

# Règlement -Trail du Cap Sicié 2016

## Vendredi 11 novembre 2016

Un parcours au cœur de la Forêt du Cap Sicié, dans un espace préservé et des sentiers ludiques. Idéal pour les sportifs qui veulent découvrir le trail avec un parcours court, technique et rythmé !

### Détails techniques

Le Trail du Cap Sicié est une épreuve de course à pied de type Trail se déroulant en quasi totalité sur des chemins et des sentiers (hormis les premiers et derniers kilomètres) au travers de 2 parcours et d'une Marche Nordique de :

Tout les Départs auront lieu de la Corniche des Iles- Gaou à Six-Fours / Quartiers du Brusca (83).  
le Vendredi 11 novembre.

**- 08h 45 pour le 26km = Dénivelé 1100+**

**-09h45 pour 16km = 600md+**

**-10h00 pour la Marche Nordique 11km**

### Pièces à fournir pour les inscriptions

- 1- **Bulletin d'inscription en ligne** sur le site de la course <http://www.chronosports.fr> (**ou voir article 3**)
- 2- **Un certificat médical de moins d'un an** à la date de la course avec l'intitulé suivant : « non contre indication à la pratique du Trail, Course à pieds ou Athlétisme en compétition » (copie souhaitée – pas d'original) ou copie de licence d'Athlétisme ou Triathlon
- 3- Votre chèque à l'ordre de l'Athlétisme Six-Fours ATTENTION!!! Obligation de se munir soit d'une licence FFA ou FFTRI, soit d'un certificat médical de non contre indication datant de moins d'1 an stipulant athlétisme ou course à pied en compétition. Ce document sera conservé en original ou en copie en tant que justificatif en cas d'accident. Aucun autre document ne pourra être accepté.
- 3- **Le règlement des frais d'inscription de l'épreuve**

## Règlement – Le Trail du Cap Sicié – Vendredi 11 novembre 2016

**Article 1 :** Participation sur toutes les épreuves : La participation aux différentes épreuves implique la connaissance et l'acceptation du présent règlement. Du fait de son inscription, le concurrent donne à l'organisation le pouvoir tacite pour utiliser toute photo concernant l'événement dans le cadre de la promotion de celui-ci.

### Le Trail *du Cap Sicié* :

les épreuves 16 km et 26 km et Marche Nordique sont ouvertes à tous licenciés ou non à partir de :  
16km-Junior et +  
26km – Espoir et +  
Marche Nordique Cadet et +

### **Article 2 :** Dates, départs et horaires :

Pour les 3 Epreuves départ groupés de la Corniche des Iles d'Or au Gaou

**-26Km** le Vendredi 11 novembre à 08h45

**-16km** le Vendredi 11 novembre à 09h45

**-Marche Nordique 11Km** le Vendredi 11 novembre à 10h00

**Article 3 :** Inscriptions pour toutes les épreuves.

Les inscriptions sont possibles :

- 1- En ligne sur le site <http://www.chronosports.fr>
- 2- En ligne sur le site <http://www.trailcapsicié.fr>.
- 3- Boutique Running Conseil Ollioules
- 4- Par Courrier a l'adresse suivante jusqu'au 7/11/2016 le cachet de la poste faisant foi.

Trail Cap Sicié-Luque Véronique-108 Impasse Clairière du Fort-83500-La Seyne Sur Mer

Bulletin d'inscription, accompagné d'un chèque à l'ordre de l'Athlétisme Six-Fours et du Certificat Médical

Les montants d'inscriptions aux différentes courses du Trail du Cap Sicié sont pour:

Le 26 km de 20 € avant le 10/11/2016, 25€ le jour d l'épreuve (si dossard disponible)

Le 16 km de 15 € avant le 10/11/2016, 20€ le jour d l'épreuve (si dossard disponible)

La marche Nordique de 10 € avant le 10/11/2016, 12€ le jour de l'épreuve

Cette inscription comprend le dossard, les classements, la dotation, les récompenses.

Tout participant au Trail devra fournir, soit la copie d'une licence d'Athlétisme ou de Triathlon, ou un certificat médical de moins d'un an à la date de la course avec l'intitulé suivant : « non contre indication à la pratique du Trail ou course à pieds en compétition » (copie souhaitée – pas d'original).

