

REGLEMENT TRAIL DES ETANGS 2020

Article 1 - PARCOURS

Date : 12 janvier 2020

Course nature :

2 Parcours en une seule boucle : environ 10 et 16 km *

Marche Nordique :

1 parcours commun au 10km de la course nature

Lieu de départ et d'arrivée: Etangs de Cergy – Parking P3

Horaire de départ : 9h00 pour le 16km – 9h30 pour le 10km – 9h45 pour la marche nordique.

Parking des coureurs : P5

**Distances données à titre indicatif qui peuvent varier en fonction des GPS.*

Article 2 - CERTIFICAT MEDICAL

Ouverts aux licenciés et non licenciés.

Course nature :

Les concurrents non licenciés doivent fournir un certificat médical portant la mention

"de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition"

datant de moins d'un an le jour de la manifestation.

Marche Nordique :

Les concurrents non licenciés doivent fournir un certificat médical portant la mention

"de non contre-indication à la pratique de marche nordique en compétition"

Datant de moins d'un an le jour de la manifestation.

Une autorisation parentale est obligatoire pour les mineurs pour le 10km

Tous les concurrents doivent présenter une carte d'identité lors du retrait du dossard.

Article 3 - ASSURANCE

Responsabilité Civile: Les organisateurs sont couverts par l'assurance « APAC »

Individuelle civile : les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée

à leur licence; il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement

L'organisation décline toute responsabilité en cas de défaillance physique avant,

pendant ou après l'épreuve et en cas de vol et de perte de biens personnels

Article 4 - SECURITE

La sécurité de la course sera assurée par des signaleurs bénévoles.

Un organisme de premiers secours sera présent à mi-parcours et à l'arrivée.

Article 5 - RAVITAILLEMENT

Trail en semi autonomie, il est recommandé de courir avec un camel-back ou un bidon.

Un ravitaillement sur le parcours et à l'arrivée.

Article 6 - RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT

La nature nous accepte : respectez là. Ne jetez pas vos détritux au sol, ramenez les avec vous. Un tri sélectif est prévu au départ et à l'arrivée de la course.

Article 7 - UTILISATION D'IMAGES

Tous les participants autorisent les organisateurs à utiliser les images fixes ou audiovisuelles prises lors des épreuves, sur lesquelles ils pourront apparaître

Article 8 - INSCRIPTION ET TARIFS

- **Avant le 8 janvier 2020**

Par courrier :

Corinne GEORGET SIMONET
864, rue des Ormes
60240 Fresneaux Montchevreuil

Par internet : www.lesportif.com et www.adeorun.com

Tarif: 7€

- **Inscription sur place**

A partir de 7h45 Etangs de Cergy, parking P3

Fin des inscriptions à 8h45.

Tarif : 10€.

Article 9 - REMISE DES DOSSARDS

Les dossards sont à retirer à partir de 7h45 Etangs de Cergy, parking P3

Article 10 - INTEMPERIES

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

Article 11 - RECOMPENSES

Récompenses les 3 premières femmes et 3 premiers hommes de chaque course

Remise des récompenses vers 12h00

Article 12 – CHANGEMENT DE DISTANCE

Avant le départ : Les préinscrits doivent impérativement le signaler à la table du chrono.

A l'arrivée : tout coureur inscrit sur le 16km qui décide de s'arrêter au 10km doit le signaler à la table du chrono et sera considéré comme un abandon.



Article 13 - ENGAGEMENT DES COUREURS

Les coureurs ont pris connaissance de ce règlement et s'engagent à le respecter.

Feux Follets de Bernes sur oise
Mairie de Bernes sur Oise
95340 Bernes sur Oise
Site : www.feux-follets-bernes-sur-oise.fr

