REGLEMENT DE LA COURSE PEDESTRE « LA CHRISTOLAISE » DU DIM. 06.08.2023 A SAINT-CHRISTOPHE-EN-OISANS

Mis à jour le 06.01.2023

Sommaire :

1. Description de l'épreuve
- A Parcours, plan page 2
- B Barrière horaire page 3
- C Départ page 3
- D Ravitaillement page 3

2. Inscriptions & conditions de participation
- A Conditions page 4
- B Licence/certificat page 4
- C Tarifs page 5
- D Mineur page 5

3. Modification, annulation, pénalités… page 5
4. Dossard page 5
5. Chronométrage page 6
6. Matériel obligatoire et conseillé page 6
7. Classement & récompenses page 7
8. Sécurité page 7
9. Comportement & respect page 7
10. Responsabilité, assurance page 8
11. Droit & loi informatique page 8
12. Acceptation du règlement page 9
+ Annexe COVID 19

La Christolaise est une épreuve déclarée au comité Courir en Isère, en préfecture et en mairie de Saint-Christophe-en-Oisans. Elle est organisée par :

Association « AVEC St Christophe »
Sis : la Ville – 38520 St Christophe en Oisans
07 83 66 29 18 – avec@saint-christophe-en-oisans.fr

Article 1er : Description de l'épreuve

A – Parcours

La Christolaise comprend trois épreuves de course à pied sur chemins de montagne :

-> *40 kms* – D+ 3257 m - espoir à vétéran – balisage bleu
Descriptif parcours : Plan du lac – Le Puy – Miroir – Près – Plat de la Selle - Champébran – Champhorent - Rajas – lac des Fétoules – refuge Lavey – Clot d'Outre - verrou Mariande – Alpe du Pin – chemin de l'envers – Lanchatra – Plan du lac.
Partie commune avec d'autre parcours : « Plan du Lac au Près », « Champébran à Champhorent » et « Clot d'outre à Plan du Lac »

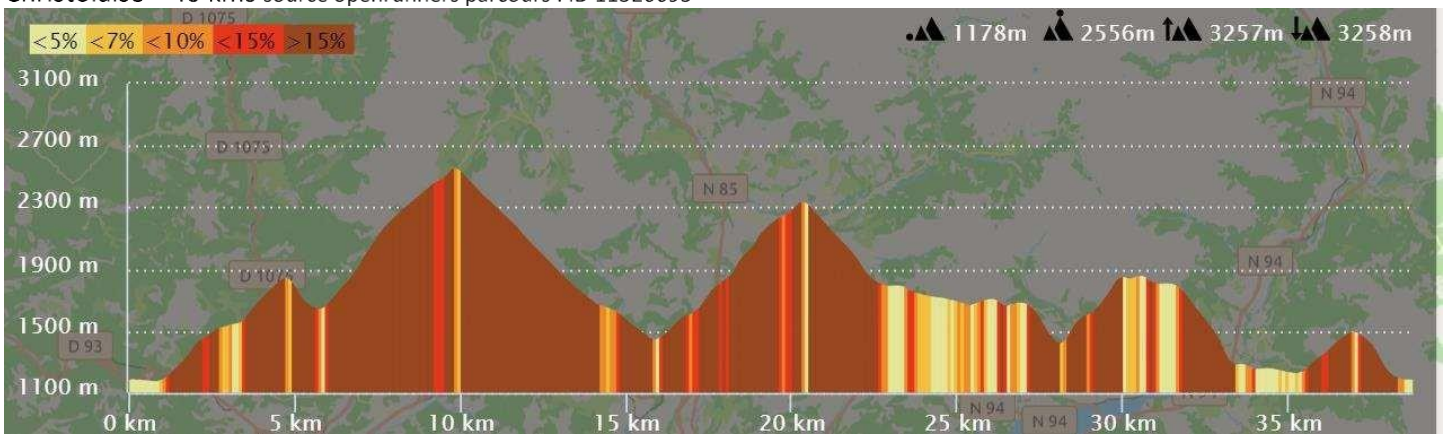
-> *20 kms* – D+ 1590 m - espoir à vétéran - balisage rose
Descriptif parcours : Plan du lac – Le puy – Miroir – Près - PréClot – Champébran - Champhorent – le Clot – verrou Mariande – Alpe du Pin – chemin de l'envers – Lanchatra – Plan du lac.
Partie commune avec d'autre parcours : « Plan du Lac au Près », « Champébran à Champhorent » et « Clot d'outre à Plan du Lac »

