



REGLEMENT DES 10 KM ET 20 KM NOCTURNE "Groupe LEGENDRE"

Article 1 : PARTICIPATION L'Association « *Pacé en Courant* » organise le samedi 17 novembre 2018, une course nature de 10 km et de 20 km sur sentiers et chemins balisés.

Le 10 km nature est ouvert aux catégories cadets, juniors, espoirs, séniors et vétéran

Le 20 km nature est ouvert aux catégories Juniors espoirs seniors et vétéran.

Les participants doivent être entraînée et médicalement apte à la pratique de la course à pied.

Article 2 : LES INSCRIPTIONS.

Les inscriptions sont prises :

- Par Internet via notre site (<http://www.crossrennesmetropole.fr>) après acquittement des droits d'engagement **12 €uros** et après vérification des certificats médicaux ou des licences.
 - Par courrier à adresser à : PACE EN COURANT – BP 24 229 - 35742 PACE Cedex 2. avec le certificat médical ou copie de la licence et chèque de **12 €uros** et le bulletin d'inscription papier
- Inscriptions sur place possible le Samedi 17 novembre : **15 Euros** .

La DATE LIMITE d'inscription par internet est fixée au vendredi 16 novembre à 18h00 précises.

Les licenciés FFA et Triathlon **uniquement** devront fournir :

- une photocopie de leur licence sportive.

Les autres concurrents fourniront :

- un certificat médical de non contre-indication à la pratique **de la course à pied en compétition** datant de moins d'1 an. **Seul ce type de certificat sera accepté.**

En l'absence de l'un ou de l'autre de ces documents et du règlement de l'engagement, il ne sera pas possible de délivrer de dossard.

Ces documents peuvent être scannés (option vivement conseillée) directement lors de votre inscription par Internet ou envoyés par la poste (cachet de la poste) à l'adresse mentionnée ci-dessus.

La date limite pour la réception des certificats médicaux est fixée au 17 novembre 2017 (cachet de la poste faisant foi). Passé cette date votre inscription sera annulée sans remboursement.

Article 3 : REMISE DES DOSSARDS

Le Samedi 17 Novembre de 14h00 à 19h00.

Foyer Iroise du complexe sportif – salle Iroise – avenue Le Brix à Pacé.

Article 4 : ANNULATION

Retenue de 50% du montant payé uniquement sur présentation d'un certificat médical.

Pas de remboursement possible après le **16 novembre 2018**

Article 5 : CODE DE LA ROUTE

Les concurrents doivent respecter le balisage et les consignes des commissaires de course. L'épreuve emprunte des routes ouvertes à la circulation routière, les concurrents doivent impérativement se soumettre au code de la route. L'organisation se dégage de toute responsabilité en cas de non-respect de cet article.

Article 6 : SECURITE

Des signaleurs équipés de chasuble et de panneaux de signalisation seront présents aux traversées de routes dangereuses et auront pour mission de gérer la circulation routière et la traversée des concurrents. La couverture médicale est assurée par la protection civile et un médecin.

Article 7 : ASSURANCE

Responsabilité civile : les organisateurs sont couverts par une police souscrite auprès de l'A.I.A.C.

Individuelle accident : les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement pour la pratique du trail.

Article 8 : DROIT A L'IMAGE

L'organisation se réserve tous droits exclusifs d'utilisation des images des deux courses nature (photographies, vidéos).

INFORMATIQUE ET LIBERTE :

Conformément à la loi informatique et liberté du 6 janvier 1978, le coureur dispose d'un droit d'accès et de rectification aux données personnelles le concernant. Sauf opposition de sa part, qui devra être mentionnée par écrit à l'organisation, les coordonnées du coureur pourront être transmises à des organismes extérieurs.

Article 9 : L'ESPRIT TRAIL

- respecter l'environnement : ne pas jeter de déchets (emballages barres énergétiques, tubes de gel, bouteilles...). Des poubelles sont positionnées sur le parcours.
- respecter le tracé : ne pas couper, rester sur les chemins
- venir en aide à un concurrent en situation difficile (blessure, grosse fatigue...)
- pas de ravitaillement ou d'aide extérieure en dehors des zones de ravitaillements prévues par l'organisation.
- respecter les bénévoles sans lesquels ces courses ne pourraient avoir lieu

Article 10 : MATERIEL

Pour le 10 km et le 20 km nature nocturne lampe frontale et sifflet obligatoire

Pour tous les coureurs une réserve d'eau ainsi que des aliments énergétiques sont vivement conseillés pour le semi marathon nature.

Matériel conseillé selon la météo, tenue longue, coupe-vent, guêtres, buff, gants, petite pharmacie pour petits bobos (compeed, strap...)

Article 11 : PARCOURS ET HORAIRES

Samedi soir : 10 km et 20 km nature départ à 19h30

A tout moment, l'organisation se réserve le droit de modifier le parcours ou les horaires voire même d'annuler l'épreuve pour tous motifs qui mettraient la sécurité des coureurs en danger ou tout cas de force majeure.

Article 12 : CONDITIONS DE PARTICIPATIONS

Tous les coureurs participants aux deux trails organisés sont considérés avoir consultés et acceptés ce dit règlement sans condition.

La participation à l'épreuve se fera sous l'entière responsabilité des coureurs avec renonciation à tout recours envers les organisateurs quel que soit le dommage subi ou occasionné.

Les concurrents renoncent expressément à faire valoir des droits à l'égard des organisateurs.

Les concurrents s'engagent à n'exercer aucune poursuite envers les organisateurs pour tout incident résulté de leur participation à cette manifestation.

Article 13 : RAVITAILLEMENT

10 km nature : ravitaillement à l'arrivée, pas de ravitaillement sur le-parcours le coureur participant doit donc en tenir compte et emmener son ravitaillement s'il le juge nécessaire

Article 14 : CLASSEMENTS ET LOTS

Un lot offert à chaque concurrent

Lots aux 5 premiers hommes et 5 premières femmes du 20 km et du 10 km nature à l'issue de ces épreuves.

Article 15 : SANCTIONS

Tout manquement à ce règlement entraînera la disqualification immédiate du concurrent selon la faute.

Article 16 : CONTRÔLE ANTI DOPAGE

Conformément aux règlements des courses hors stades FFA, des contrôles (sanguins) antidopage pourront être effectués.

Article 17 RELAIS DUO 20 KM

Le train de 20 km pourra être couru en relais de deux personnes chacune parcourant la distance des 10 km (un tout du parcours)

L'INSCRIPTION AU 10 KM et AU 20 KM NATURE VAUT ACCORD DE CE REGLEMENT