



RÈGLEMENT – 22^{ème} EDITION TECHNI' TRAIL TIRANGES (43)



ORGANISATION :

L'Association TRAIL TIRANGES TOUR organise **samedi 25 et dimanche 26 mai 2024**, la 22^{ème} édition du TECHNI'TRAIL TIRANGES (43), courses à pied, trails pleine nature de

15 km (**20K M** - iTRA **0**)

25 km (**20K M** - iTRA **1**)

56 km (**50K M** - iTRA **3**)

82 km solo (**100K M** - iTRA **4**)

82 km relais (**50K M** - iTRA **1** - iTRA **2** - iTRA **1**) (par relais).

limitées à 600 coureurs maximum au total des 5 épreuves. Pour des raisons de logistique, les organisateurs se réservent le droit de limiter le nombre de relais sur le 82km. Les courses « TRAIL » sont ouvertes à TOUS, hommes ou femmes, licencié(e)s ou non, âgé(e)s de 18 ans au moins pour les 15 km et 20 ans minimum pour les 25, 56 et 82 km.

Parallèlement à ces courses trails, il est organisé **deux randonnées pédestres** :

Une marche nordique de 15 km, circuit du TTT 15KM,

et une rando traditionnelle appelée rando-santé d'environ 8 km.

Les participants doivent s'inscrire avant le départ de ces marches le dimanche matin à 9h 30 pour la marche nordique et 10h pour la rando-santé. **Il incombe aux participants de vérifier qu'ils sont correctement assurés sur cette activité, sinon de souscrire personnellement, ils marchent sous leur propre responsabilité. Les éventuels frais d'évacuation (y compris ambulance) sont à la charge de la personne secourue.** Les mineurs participent sous la responsabilité parentale.

CONDITIONS D'ADMISSION TRAILS :

Conformément à la loi, les inscriptions ne seront enregistrées que si elles sont **obligatoirement** accompagnées d'une photocopie de licence FFA en cours de validité (pour les licenciés) ou d'un certificat médical « **de non 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 au jour de la course, ou sa photocopie (pour les non licenciés). Ces documents sont conservés par les organisateurs en tant que justificatif en cas d'accident. **En l'absence de l'une ou l'autre de ces pièces, il ne sera pas possible de s'inscrire et bien évidemment, aucun dossard ne sera distribué.** La liste des inscrits sera accessible sur le site internet de la course. **En cas d'inscription sous faux certificat médical ou certificat non conforme ou encore absence de certificat, aucun remboursement ne sera possible de la part de l'organisation.**

MATERIEL :

Matériel obligatoire toutes courses :

- **un gobelet pour les ravitaillements.**
- sont conseillés : bâtons de marche, téléphone portable, un sifflet. Une réserve d'eau de 500 ml et des réserves énergétiques sur le 25 km voir, sur le 15 km pour les coureurs qui découvrent le trail.

(56 km et 82 km uniquement) :

- ceinture-bidon ou sac à dos
- réserve d'eau d'au moins 1 litre (2 bidons ou poche à eau)
- couverture de survie (82 km)
- coupe-vent à la taille du coureur
- gobelet personnel
- bande élastique adhésive permettant de faire un bandage ou un strapping (mini 80cm x 3 cm)
- un sifflet et un téléphone portable.

Aucun contrôle ne sera fait au départ mais l'organisation se réserve le droit de contrôler pendant l'épreuve.

Sont conseillés : bâtons de marche.

L'utilisation des bâtons de marche est admis sur les différents parcours **sauf lors du passage de la coulée de lave (25, 56, 82 km)**

INSCRIPTIONS :

Les quatre courses trail (15, 25, 56 et 82 km) se déroulent individuellement, avec possibilité de courir le 82 km en relais 3 coureurs. Dans ce cas, le 1er relais parcourra 23 km, le deuxième 33 km et le 3ème, 26 km. Les points relais sont signalés sur le tracé GPX de ce circuit, le relais s'effectuera sous contrôle d'un membre de l'organisation. **Les déplacements au point relais, aller et retour sont l'affaire des traileurs.** Les inscriptions sont ouvertes auprès de notre partenaire Chronosphères via notre site www.trailtiranges.fr, le 1 février 2024. Il est mis en place 2 niveaux « d'inscriptions calendaires ». Jusqu'au 14 avril, le coût d'inscription est de 50 € pour le 82 km solo, de 25 € par participant au relais 3 coureurs, il est de 35 € pour le 56 km, de 25 € pour le 25 km et 15 € pour le 15 km. A partir du 15 avril, le montant de ces inscriptions sera majoré de 2 € pour les 15 et 25 km et de 5 € pour les 56 et 82 km.

Les inscriptions sur place (sous réserve de dossards disponibles) seront closes une demi-heure avant chaque départ et seront de 20 € pour le 15 km, 30 € pour le 25 km et 45 € pour le 56 km. Pas d'inscriptions sur place pour le 82 km.

HORAIRES – DOSSARDS :

Le retrait des dossards aura lieu le samedi 25 mai à partir de 15 heures et le dimanche 26 (à la salle polyvalente) à partir de 5 heures. Départs et arrivées se feront du parc de la salle polyvalente. Le départ de la course de 82 km (solo et relais) est prévu dimanche 26 mai 2024 à 03h 30. Pour cette épreuve les dossards non retirés seront disponibles sur place avant le départ. Le 56 km partira le dimanche 26 à 7h 00, le 15 km à 8h 30 et le 25 à 9h 00.