-> *10 kms* – D+ 676m - junior à vétéran - balisage jaune
Descriptif parcours : Plan du lac – Le puy – Miroir – Roure - le Puy - Plan du lac.
Partie commune avec d'autre parcours : « Plan du Lac au Près » et chemin de l'envers

En cas de mauvaises conditions météorologiques ou autres phénomènes, et ceci dans un souci de sécurité pour les coureurs et bénévoles, des parcours de repli, voir l'annulation de la course, peuvent être envisagés.

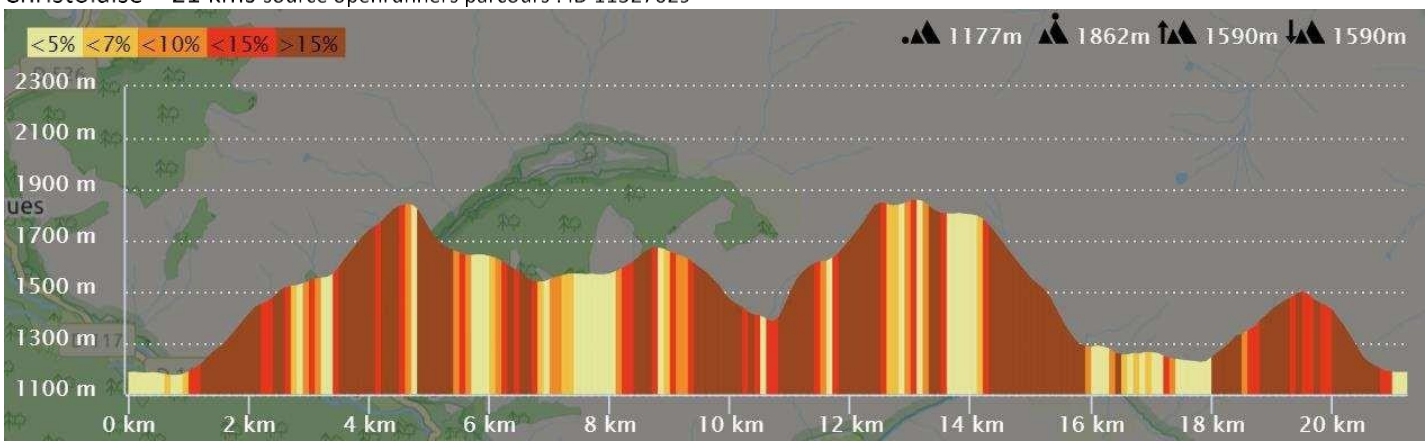
Vous pouvez retrouver le détail des parcours sur le site : https://www.openrunner.com/

