

RÈGLEMENT DES 2 ÉPREUVES DE LA GUILLESTROISE 2019

DIMANCHE 20 OCTOBRE 2019

ARTICLE 1 - ORGANISATION

Le Guil Trail Club, association loi 1901 inscrite au journal officiel sous le n° RNA W051001324 , organise la Guillestroise, avec le concours des communes de Guillestre, , Eyglisiers, Mont-Dauphin et l' Office de Tourisme de Guillestre et commune de Guillestre.

ARTICLE 2 – PARCOURS

Parcours L'Eyglière: 20 km pour environ 900 m de dénivelé positif au départ de Guillestre le dimanche 20 octobre 2019 à 9 heures 30, il empruntera un sentier balisé par notre Association.

L'Eyglière'Nordic (épreuve de marche nordique) se déroulera une minute après le départ du trail (9 h 31) et empruntera le même parcours que le trail de 8 km. L'usage des bâtons est autorisé.

Parcours La Rue des Masques: 8 km pour environ 300 m de dénivelé positif au départ de Guillestre le dimanche 20 Octobre 2019 à 9 heures 50, il empruntera un sentier balisé par notre Association.

La Rue des Masques'Nordic : (épreuve de marche nordique) se déroulera une minute après le départ du trail (9 h 51) et empruntera le même parcours que le trail de 8 km. L'usage des bâtons est autorisé.

NB : les deux épreuves de marche nordique ne seront pas chronométrées et ne feront pas l'objet de classement. Il ne sera pas nécessaire de fournir de certificat médical. Un dossard sera néanmoins attribué à chaque marcheur.

Courses enfant : La course réservée aux enfants s'adresse aux catégories tout petit : 3 ans Minimum , Baby athlé (2013 et après) , Ecole d'Athlétisme (2010 à 2012) , poussins (2008 et 2009) , benjamins (2006 et 2007) , minimes (2004 et 2005) et cadets (2002 et 2003) .

L'inscription est gratuite . La fourniture d'un certificat d'aptitude à la course à pieds en compétition et une autorisation parentale est obligatoire. Inscriptions sur place ou par internet sur www.genialp.com .

ARTICLE 3 – DROITS D'INSCRIPTION

> **L'Eyglière et l'Eyglière'Nordic** : 25 € en ligne avant le jeudi 17 Octobre 2019 minuit // 28 € par courrier ou sur place avec Formule comprenant le dossard, les ravitaillements, le repas du dimanche midi et un textile technique

> **La Rue des Masques et la Rue des Masques'Nordic**: 16 € en ligne avant le 17 Octobre 2019 // 20 € par courrier ou sur place avec Formule comprenant le dossard, les ravitaillements, le repas du dimanche midi et un textile technique à tous les participants

> **Repas accompagnant** : 10€ adulte et 5 eur enfant- de 13 ans.

ARTICLE 4 - INSCRIPTIONS

Les inscriptions pourront être effectuées de la façon suivante : > inscription et paiement en ligne sur le lien d'inscription : www.genialp.com

> inscription via le bulletin téléchargeable sur le site : www.guiltrailclub.com

> inscription sur place, si dossards disponibles (pour toutes les courses: le samedi 19 octobre de 14 à 18 heures pour La Rue des Masques et l'Eyglière et course enfants .

Dossier complet à adresser : GUIL TRAIL CLUB - Place de l'Arsenal - 05600 MONTDAUPHIN

L'organisation décline toute responsabilité pour les coureurs sans dossard.

Les organisateurs sont couverts par une police d'assurance responsabilité civile au capital limité. Ils déclinent toute responsabilité pour tout accident physiologique (immédiat ou futur) ou en cas de vol.

L'inscription implique la connaissance du présent règlement (consultable sur le site www.guiltrailclub.com et s'y conformer.

Date limite d'inscription : le jeudi 17 octobre 2019 minuit en ligne et par courrier. Inscriptions sur place possible le samedi 19 octobre entre 14 h et 18 h et le dimanche 20 octobre 2019 entre 8 h et 9 h.

Les inscriptions seront prises par ordre d'arrivée et sont limitées à 200 par épreuve, elles seront closes sans préavis.

L'inscription à l'une des courses est ferme et définitive et il n'est pas possible de changer de course après le 18 octobre.

