à l'épreuve

L'épreuve est ouverte aux coureurs licenciés et non licenciés. Il est rappelé que des contrôles seront effectués durant l'épreuve afin d'assurer de parfaites conditions de régularité de course. Il est expressément indiqué que les coureurs participent à la compétition sous leur propre et exclusive responsabilité : A ce titre, il est fait remarquer que pour la réussite de ce type d'épreuve individuelle, une bonne préparation physique et une capacité d'autonomie sont indispensables.

LE BARON : Catégorie MASTER, SENIOR, ESPOIR, JUNIOR

LE GALOPIN : Catégorie MASTER, SENIOR, ESPOIR, JUNIOR, CADET

Pour valider son inscription, les coureurs devront fournir :

- **D'une licence Athlé Compétition, • Athlé Entreprise, • Athlé Running délivrée par la FFA, en cours de validité à la date de la manifestation.**

Les autres licences délivrées par la FFA (Santé et Encadrement) ainsi que les licences de la Fédération de Triathlon ne sont pas acceptées.

Soit d'une attestation (papier, électronique ou de type QR Code) indiquant que la personne a réalisé le Parcours de Prévention Santé (ou « PPS ») mis en place par la FFA via sa plateforme dédiée (<https://pps.athle.fr/>)

. Pour être valable, le PPS doit avoir été effectué au maximum trois mois avant la date de la manifestation à laquelle la personne souhaite s'inscrire et au plus tard le vendredi 24 OCTOBRE 2025

Les étrangers doivent également établir un PPS pour leur participation.

TARIFICATION

Pour des raisons de sécurité et parce que nous voulons préserver le plaisir des coureurs, le nombre de participants est limité à 300 coureurs au total.

Tarif Lacostotrail

**LE BARON / 18 euros LE GALOPIN / 11 euros
Inscriptions uniquement sur le site chronostart.com**

Jusqu'au vendredi 24 octobre 2025 à 16h00

**Inscription possible le jour de la course sur place
TARIF : LE BARON / 20 euros LE GALOPIN / 13 euros**

<https://sites.google.com/view/vernettrail09>

Tout dossier incomplet sera rejeté, la liste des inscrits sera mise à jour régulièrement sur le même site internet. Tout engagement est personnel, ferme et définitif, et ne peut faire l'objet de remboursement pour quelque motif que ce soit. 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. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation. Le dossard devra être entièrement lisible lors de la course.

Article 3 : Les horaires de départ et remise de dossard

La remise des dossards s'effectuera au village de départ au Vernet d'Ariège à la salle polyvalente à partir de 17h00.

Le départ de la course se déroulera, le samedi 25 octobre 2025

LE BARON à 19 heures et LE GALOPIN à 19h30

Article 4 : Sécurité course

Sur les parties du parcours empruntant une voie publique, chaque participant devra se conformer au code de la route, Le coureur sera seul responsable d'un éventuel manquement à ces règles.

Les secours seront assurés par Union Départementale des Sapeurs-Pompiers de l'Ariège.

Il est vivement conseillé à tout coureur recevant un traitement médical, d'en informer l'organisation, afin d'optimiser une éventuelle intervention des secours.

Des pointages seront effectués tout le long du parcours.

Le dossard doit être porté de façon visible (facilite les pointages). Des sanctions pourront être données aux coureurs qui ne respectent pas ces consignes.

Un coureur se doit de porter assistance à toute personne rencontrée en difficulté. Les secours et les organisateurs doivent en être informés immédiatement

Pour des raisons de sécurité, les téléphones portables sont obligatoires. Le n° d'appel du PC de course permettra de communiquer aisément en cas de problème. Des postes de secours sont implantés sur le parcours. Ces postes sont en liaison radio ou téléphonique avec le PC de la course.

Les postes de secours sont destinés à porter assistance à toute personne en danger avec les moyens propres à l'organisation.

Article 5 : Ravitaillement

Le régime d'autonomie alimentaire fait partie du caractère engagé de la course. Toutes les assistances extérieures (alimentaires, accompagnateurs ou autres...) sont interdites sur le parcours de la course, sous peine de disqualification.