**Quelque que soit le mode d'inscription ou d'engagement celui-ci ne sera pris en compte qu'après règlement du montant de l'inscription au plus tard le 4 /11/2016**

**En cas de non règlement à cette date le dossard sera remis en vente.**

#### **Article 4** : Retrait des Dossards

Le Jeudi de 09h à 18h à la boutique Running Conseil et le vendredi à partir de 7h30 jusqu'à 20mn du départ de chaque épreuve sur l'aire de départ/Zone d'inscription.(Corniche des Iles – Gaou)

#### **Article 5** : Equipement

Chaque participant s'équipera en fonction de la météo. Les chaussures de type Trail sur les épreuves chronométrées sont fortement conseillées. Une réserve d'eau de type bidon ou poche à eau 0,5L minimum est obligatoire sur les épreuves de Trail (vérification au départ).

**La dotation de la course qui sera remise au retrait du dossard comprendra un gobelet, celui-ci sera obligatoire pour les poste de ravitaillements, il n'y aura aucun gobelet sur les postes de ravitaillement**

#### **Article 6** : Parcours, et balisage

Le 11 km Marche Nordique est un circuit autonome.

Le 16 et le 26 km ont un départ séparé de 1h00 afin de ne pas créer d'embouteillage sur la montée de la plage de La Fosse.<sup>[1]</sup><sub>[SÉP]</sub>

Le système de balisage sera organisé avec des Rubalises attachées aux arbres et un système de marquage au sol délétible (système préservant l'environnement).

#### **Article 7** : Sécurité et Assistance médicale

La sécurité est assurée par des signaleurs mis en place par l'organisation qui veillent à la sécurité des concurrents et au bon fonctionnement de l'épreuve. L'assistance médicale est assurée par des secouristes et deux médecins. Chaque participant se doit de signaler un coureur en détresse à l'assistance médicale ou aux signaleurs présents sur le parcours – Les téléphones portables sont fortement recommandés

#### **Article 8** : Ravitaillements

Le Trail est une épreuve en autosuffisance partielle (esprit Trail).

Sur le 26km : 1 ravitaillements complets et 1 ravitaillement liquide.

Sur le 16km: 1 ravitaillement liquide + sucre .

Marche Nordique : Pas de ravitaillement

#### **Article 9** : Arrivées

Les arrivées des épreuves sont prévues sur la corniche des Iles devant la presqu'île du Gaou. Un ravitaillement est prévu à l'arrivée du Trail.

**Article 10** : Classement et récompenses

Aucune prime ne sera remise. La présence des participants récompensés est obligatoire. En cas d'absence, les prix seront acquis par l'organisation.

Le Trail du Cap Sicié : un classement individuel sera établi pour les 2 Trails. Des trophées seront remis aux trois premiers hommes et femmes du classement scratch sans distinction de catégories d'âge et aux 1<sup>er</sup> de Chaque catégories Hommes et femmes (pas de cumul scratch et Catégorie)

Marche Nordique : Conformément au règlement de la FFA, il n'y aura pas de classement, mais chronométrage. Les marcheurs se verront remettre la même dotation que les trails, par contre pas de récompenses à l'arrivée.

**Article 11** : Sanctions

Tout participant aux différentes épreuves, surpris à jeter des papiers ou tout autres déchets, faisant preuve d'anti-sportivité ou manquant de respect aux bénévoles, sera rappelé à l'ordre et disqualifié en cas de récidive et devra rejoindre l'arrivée par ses propres moyens. Aucune réclamation ne sera acceptée.

**Article 12** : *Modifications / Annulation*

*En cas de mauvais temps ou toute autre condition pouvant nuire à la sécurité des participants, l'organisation et l'équipe médicale se réservent le droit de modifier ou d'annuler une ou plusieurs épreuves. Aucun remboursement ne sera alors effectué.*

**Article 13** : Assurance et Responsabilité

Les organisateurs ont souscrit une assurance responsabilité civile. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par les assurances liées à leur licence. L'organisation informe et conseille qu'il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement. Les organisateurs ne peuvent être en aucun cas tenus pour responsables en cas de vol.