ARTICLE 5 – CONDITIONS D'ADMISSION

Conformément à la loi du 23 mars 1999, les inscriptions ne seront enregistrées que si le bulletin est accompagné : > du règlement (par carte bancaire pour les inscriptions en ligne, ou par chèque à l'ordre du «Guil Trail Club» > d'une licence FFA, FSGT, FFTRI, FFCO, UFOLEP ou Pentathlon OU d'un certificat médical d'aptitude sportive à la pratique de la course à pied en compétition, datant de moins d'un an. A défaut de réception du certificat médical 15 jours après la réception de l'inscription, cette dernière sera annulée. L'organisation gardera ce certificat médical pour une durée de un an, il ne sera pas retourné. > Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement. En retour direct de l'inscription complète, chaque coureur reçoit un courriel de confirmation.

ARTICLE 6 – ANNULATION

Si un concurrent désire annuler, un remboursement de l'inscription pourra être effectué selon les conditions suivantes : > sur présentation d'une pièce justificative valable (certificat médical ...) avant le 18 octobre 2019 minuit . A partir du 19 Octobre 2019, aucun remboursement ne sera effectué.

ARTICLE 7 - RETRAIT DES DOSSARDS

Les dossards pourront être retirés, sur la Place Salva à Guillestre (devant l'Office de Tourisme) :

> le samedi 19 Octobre 2019 de 14h00 à 18h00, pour les 2 parcours et courses enfant

> le dimanche 20 Octobre 2019 de 7h30 à 9h00 pour les parcours La Rue des Masques et L'Eyglière) et courses enfant.

Chaque dossard est remis individuellement à chaque coureur sur présentation
> d'une pièce d'identité avec photo et certificat médical, ou Licence club.

ARTICLE 8 - PORT DU DOSSARD

Le dossard doit être porté sur la poitrine ou le ventre et doit être visible en permanence et en totalité pendant toute la course. Il doit être positionné au-dessus de tout vêtement et ne peut en aucun cas être fixé sur le sac ou une jambe. Le nom et le logo des partenaires ne doivent être ni modifiés, ni cachés. Le dossard est le laissez-passer nécessaire pour accéder aux aires de ravitaillement, infirmeries, salles de repos, douches, aires de dépôt ou retrait des sacs ... Sauf en cas de refus d'obtempérer à une décision prise par un responsable de la course, le dossard n'est jamais retiré mais en cas d'abandon il est désactivé. Chaque coureur sera muni de puce électronique fixée au dossard. Les coureurs n'ayant pas en permanence leur puce seront pénalisés. Un contrôle est effectué à l'arrivée à tout poste de secours ou de ravitaillement. Des postes de contrôle inopinés sont mis en place en d'autres endroits que les postes de secours et de ravitaillement. Leur localisation n'est pas communiquée par l'organisation. L'organisation décline toute responsabilité pour les coureurs sans dossard.

ARTICLE 9 – CONDITIONS DE PARTICIPATION

Le principe de course individuelle en semi autonomie est la règle. La semi autonomie est définie comme étant la capacité à être autonome entre deux points de ravitaillement, aussi bien sur le plan alimentaire que de celui de l'équipement vestimentaire et de sécurité, permettant notamment de s'adapter aux problèmes rencontrés ou prévisibles (mauvais temps, problèmes physiques, blessure...) d'être pleinement conscient que le rôle de l'organisation n'est pas d'aider un coureur à gérer ses problèmes et que pour une telle activité en montagne la sécurité dépend de la capacité du coureur à s'adapter aux problèmes rencontrés ou prévisibles. Ces courses sont ouvertes à toute personne, homme ou femme, licenciée ou non, âgée de 18 ans révolus pour L'Eyglière, et 16 ans révolus pour La Rue des Masques.

ARTICLE 10 – RAVITAILLEMENTS

2 ravitaillements (liquide + solide) sont prévus sur le parcours de 20 km. Il s'agit de ravitaillements complets : boissons , gâteaux sucrés, chocolat, bananes, orange, fruits secs, biscuits salés. Afin d'éviter le gaspillage, il n'y aura aucun gobelet jetable en plastique sur aucun des ravitaillements des 3 courses; aussi, il est demandé à chaque coureur de se munir d'un gobelet écotasse d'une contenance minimale de 15 cl. L'organisation ne fournit que de l'eau plate pour le remplissage des bidons ou poches à eau. Le coureur doit veiller à disposer, au départ de chaque poste de ravitaillement, de la quantité d'eau et d'aliments qui lui est nécessaire pour rallier le point de ravitaillement suivant. Seuls les coureurs porteurs d'un dossard visible et dûment contrôlés ont accès aux postes de ravitaillement. Sur le site internet sera précisée la liste des points de ravitaillement.

Des poubelles sont disposées sur chaque poste de ravitaillement et doivent impérativement être utilisées. Tout coureur vu en train de jeter sciemment ses déchets sur le parcours sera pénalisé.