Par respect pour l'écologie il n'y aura pas de gobelets plastique donc pensés à vos ECOCUP. 1 points de ravitaillements en boisson (passage aller/retour)

Article 6 : Equipement obligatoire

Une couverture de survie, un sifflet, 1 lampes frontales en état de fonctionnement, une réserve alimentaire permettant de tenir 1h en autonomie .0,75 l d'eau au départ de la course, un téléphone portable et une veste coupe-vent.

Article 7 :

L'annulation de l'inscription et le remboursement n'est possible que dans le cas d'une maladie ou d'une blessure justifiée par un certificat médical.

Article 8 : Antidopage

Les participants à LACOSTOTRAIL s'engagent à respecter rigoureusement l'interdiction de dopage ainsi que les dispositions concernant les contrôles antidopage, telles qu'elles résultent des lois et règlements en vigueur, notamment les articles L. 230-1 et suivants du Code du Sport.

Article 9 : Éthique de la course

En s'inscrivant à LACOSTOTRAIL, les coureurs s'engagent explicitement à respecter le présent règlement ainsi que l'éthique de la course. Celle-ci se veut respectueuse de

son environnement naturel et humain dans un esprit de convivialité et de respect. Ainsi, la plus grande courtoisie est requise vis-à-vis des bénévoles qui choisissent de consacrer une partie de leur temps libre à la course. Le respect de l'environnement est une condition nécessaire pour permettre la pérennité des courses de pleine nature. Ainsi, il est formellement interdit de jeter des déchets ailleurs que dans les poubelles réservées à cet effet. Des contrôles seront réalisés en course pour assurer le respect de ces différents points. Les coureurs s'assureront que leurs véhicules et ceux des personnes les accompagnant ne causent pas de dommages à la végétation ni de gêne aux autres usagers de la voirie. La compétition n'a de sens que dans le respect des autres concurrents.

Toute tricherie caractérisée sera passible d'une exclusion immédiate de la course. Ce point inclut bien évidemment le respect intégral du parcours tel qu'il est décrit sur le site internet. En outre, tout coureur est tenu d'assurer en priorité l'assistance à un autre concurrent qui serait en difficulté (blessure, état de grande faiblesse, hypothermie...). Selon les circonstances et en cas d'estimation fiable, le temps pris par le concurrent pour porter secours à un autre coureur sera décompté de son temps final, sur sa demande et après l'accord de la direction de course.

Article 10 : Classements et récompenses

Pour les coureurs ayant franchi la ligne d'arrivée il sera procédé aux classements suivants

- Aucune prime en argent n'est distribuée ; tous les participants reçoivent une dotation

. - 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 homme et femme (hors scratch).

Les temps et classements finaux complets seront disponibles sur la ligne d'arrivée et au plus tard le lendemain avant midi sur le site internet.

Article 11 : chronométrage

Le chronométrage est assuré par la société midi run UNICOM via une puce électronique qui sera à mettre à la basket.

Article 12 : Assurance

L'épreuve est couverte par une assurance responsabilité civile souscrite par l'organisateur Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à

leur licence. Il incombe aux autres coureurs de s'assurer personnellement en complément, il est vivement conseillé aux coureurs de souscrire une assurance individuelle accident, couvrant leurs propres risques. En cas d'abandon, de disqualification (par l'organisation ou l'équipe médicale), la responsabilité de l'organisation est dérogée.

Article 13 : Modification du parcours, et annulation de la course

Pour des raisons de sécurité, notamment en cas de conditions météo trop défavorables, l'Organisateur se réserve le droit de retarder le départ des courses, d'arrêter la course ou de modifier le parcours, voire d'annuler la course sans préavis, sans que les coureurs puissent prétendre à aucune indemnisation ou aucun remboursement des frais d'inscription (si vigilance orange « tempête et orage » a été annoncée par la préfecture de l'Ariège).

Article 14 : Droit à l'image

Les participants autorisent les organisateurs ainsi que leurs ayants droit tels que les partenaires, la FFA, les médias à utiliser et à diffuser le classement de la course, les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles ils pourraient apparaître, pris à l'occasion de leur participation, sur tous les supports.

Toute inscription implique la prise de connaissance du présent règlement et son acceptation.