

REGLEMENT des Courses de l'Épiphanie - 17ème Edition



Dimanche 4 janvier 2026 organisée par : les Pousse Pieds de Fouras & St Laurent de La Prée

Descriptif de la course et sécurité

- 5 km en une boucle, routes et chemins
- 10 km routes et chemins dont en bord de mer

Sécurité

- 50 bénévoles sur le parcours
- 1 Médecin et 1 poste de secours : Protection Civile
- Encadrement de la course par : VTT (tête et fin de course)

Contraintes sanitaires

- Les dispositions sanitaires imposées par la préfecture et la FFA au 4 janvier 2026 seront de rigueur le cas échéant.
- L'organisation s'engage à mettre en place et à faire respecter un éventuel protocole sanitaire s'il devait s'imposer.
Le protocole serait alors affiché sur le site

Participants (jauges indicatives)

- Epreuves chronométrées ouvertes à partir des Minimes (2011-2012)
- 5 km limité à 350 coureurs et 10 km limité à 550 coureurs.
- **Chaque coureur devra être équipé d'un gobelet ou réserve d'eau**

Départs

Il sera donné Rue du Trop Tôt Venu, face à la salle Rondeaux de Fouras

- 5 km à 14h
- 10 km à 14h45

Infos "Courses enfants" non chronométrées: (détail et conditions sur le flyer enfants)

Les départs seront donnés à partir de 15h45 pour les épreuves suivantes :

700m (CE1, CE2) 1 400m (CM1, CM2) 2 100m (6ème, 5ème,)

Assurances

- Responsabilité civile de l'organisateur souscrite auprès de la Macif
- Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance de leur licence.
- Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

Accueil et retrait des dossards sur présentation pièce d'identité & dossier complet

- **le dimanche 4 janvier 2026 de 11h à 14h30 : Salle Rondeau -**
Rue du Trop Tôt Venu - Fouras

Charte éthique et environnementale

- **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**

Inscriptions

- Les coureurs majeurs devront justifier d'un **Parcours Prévention Santé (PPS) de moins de 3 mois** ou d'une licence FFA (pas de licence triathlon)
- Les coureurs mineurs devront fournir au moment du retrait des dossards une attestation type à télécharger sur le site Runheure
- L'inscription à la course vaut validation du règlement
- **EXCLUSIVEMENT** en ligne jusqu'au **vendredi 2 janvier 2025 à 20 h**
site pour inscription : www.runheure.fr/epiphanie-2026
- **Pas d'inscription le jour de la course**
- Renseignements par mail : poussepiedsfouras@gmail.com

Montant des engagements (hors frais de plateforme) avec évolution du tarif :

- 5 km : **8 €** => **10 € à partir du 01/12/2025**
- 10 km : **12 €** => **14 € à partir du 01/12/2025**
- Courses enfants : **gratuites**
- Une dotation sera remise à chaque participant et une part de brioche sera offerte à l'arrivée avec **1 boisson** comprenant notamment le légendaire **vin chaud** de l'Epiphanie (*recette secrète de Marcel*)