ARTICLE 11 – ÉQUIPEMENT

Pour participer à ces épreuves, un kit de matériel obligatoire est requis. Cependant, il est important de noter qu'il s'agit d'un minimum vital que chaque trailer doit adapter en fonction de ses propres capacités. Il est important de ne pas choisir les vêtements les plus légers possibles afin de gagner quelques grammes, mais de choisir des vêtements qui permettront réellement une bonne protection en montagne contre le froid, le vent et la neige, donc, une

meilleure sécurité et de meilleures performances. Chaque coureur doit avoir avec lui pendant toute la durée de la course la totalité de son matériel obligatoire. Des contrôles aléatoires seront effectués avant les départs des courses. A tout moment de la course, des commissaires de course pourront vérifier le sac et son contenu. Le coureur a l'obligation de se soumettre à ces contrôles avec cordialité, sous peine d'exclusion de la course. Cette liste pourra être allégée en fonction de la météo au moment du briefing d'avant course.

Matériel obligatoire

- > Gobelet écotasse personnel de 15 cl minimum
- > Poche d'eau minimum 1/2 litre pour l'Eyglière ; 1/2 litre pour la Rue des Masques
Selon la météo
- > Sur prescription du directeur de course suivant la météo : Bonnet , casquette ou bandana
- > Gants chauds et imperméable.

ARTICLE 12 – SÉCURITÉ ET ASSISTANCE MÉDICALE

Des postes de secours sont implantés en divers points des parcours. Ces postes sont en liaison radio ou téléphonique avec le PC de la course. Ceux-ci seront donnés au moment du briefing d'avant course. Une équipe médicale est présente pendant toute la durée des épreuves au PC course de Guillestre. Les postes de secours sont destinés à porter assistance à toute personne en danger avec les moyens propres à l'organisation ou conventionnés. Il appartient à un coureur en difficulté ou sérieusement blessé de faire appel aux secours.

- > en se présentant à un poste de secours
- > en appelant le PC course
- > en demandant à un autre coureur de prévenir les secours

Il appartient à chaque coureur de porter assistance à toute personne en danger et de prévenir les secours.

N'oubliez pas que des aléas de toute sorte, liés à l'environnement et à la course, peuvent vous faire attendre les secours plus longtemps que prévu

Un coureur faisant appel à un médecin ou un secouriste se soumet de fait à son autorité et s'engage à accepter ses décisions. Les secouristes et le médecin officiel 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
- > à faire hospitaliser à leur convenance les coureurs dont l'état de santé le nécessitera

Les frais résultant de l'emploi de moyens de secours ou d'évacuation exceptionnels seront supportés par la personne secourue qui devra également assurer elle-même son retour de l'endroit 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.

En cas d'impossibilité de joindre le PC course, vous pouvez appeler directement les organismes de secours (plus particulièrement si vous vous trouvez dans une zone « urgences seulement ») : 112 depuis la France

Un service infirmerie mobile sera ouvert basé aux postes de ravitaillement pendant toute la durée des épreuves. Les coureurs ayant un problème médical sévère pourront s'y adresser. Chaque coureur doit rester sur le chemin balisé, même pour se reposer. Tout coureur qui s'éloigne volontairement du chemin balisé n'est plus sous la responsabilité de l'organisation.

Tout coureur qui récupère le dossard d'un autre coureur court sous sa responsabilité personnelle et ne sera en aucun cas sous la responsabilité de l'organisation.

Il est interdit de suivre les coureurs avec un véhicule motorisé ou non.

Parcours balisé et fléchage au sol par peinture biodégradable, serre-file sur tous les parcours.

ARTICLE 13 – TEMPS MAXIMUM AUTORISE – BARRIÈRES HORAIRES

Pas de barrières horaires.

En cas de mauvaises conditions météorologiques et/ou pour des raisons de sécurité, l'organisation se réserve le droit d'arrêter l'épreuve.

ARTICLE 14 – MODIFICATIONS DU PARCOURS OU DES BARRIÈRES HORAIRES

ANNULATION DE LA COURSE L'organisation se réserve le droit de modifier à tout moment le parcours et les emplacements des postes de secours et de ravitaillement, sans préavis. En cas de conditions météo trop défavorables le départ peut être reporté de quelques heures au maximum, au-delà, la course est annulée. En cas de force majeure (en particulier en cas de mauvaises conditions météorologiques et pour des raisons de sécurité), l'organisation se réserve le droit d'arrêter l'épreuve en cours. En cas d'annulation d'une épreuve, pour quelque raison que ce soit, décidée plus de 15 jours avant la date du départ, un remboursement partiel des droits d'inscriptions sera effectué. Le montant de ce remboursement sera fixé de façon à permettre à l'organisation de faire face à l'ensemble des frais irrécupérables engagés à la date de l'annulation. En cas d'annulation décidée moins de 15 jours avant le départ ou en cas d'interruption de la course, pour quelque raison que ce soit, aucun remboursement d'inscription ne sera effectué.

