

Réglement Fores'Trail 2023

La Patriote Cross de Guînes vous propose 3 parcours trail respectivement (13-24 et 30 kms), 1 parcours de marche nordique chronométrée de 13kms (départ simultané avec le 13km Trail) ainsi que 2 courses enfants (1,3 kms et 3,2 kms).

Des ravitaillements sur les parcours et à l'arrivée seront offerts ainsi qu'un sandwich.

Les 3 premières femmes ET 3 premiers hommes de chaque parcours seront récompensés(e)s.

Des tote-bag seront offerts aux marcheurs nordiques ainsi qu'aux participants des courses enfants.

Un Tee Shirt technique *manche longue Fores'Trail* sera offert aux participants des 3 courses trail

Une médaille de « finisher » sera offerte à chaque participant terminant le parcours du 30 kms

Les accompagnants pourront profiter de l'animation du village mise en place à l'occasion.

-Article 1 :

Les coureurs participent à la compétition sous leur propre et exclusive responsabilité en cas d'accident ou de défaillances consécutives à un mauvais état de santé.

Chaque personne engagée doit être assurée pour les dommages causés aux autres.

-Article 2 :

Pour cette édition les parcours seront déclinés de la manière suivante :

Un parcours Trail de 30 kms comportant 2 ravitaillements solides/ 2 ravitaillements liquides ouvert aux participants âgés de 18 ans

- Un parcours Trail de 24 kms comportant 1 ravitaillement solide / 2 ravitaillements liquides ouvert aux participants âgés minimum de 18 ans.

-Un parcours Trail de 13kms comportant 1 ravitaillement liquide ouverts aux participants âgés au minimum de 18 ans.

Un parcours marche nordique de 13kms comportant 1 ravitaillement" liquide" ouvert aux participants dès 16 ans.

**Nous précisons que le ravitaillement du 13km sera scindé en deux parties, une partie pour les coureurs et une pour les marcheurs pour la bonne gestion des flux.*

Il est impératif que les marcheurs respectent cette séparation pour ne pas gêner la progression des coureurs.

Pour l'ensemble des épreuves en sus des ravitaillements sur les parcours un ravitaillement vous sera offert à l'arrivée.

Equipement obligatoire sur le 30kms :

- dossard affiché sur le torse
- réserve d'eau minimum 1 litre
- réserve alimentaire
- veste imperméable légère permettant de supporter la pluie ou couverture de survie.

Tout coureur n'ayant pas son matériel obligatoire ne sera pas classé.

Equipements conseillés :

. Crème solaire, vaseline ou crème anti-échauffement, bande élastique, casquette, buff et répulsif insectes et tiques.

Les bâtons de marche pour les randonneurs sont interdits.

Nous rappelons aux marcheurs que leurs chiens sont acceptés à la seule condition d'être attaché du départ au franchissement de la ligne d'arrivée.

-Article 3 :

Tous les départs et arrivées se feront au village implanté à l'entrée du bois de Guînes au niveau de la maison forestière.

Les 3 parcours du trail et de marche nordique sont en gestion informatisée avec puces électroniques (chronopale) par passage sur tapis à l'arrivée.

-Article 4 :

La rue de la justice et le chemin du bois de Guînes seront interdits à la circulation de 12h00 à 20h00 conformément à l'arrêté municipal pris par la commune. Des navettes -bus- gratuites pour les coureurs et accompagnateurs au départ du collège des quatre vents (rue de la justice) jusqu'au village seront effectuées.

Premiers départs 12h15, dernier retour 20h. Les horaires de départ seront respectés, merci de prévoir une marge pour vous rendre au village départ.

Un parking sera mis à votre disposition (parking de la Flandres) en face de la maison de retraite et à proximité des navettes.

- Article 5 :

Les courses sont ouvertes à toute personne (affiliée ou non à une fédération sportive) qui s'engage à respecter le règlement et partage les valeurs respectueuses de l'environnement.

La participation à la compétition est soumise à la présentation obligatoire par les participants à l'organisateur :

* D'une licence Athlé Compétition, athlé entreprise, athlé running, ou d'un pas running délivré par la FFA, en cours de validité à la date de la manifestation ou d'une licence sportive, en cours de validité à la date de la manifestation délivrée par une fédération uniquement agréée, sur laquelle doit apparaître, par tous les

moyens, la non-contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition. Ou d'une licence délivrée par la FSGT, OFULEP, FFTRI et FSCF en cours de validité à la date de la manifestation.