Christolaise – 40 kms source openrunners parcours : ID 11526695



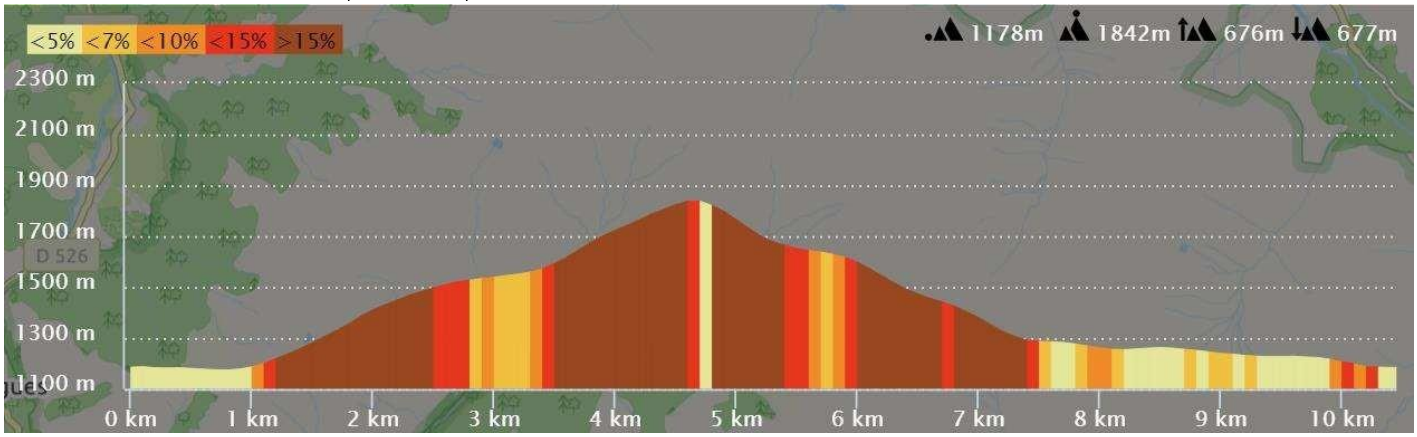
38,62 km

Christolaise – 21 kms source openrunners parcours : ID 11527029



21.17 km

Christolaise – 10 kms source openrunners parcours : ID 1527236



10.34 km

B – Barrières horaires

Si le cas se présente, le coureur sera stoppé et redescendu en véhicule à l'arrivée.
Par ailleurs, l'organisation se réserve le droit d'instaurer une barrière horaire différente en cours d'événement, en fonction des conditions climatiques (forte chaleur, intempéries…).

Les **horaires de barrage** sont fixés comme suit :

40 kms	20 kms	10 kms
10h30 à Champhorent	10h30 au Clot d'en bas	10h30 à la ville de St Christophe
13h30 au Clot	12h30 aux Granges	
15h00 aux Granges		

C – Départ

Parcours	Horaire départ	Lieu de départ
40 kms	6h00	Plan du Lac, commune de St Christophe en Oisans
20 kms	7h30	Plan du Lac, commune de St Christophe en Oisans
10 kms	8h30	Plan du Lac, commune de St Christophe en Oisans

D – Ravitaillement

Il est OBLIGATOIRE que les participants soient autonomes sur toute la durée de leur course. Les coureurs doivent avoir leur propre réserve alimentaire. Toutefois quelques stands de ravitaillement existent sur les sites suivants :

- 40 kms : A la remise des dossards + au Refuge de la Lavey + au Refuge de l'Alpe du Pin
- 20 kms : A la remise des dossards + au Refuge de l'Alpe du Pin
- 10 kms : A la remise des dossards

Vous y trouverez des pâtes de fruit / pâtes d'amande / barre de céréales sucrées et salée / compotes à boire, saucissons, cacahuètes…

Plusieurs points de ravitaillement en eau sont prévus sur chacun des parcours. Certains sont communs à plusieurs parcours.

40 kms : Près + Champébran + Refuge Lavey + Refuge Alpe du pin + Arrivée
20 kms : Près + Champébran + Refuge Alpe du pin + Arrivée
10 kms : Près + Arrivée

Aucun déchet ne devra être jeté dans la nature.

Article 2 : Inscriptions et conditions de participation

Les inscriptions en ligne pour chaque parcours sont ouvertes jusqu'au samedi 05.08.2023 23H59.
Les inscriptions de dernière minute sont possibles le jour J pour cette édition. Pour cela, merci de bien vouloir vous présenter sur le stand d'accueil de la course, **au moins 1H avant votre départ**. Attention, le tarif d'inscription du jour J est majoré.