ARTICLE 15 – ABANDON – RAPATRIEMENT

Sauf blessure, un coureur ne doit pas abandonner ailleurs que sur un point de contrôle. Il doit alors prévenir le responsable de poste, qui invalide définitivement son dossard. Le coureur conserve son dossard invalidé car c'est son laissez-passer pour accéder aux repas,...

> Les coureurs qui abandonnent sur un autre poste de secours ou de ravitaillement mais dont l'état de santé ne nécessite pas d'être évacués doivent regagner au plus vite et par leurs propres moyens le point de rapatriement le plus proche.

> En ce qui concerne les postes de ravitaillement ou de secours accessibles en voiture ou 4X4 >> lors de la fermeture du poste, l'organisation peut, dans la mesure des moyens disponibles, rapatrier les coureurs ayant abandonné et encore présents sur le poste

> En cas de conditions météo défavorables justifiant l'arrêt partiel ou total de la course, l'organisation assure le rapatriement des coureurs arrêtés dans les meilleurs délais possibles. En cas d'abandon avant un point de contrôle, il est impératif de revenir au point de contrôle précédent et de signaler son abandon au chef de poste. Le coureur n'est alors plus sous le contrôle de l'organisation.

ARTICLE 16 – RESPECT DU TERRITOIRE : BALISAGE

Par respect pour l'environnement aucune peinture ne sera utilisée sur les sentiers. Il est impératif de suivre les chemins tels qu'ils sont balisés, sans couper. En effet, couper un sentier provoque une érosion dommageable au site. Certaines espèces de plantes sont protégées.

Les services de l'environnement nous demandent :

- > De ne rien jeter,
- > De respecter les troupeaux et les barrières,
- > D'adopter une attitude sobre et digne,
- > De limiter l'érosion du sol notamment en descente.

ARTICLE 17 – PENALISATION – DISQUALIFICATION

Des commissaires de course présents sur le parcours, et les chefs de poste des différents

points de contrôle et de ravitaillement sont habilités à faire respecter le règlement et à appliquer immédiatement (*) une pénalité en cas de non-respect, selon le tableau suivant :

MANQUEMENT AU RÈGLEMENT :

PENALISATION

*Absence d'une puce électronique

Selon décision du jury de course

*Absence de passage à un point de contrôle

Selon décision du jury de course

ARTICLE 18 – ASSURANCE

Responsabilité civile :

L'organisateur souscrit une assurance responsabilité civile pour la durée de l'épreuve. Cette assurance responsabilité civile garantit les conséquences pécuniaires de sa responsabilité, de celle de ses préposés et des participants.

Individuelle accident :

Chaque concurrent doit obligatoirement être en possession d'une assurance individuelle accident couvrant d'éventuels frais de recherche et d'évacuation en France. Une telle assurance peut être souscrite auprès de tout organisme au choix du concurrent, et notamment auprès de la Fédération Française d'Athlétisme via la souscription d'un Pass'Running ou d'une licence.

NB : Le choix de l'évacuation dépend exclusivement de l'organisation, qui privilégiera systématiquement la sécurité des coureurs.

ARTICLE 19 – SPONSORS INDIVIDUELS

Les coureurs sponsorisés ne peuvent faire apparaître les logos de leurs sponsors que sur les vêtements et le matériel utilisé pendant la course. Tout autre accessoire publicitaire (drapeau, bannière...) est interdit en tout point du parcours y compris à l'arrivée sous peine de pénalité à l'appréciation de l'organisation.

ARTICLE 20 – COUVERTURE PHOTOGRAPHIQUE ET AUDIOVISUELLE

Du fait de son engagement, le concurrent donne à l'organisation une autorisation tacite pour utiliser toute photo ou image le concernant, et cède donc son droit à l'image dans le cadre de la promotion de la compétition.

ARTICLE 21 – CONDITIONS GÉNÉRALES

Tous les concurrents s'engagent à se soumettre aux règles spécifiques de l'épreuve par le seul fait de leur inscription et dégagent la responsabilité des organisateurs pour tout incident ou accident pouvant survenir avant, pendant ou après l'épreuve.