* ou un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an à la date de la compétition.

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

-Article 6 :

Les inscriptions se font uniquement sur la plateforme "njuko", **date limite le mardi 6 Juin 2023 20h00**, le paiement se fait en carte bancaire, sur une plateforme sécurisée (un justificatif de paiement vous sera automatiquement adressé par mail, ainsi que le récapitulatif de votre inscription.

Elle ne sera validée qu'après vérification de la conformité de votre certificat médical ou de votre licence, pas d'inscriptions sur place.

-Article 7 :

Les horaires et tarifs des différents parcours sont fixés comme suit :

*Course enfants 1,3 km Départ 14h00/ Gratuit

*Course enfants 3,2 km Départ 14h20/ Gratuit

*Marche nordique 13km Départ 16h à la suite du trail 13km / prix fixe 8 euro

* Course 13km Départ 16h / prix fixe de 14 Euros

*Course 24 Km Départ 15h30 / prix fixe de 24 euros

*Course 30km départ 15h/ prix fixe de 28 euros

Article 8 :

- Chaque participant aux parcours trails se verra remettre un tee-shirt de l'évènement, lors de son retrait de dossard.

-Les participants marche nordique et les enfants se verront remettre un tote-bag aux couleurs de la fores'Trail.

-les enfants se verront remettre également une médaille de « finisher ».

-Le sandwich est offert à chaque traileur et marcheur nordique à l'issue de son parcours.

Article 9 :

Le nombre d'inscrits est limité à 600 coureurs sur les courses trail avec une jauge à 200 participants sur chaque course.

Article 10 :

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 les courses ou de modifier le parcours, voire

d'annuler les courses sans préavis, sans que les coureurs puissent prétendre à aucune indemnisation ou aucun remboursement de frais d'inscription.

*Remboursement de la course uniquement en cas de raison médicale avec présentation d'un certificat médical à l'appui sur la base du prix de l'inscription moins 5 euros de frais de gestion.

Article 11 :

Le retrait des dossards s'effectuera le vendredi 09/06/2023 soir de 14h00 à 19h00 salle Rez De Jardin à l'arrière de la mairie de Guînes. Un parking est situé à l'arrière de la mairie.

Également le retrait sera possible le samedi 10/06/2023 de 10h à 12h salle Rez De Jardin, à l'arrière de la mairie de Guînes.

Pour les retardataires, il sera possible de récupérer son dossard sur le village course le jour même de 13h30 à 14h30.

Il sera impossible de récupérer un dossard dont le dossier est non finalisé ou incomplet le jour même.

Article 12 :

L'assistance médicale est gérée par les ambulances Guinoises, assistée par les sapeurs-pompiers le cas échéant pour assurer les premiers secours en cas de blessure ou autre problème d'ordre médical.

Il appartient à un coureur en difficulté ou blessé de faire appel aux secours soit :

- en utilisant le numéro de téléphone de l'assistance noté au dos du dossard
- en demandant à un autre coureur de prévenir les secours

Il appartiendra à chaque coureur de porter assistance à toute personne en difficulté et de prévenir les secours

Deux quads seront fixés au village de course, afin d'aller chercher un coureur blessé et localisé dans un chemin non praticable.

Chaque personne engagée doit être assurée pour les dommages causés aux autres.

Article 13 :

Les licenciés bénéficient des garanties liées à leur licence, il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement. Les organisateurs sont couverts par une police d'assurance souscrite auprès de la MACIF.

Article 14 :

Pour la bonne continuité de cet événement, nous devons vous sensibiliser à la protection de l'environnement. Il s'agit de respecter la charte. C'est l'avenir du trail qui est entre vos mains.

- Ne jetez pas de déchets sur la voie publique ou dans la nature.
- Être courtois, de bonne humeur et respecter les règles élémentaires de civilité.
- Les concurrents qui ne respecteront pas ces consignes seront disqualifiés sans indemnité.

Les parcours seront balisés et nos bénévoles veilleront au bon déroulement et respect de la charte.

Article 15 : il sera donné la possibilité aux participants de déposer leurs effets personnels sous une tonnelle sans surveillance. L'organisateur décline toute responsabilité en termes de dégradation, de perte ou de vol.

Article 16 :

Les résultats seront en ligne dès le dimanche 11 Juin 2023 sur le site de notre prestataire "Chronopale".

Article 17 :

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

Article 18 :

Pour tout renseignement complémentaire ou pour toute réclamation, les participants peuvent contacter les organisateurs via leur page Facebook de l'événement.