A – Conditions - catégories

Les épreuves sont ouvertes à tous, licencié(e)s et non licencié(e)s selon les catégories suivantes :
40 kms : espoir à master
20 kms : espoir à master
10 kms : junior à master (les mineurs devront présenter une autorisation signée des parents ou tuteurs.)

Km-effort = (distance en kms + dénivelé en m)/100
C'est cette notion qui est prise en compte pour calculer à quelles catégories d'âges chaque épreuve est ouverte. En comparant la distance maximale autorisée pour chaque catégorie avec la distance de l'épreuve pondérée du D+.

B – Licence ou certificat médical

Tous participant au trail de la Christolaise est soumis à la présentation obligatoire à l'organisateur :

- D'une **licence** Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running délivrée par la FFA, ou d'un « Pass'J'aime Courir » délivré par la FFA et complété par le médecin, en cours de validité à la date de la manifestation. (Attention : les autres licences délivrées par la FFA (Santé, Encadrement, et Découverte ne sont pas acceptées) ;

- Ou d'une **licence sportive**, en cours de validité à la date de la manifestation, sur laquelle doit apparaître, par tous les moyens, la non contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition et délivrée par une des fédérations suivantes :

- Fédération des clubs de la défense (FCD)
- Fédération française du sport adapté (FFSA)
- Fédération française handisport (FFH)
- Fédération sportive de la police nationale (FSPN)
- Fédération sportive des ASPTT
- Fédération sportive et culturelle de France (FSCF)
- Fédération sportive et gymnique du travail (FSGT)
- Union française des œuvres laïques d'éducation physique (UFOLEP)

- Ou d'un **certificat médical**, sur lequel doit apparaître la mention suivante : absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition (ou de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition), datant de moins d'un an à la date de la compétition, ou de sa copie.

Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la possession du certificat médical.

Les participants étrangers sont tenus de fournir un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, même s'ils sont détenteurs d'une licence compétition émise par une fédération affiliée à World Athletics. Ce certificat doit être rédigé en langue française, daté, signé et permettre l'authentification du médecin, que ce dernier soit ou non établi sur le territoire national. S'il n'est pas rédigé en langue française, une traduction en français doit être fournie.

L'organisateur conservera, selon le cas, la trace de la licence présentée (numéro et fédération de délivrance), l'original ou la copie du certificat, pour la durée du délai de prescription (10 ans).

Les concurrents qui n'auront pas un certificat médical valable le jour de l'épreuve ou une licence sportive valable pour la course à pied en compétition, ne pourront prendre part à la course et ne pourront prétendre à un quelconque remboursement.

Afin d'accélérer le retrait des dossards, **il est fortement demandé de fournir en ligne votre justificatif médical** (certificat médical ou licence), en amont de la manifestation, soit avant le 06 août 2023 !

C – Tarifs, conditions, validation

Les inscriptions sont à envoyer :
Par voie postale : AVEC St Christophe - la Ville - 38520 St Christophe en Oisans
Par internet : https://chronospheres.fr

Votre inscription comprend :
- le dossard et la participation à l'épreuve,
- les frais d'inscription,
- le cadeau souvenir,
- les récompenses,
- le chronométrage par puce électronique,
- les ravitaillements,
- les secours et la sécurité.

2023 TARIFS	Jusqu'au Sam. 05 Août	Le Dim. 06 Août
40 kms	30 €	35 €
20 kms	20 €	25 €
10 kms	10 €	15 €

Validation des inscriptions
Les inscriptions sont **définitives** lorsque l'organisateur est en possession des 3 éléments suivants :

1. la **fiche** d'inscription dûment remplie et **signée ;**
2. le justificatif **médical (certificat ou licence)** ;
3. le **règlement en ligne, chèque, espèces** (pas de CB sur place)

D – Mineur
Les seuls mineurs pouvant concourir sont les catégories « junior » et uniquement sur le parcours 10kms. Ils devront impérativement fournir une autorisation parentale éditée sur papier libre.