Récompenses : (présence obligatoire des concurrents) – à partir de 16h00

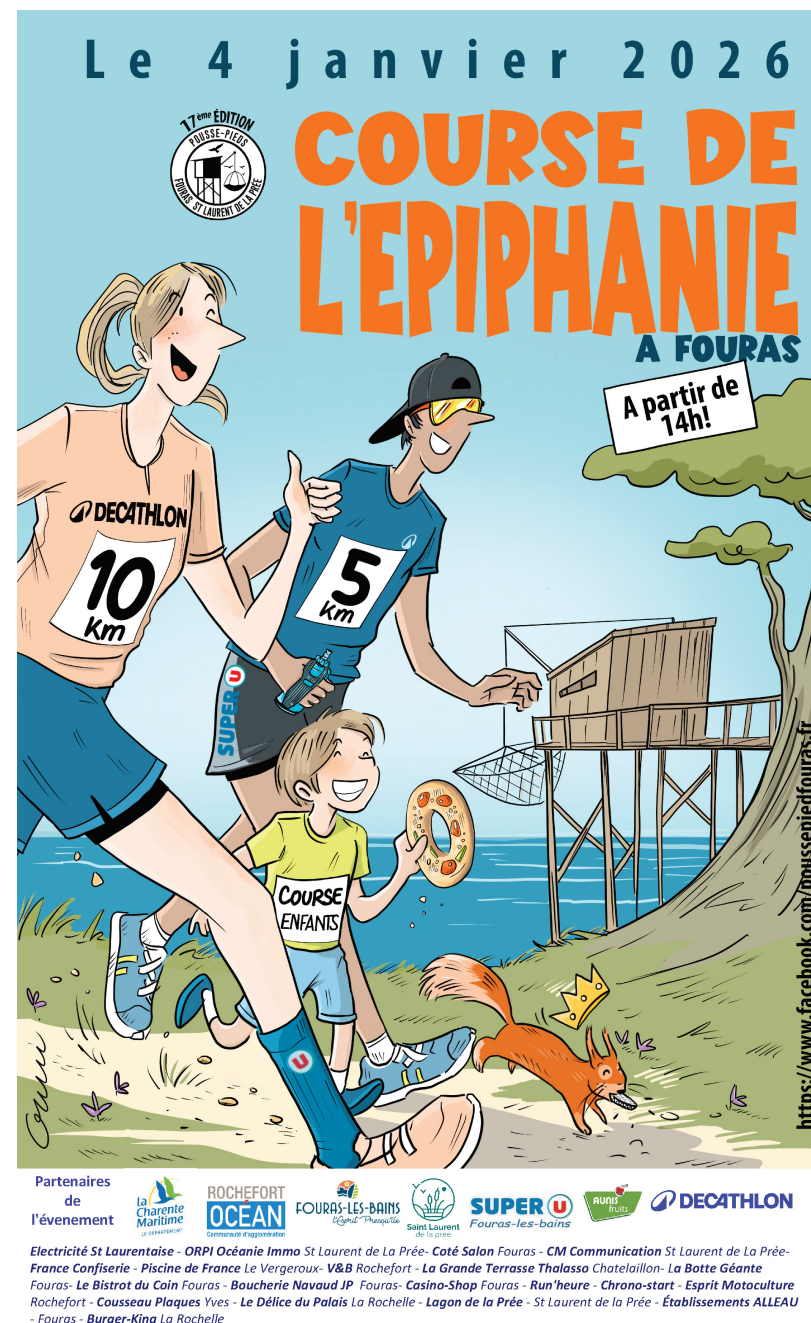
Des récompenses, non cumulables, seront attribuées aux :

- > 3 premières femmes et 3 premiers hommes au classement général (scratch)
- > 1er homme et 1ère femme des 8 catégories regroupées de la façon suivante :

Minimes (U16)	Cadet (U18)	Junior-Espoir (U20/23)	Sénior (SE)
Masters (MO-M1)		Masters (M2-M3)	Masters (M4-M5)
Masters (M6-M7)		Masters (M8-M9)	Masters (M10)
- > 1er homme et 1ère femme de la presqu'île (Fouras ou St Laurent de La Prée)

Engagements des participants

- Par ma participation à la course de l'Epiphanie, j'autorise l'organisation à prendre des photos et à les diffuser sur tout support pour la promotion de la course ou de l'activité de l'association organisatrice.
- Par ma participation je reconnais avoir pris connaissance du règlement de l'épreuve et participer en respectant celui-ci, l'équipe d'organisation bénévole, les autres concurrents et le site, - ne rien jeter dans la nature en dehors des dispositifs prévus à cet effet.
- En cas d'abandon, le concurrent s'engage à prévenir un bénévole de la course et lui remettre son dossard et la puce. Cette dernière sera facturée 10€ dans le cas contraire.
- Toute inscription est ferme et définitive. Les seuls remboursements possibles seront réalisés sur présentation certificat médical et sur la base du tarif initial hors frais de plateforme



MODIFICATION – ANNULATION DE L'ÉVÉNEMENT - Si les circonstances l'exigent, l'Organisateur se réserve le droit de modifier à tout moment le parcours, la distance à parcourir, ainsi que de reporter la date et/ou les horaires de l'Événement. Si l'événement devait être annulé pour tout motif indépendant de la volonté de l'Organisateur, aucun remboursement ne serait effectué.