RAVITAILLEMENTS :

Des espaces ravitaillement salé et sucré sont mis en place par l'organisateur, dans le respect des règles sanitaires en vigueur au jour de la course. Ils sont indiqués sur le profil de chaque course disponible sur notre site internet. » Le ravitaillement extérieur et l'assistance sont autorisés, mais seulement sur les zone de ravitaillement de la course.

BARRIERES HORAIRES :

Des barrières horaires sont mises en place pour le 82 km, la première est fixée à 16 h, au passage au PC course (La Nercière), salle polyvalente.

La deuxième à 18h 30 au ravitaillement de la coulée de lave.

Et enfin une troisième à 20h 30 au ravitaillement de Chalencon.

Ces barrières horaires sont également valables pour le 56 km puisque les parcours deviennent communs à partir du Clos.

INFORMATIONS ET PARCOURS

Les différents parcours (traces GPX et profils de dénivelés) sont disponibles sur le site dédié au TTT et TRACE DE TRAIL. Les organisateurs se réservent le droit de modifier en partie ces parcours en cas de nécessité. Les coordonnées GPS des points relais pour le 82 km, sont disponibles sur le tracé des circuits. Pour aider les suiveurs, les coordonnées GPS des lieux où il est facilement possible de voir passer les coureurs seront également disponibles. **Chaque participant et suiveur devront respecter la quiétude des lieux lors de leur passage.**

SECURITE

Il est interdit de suivre les coureurs avec un véhicule motorisé ou même en VTT. Les parcours sont balisés et fléchés. **Tout abandon devra être signalé à l'organisation** et le dossard remis au ravitaillement, point de contrôle, signaleur le plus proche ou au PC course. Les chaussures à pointes sont interdites ainsi que tout autre support de marche, exception faite de l'usage de bâtons de marche.

Des serre-files fermeront chacun des parcours pour une sécurité optimale.

COUVERTURE PHOTOGRAPHIQUE ET AUDIOVISUELLE :

Du fait de son engagement, le concurrent donne à l'organisation un pouvoir tacite pour utiliser toute photo ou image concernant l'événement dans le cadre de la promotion de celui-ci.

ASSURANCES :

Les organisateurs sont couverts par une police responsabilité civile souscrite auprès de SMACL Assurances. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. **Il incombe aux autres participants de vérifier qu'ils sont correctement assurés sur cette activité, sinon de souscrire personnellement, ils courent sous leur propre responsabilité. Les éventuels frais d'évacuation (y compris ambulance) sont à la charge de la personne secourue.** Le coureur concerné devra constituer et présenter son dossier à son assurance personnelle.

MISES HORS COURSES :

L'organisation procédera à des pointages aléatoires sur les parcours. Les concurrents seront éliminés pour cause de : absence de dossard, falsification de dossard, coupure de sentier, retard au départ de la compétition, absence de l'équipement obligatoire, non-pointage aux postes de contrôle, pollution ou dégradation des sites traversés, jets de détritux, refus de se faire examiner par un médecin, ravitaillement en dehors des zones prévues, non respect des règles sanitaires.

Toute personne souhaitant porter une réclamation devra le faire oralement auprès du premier poste de contrôle rencontré et par écrit à l'arrivée auprès du directeur de course.

RECOMPENSES :

Pour chaque course Solo : récompenses aux 3 premiers scratch hommes et femmes et aux premiers de chaque catégorie Juniors, Espoirs, Séniors, M0, M1, M2, M3, M4, M5 et M6 et plus... hommes et femmes (cumul non autorisé). **Récompenses aux premiers scratches (masculin, mixte et féminin) du relais 82 km.**

ANNULATION / TRANSFERT DE DOSSARD :

Notre partenaire « Chronosphères » propose à l'engagement de chaque coureur une assurance annulation facultative. Son prix est de 12% du montant de l'inscription. Elle garantit un remboursement à hauteur de 80% du montant de cette inscription en cas d'annulation par le coureur quelle qu'en soit la raison, mais avec justificatif.

Il est possible de transférer le dossard à un autre coureur jusqu'à 48h du départ, sous réserve du respect des règles d'inscription par le nouveau participant et de l'accord de l'organisateur. **En cas d'annulation pour raison sanitaire, le remboursement sera automatique (cf 2020).**

ATTENTION : Il n'y aura aucun remboursement en cas d'inscriptions sur plusieurs courses par un même coureur ou en cas d'annulation d'inscription pour cause de licence ou certificat médical non conforme.

CONDITIONS GENERALES :

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 les courses.

RENSEIGNEMENTS :

Pour tous renseignements concernant l'aspect sportif s'adresser à

➤ • **Franck PAULET** - tel: 06 89 68 07 28 mail: francky.paulet@orange.fr

Pour tous renseignements concernant l'aspect administratif (inscriptions, dossards, annulation, transfert dossard ...)

➤ • **Maurice BARGEON** – tel: 06.80.06.65.91 mail: m.bargeon@wanadoo.fr

Site Internet : www.trailtiranges.fr

Adresse Postale: Annie BARGEON –TTT 14, Place du bowlingrin.43530 TIRANGES

Retrouvez-nous sur  <https://www.facebook.com/technitraildetiranges>

<https://www.instagram.com/technitrailtiranges>