Article 3 : Modifications, neutralisations, annulations, remboursements, pénalités

En cas de force majeure, catastrophe naturelle ou intempéries de toute autre nature mettant en danger la sécurité des concurrents, l'organisation se réserve le droit d'annuler ou d'interrompre l'épreuve sans que les participants puissent prétendre à un quelconque remboursement.

L'organisation rembourserait l'intégralité du montant de l'inscription si la course devait être annulée de son fait (arrêté préfectoral non obtenu, refus d'autorisation de passage…).

Les concurrents ne seront pas remboursés si l'annulation de l'épreuve est motivée par une cause extérieure exceptionnelle et non prévisible (alerte météo, foudre, conditions sanitaires, …).

Article 4 : Dossards

A - Retrait
La veille : de 14h à 17h devant l'accueil de la mairie de Saint-Christophe-en-Oisans (4 kms après le Plan du Lac).
Le jour J : à partir de 5h sur le site de départ/arrivée. Fin de retrait des dossards à 5h30 pour le 40kms, à 7h pour le 20kms et à 8h pour le 10kms. **! Attention, pour toutes inscriptions sur place le jour J, merci de vous présenter au moins 1H avant le départ de votre course !**

B - Le dossard
Le dossard doit être entièrement visible, non plié, **porté devant** et correctement attaché par des épingles, en prévoir 4.
Aucun dossard ne sera envoyé par la poste.
Tout engagement est personnel, ferme et définitif.
Aucun transfert d'inscription n'est autorisé. Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne, sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière pendant l'épreuve. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation.

Article 5 : Chronométrage

Tous les concurrents se verront remettre une puce électronique ou système équivalent qui sera initialisé automatiquement sur la ligne de départ. Tout concurrent dont la puce n'aura pas été repérée à un seul ou à tous les points de détection ne sera pas classé à l'arrivée.
Le chronométrage est réalisé par la société Chronosphère SAS – 123 chemin de Brandoule – 26240 LAVEYRON

Article 6 : Matériel

Sur chaque épreuve, un certain nombre d'équipements et matériels sont obligatoires et d'autres conseillés.
Des contrôles pourront être effectués sur le matériel obligatoire, lors du départ ou des différents points du parcours.
Tout concurrent n'étant pas en mesure de présenter tout ou une partie du matériel obligatoire pourra être mis hors course.

Matériel obligatoire pour tous les parcours :

Gobelet individuel : Dans le but évident de réduire l'utilisation de déchets et matériel à usage unique, chaque participant devra disposer de son propre gobelet réutilisable. Nous ne vendrons pas de gobelets sur place.

A - Matériel toléré pour les 3 parcours

Les bâtons seront autorisés mais devront impérativement être tenus dans une main par le milieu, lors du départ. Les télescopiques devront être repliés lors du départ.

B - Matériel obligatoire sur 10kms

Un gobelet
Une fiche roadbook fournie par l'organisateur lors du retrait de votre dossard
Matériel vivement conseillé : un téléphone portable *(Réseau orange uniquement toutefois le 112(secours) doit en théorie fonctionner partout mais attention aux zones d'ombres),* une réserve alimentaire, une veste imperméable.

C - Matériel obligatoire sur 20kms

Un gobelet
Une réserve d'eau de 1,5L
Un sifflet
Une fiche roadbook fournie par l'organisateur lors du retrait de votre dossard
Matériel vivement conseillé : un téléphone portable *(Réseau orange uniquement toutefois le 112(secours) doit en théorie fonctionner partout mais attention aux zones d'ombres),* une réserve alimentaire, une veste imperméable.

D - Matériel obligatoire pour le 40 kms

Un gobelet
Une réserve d'eau de 1,5L
Un sifflet
Une couverture de survie
Une réserve alimentaire
Une fiche roadbook fournie par l'organisateur lors du retrait de votre dossard
Matériel vivement conseillé : un téléphone portable *(Réseau orange uniquement toutefois le 112(secours) doit en théorie fonctionner partout mais attention aux zones d'ombres)*, une veste imperméable.

Article 7 : Classements et récompenses

A - Classement

Tous les résultats seront disponibles sur notre site www.berarde.com au plus tard le mardi matin suivant la course.
Les classements affichés pour chaque parcours seront les suivants :

- classement général : femmes et hommes confondus
- classement par catégories : femmes / hommes

B - Ex aequo

Si des ex aequo subsistent, le concurrent le plus âgé sera déclaré vainqueur.

C - Remise des prix

La remise des lots aura lieu à partir de 14h pour tous les parcours.
Toutes les récompenses seront remises exclusivement lors de cette remise de prix.
Aucun lot ne pourra être retiré les jours suivants.

D - Distribution des récompenses

- Podiums par catégorie : les premier(e)s uniquement de chaque concours
(Catégories présentées : Junior (10kms uniquement), Espoir, Senior, Master)
- Podiums général : les premier(e)s, les second(e)s et les troisièmes de chaque concours

Article 8 : Sécurité

La responsabilité médicale sera assurée par :

- un médecin : Docteur Georges GORAIEB – 38 rue du Château – 77400 DAMPMART
- une équipe de secouristes du CFS38.
- petit plus : parmi les bénévoles, plusieurs personnes sont titulaires d'un brevet de secouriste.

Ceux-ci pourront décider de la mise hors course d'un concurrent pour des raisons médicales. Par ailleurs, le secours en montagne basé à la Bérarde et la protection civile basée à Huez seront informés de l'événement.
Tout coureur mis hors course, décidant de continuer l'épreuve, le fera sous son entière responsabilité et l'organisation ne pourra être tenue responsable en cas d'accident. Les sportifs sont les premiers garants de leur propre sécurité en respectant les consignes.

Article 9 : Comportement des participants & Respect de l'environnement

A - Secours et entraide **Les concurrents se doivent secours et entraide.**

B - Course
Tout concurrent rattrapé doit laisser le passage.
En cas d'abandon, le coureur doit impérativement se signaler à un membre de l'organisation (signaleur, ravitailleur…).
Le concurrent s'engage à ne pas anticiper le départ et à suivre toutes les consignes de l'organisation.

C - Respect de l'environnement
L'événement se déroule dans un environnement préservé. Il est donc demandé aux participants de respecter la nature en jetant leurs déchets au départ, aux points de ravitaillement ou à l'arrivée. Tout concurrent qui sera vu en train de jeter des déchets dans la nature sera donc éliminé.

D - Nature préservée : Parc National des Ecrins et ses abords
Vous allez participer à une épreuve sportive qui se déroule dans un territoire alpin exceptionnel qui constitue le cœur du Parc national des Écrins.
Ce cadre naturel protégé participe à la qualité de l'épreuve et de l'effort consenti, le respect de cette haute naturalité est une évidence. Ainsi chacun aura à cœur de ne jeter aucun détritus, de ne laisser aucune signalétique, point d'ancrage ou élément temporaire de sécurité dans cet espace naturel. De même, personne n'aura recours aux sonorisations, aux affichages publicitaires ou aux couvertures médiatiques incompatibles avec ce territoire protégé.
Les épreuves gagnent en authenticité, et se démarquent des cadres habituels pour gagner en naturel et en simplicité, une image de marque pour l'Oisans. Merci d'avance.

Article 10 : Responsabilité & assurance

Les organisateurs déclinent toute responsabilité pour les accidents physiques et physiologiques, immédiats et ultérieurs, qui pourraient survenir aux participants au cours de l'épreuve.

A - Responsabilité civile :
Les organisateurs ont souscrit un contrat qui couvre leur responsabilité civile ainsi que celle des participants dûment engagés, de la ligne de départ à la ligne d'arrivée, pour les dommages matériels ou corporels qu'ils pourraient causer accidentellement à des tiers ou se causer entre eux. La police d'assurance de l'organisateur est souscrite chez Axa à Bourg d'Oisans.

B – Responsabilité individuelle :
Il appartient aux participants de vérifier auprès de leur fédération ou de leur assurance qu'ils sont bien couverts pour les dommages corporels qu'ils encourent lors de leur participation à ce type d'épreuve. Dans le cas contraire, il est de leur intérêt de souscrire auprès de leur assureur un contrat qui les garantit en cas de dommages corporels.

C - Dommage matériel :
Ni l'organisateur, ni son assureur ne couvrent les dommages que pourraient subir les participants, notamment en cas de chute ou de vol. Il incombe à chacun de se garantir ou non contre ce type de risques auprès de son assureur.

D - Vol et disparition :
Les participants reconnaissent la non responsabilité de l'organisateur pour la surveillance des biens ou des objets en cas de vol, de perte ou de dommage.

Article 11 : Droit & loi informatique et liberté

A – Loi informatique et liberté
Conformément à la « loi informatique et libertés » du 6 janvier 1978, les concurrents disposent d'un droit d'accès et de rectification de leurs données personnelles. Ils peuvent recevoir des contenus liés au trail de la Christolaise ainsi que des propositions d'autres évènements de l'organisateur « Association AVEC Saint Christophe ». S'ils ne le souhaitent pas, il suffit d'envoyer un email à l'adresse suivante : avec@saint-christophe-en-oisans.fr

B – Droit à l'image
Les participants autorisent expressément les organisateurs ainsi que leurs ayants droit tels que les partenaires et médias à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles ils pourraient apparaître, prises à l'occasion de leur participation, sur tous les supports y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires, dans le monde entier et pour la durée la plus longue prévue par la loi, les règlements, les traités en vigueur, y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée.

Article 12 : Acceptation du règlement

Les organisateurs de cette épreuve déclinent toutes responsabilités en cas de vol et se réservent le droit d'apporter toutes modifications qu'ils jugeront nécessaires à l'ensemble de l'organisation.
Les coureurs acceptent ce règlement dans son intégralité et s'engagent à suivre toutes les consignes de l'organisation.
La participation à la Christolaise implique l'acceptation expresse par chaque concurrent de ce règlement.
Le non-respect de ce règlement ou des consignes entraînera aussitôt la disqualification du coureur.

ANNEXE AU RÈGLEMENT LA CHRISTOLAISE 2023

MESURES SANITAIRES COMMUNES APPLICABLE SUR L'ENSEMBLE DE L'ÉVÉNEMENT

- Respect des bonnes pratiques spécifiques à chaque lieu
- Gel hydro-alcoolique à disposition

Accueil public
- Gel hydro-alcoolique à disposition
- Respect des bonnes pratiques : lavage des mains, distanciation

Retrait des dossards
- Privilégier les documents dématérialisés et traités en amont
- Gel hydro-alcoolique à disposition
- Aération permanente de la salle ou extérieur
- Accès à la salle en nombre restreint ou extérieur

Départ des courses
- Départ par vague en cas d'affluence

Ravitaillement sur le parcours, au départ et à l'arrivée
- Le service est assuré par les bénévoles
- **Il est recommandé aux coureurs d'avoir leur propre réserve alimentaire**
- **Gobelet individuel obligatoire pour le coureur**

Cérémonies protocolaires
- Gel hydro-alcoolique à disposition
- Montée sur le podium possible en respectant les mesures de distanciation
- Durée limitée sur le podium

Autres
- Certains services seront supprimés comme les douches et les consignes
- La remise par catégorie s'arrêtera aux 1ers & 1ères

Ne pas se rendre à l'évènement en cas de symptôme évocateur du COVID 19.

Nous vous remercions par avance pour tous vos efforts afin de respecter toutes ces consignes et vous souhaitons une bonne Christolaise à tous !

Document réalisé par : Association A.V.E.C Saint Christophe - La Ville – 38520 St Christophe en Oisans – 07 83 66 29 18