



Trail des **POUSSE CITROUILLES**

Salle des fêtes de LESCAR (Pyrénées Atlantiques)

Mardi 31 octobre 2023

REGLEMENT DE COURSE

1. GENERALITES

Le Club de Football du FC LESCAR (association loi 1901 n°W643000745) organise le trail les POUSSE CITROUILLES, sur des chemins et rues du centre ville de Lescar.

Ce trail est ouvert à tous (hommes et femmes, licenciés ou non)

La course aura lieu le **mardi 31 octobre 2023**.

Le départ sera donné depuis **la salle des fêtes de Lescar** (11 allée des Près 64230 Lescar). L'arrivée sera jugée au même endroit.

Un ravitaillement en eau et solide sera présent sur le parcours

Courses nocturnes l'éclairage individuel est obligatoire

2. LES PARCOURS

Vous trouverez les parcours sur le site internet du FC LESCAR

4 parcours sont au programme. Les parcours empruntent les mêmes chemins avec des boucles supplémentaires pour les plus grands parcours. Les courses enfants seront réalisées sur la plaine située sous les remparts de Lescar

→ **Marche non chronométrée de 7 km**

- **Départ à 19h**
- **Ouverte à tous**

→ **Chasse aux bonbons 500m (sans classement)**

- **Départ à 19h10**
- **Ouvert aux enfants de 3 à 7 ans**

→ **Chasse aux bonbons 500m (sans classement)**

- **Départ à 19h20**
- **Ouvert aux enfants de 8 à 11 ans**

→ **Trail chronométré de 3 km**

- **Départ à 19h30**
- **Trail ouvert aux personnes d'âge >= 12 ans**

→ **Trail chronométré de 7 km**

- **Départ à 19h40**
- **Ouvert aux personnes d'âge >= 16 ans**

→ **Trail chronométré de 11 km**

- **Départ à 20h00**
- **Ouvert aux personnes d'âge >= 16 ans**

L'arrivée sera jugée devant la salle des Fêtes de **Lescar**

L'organisation se réserve le droit de modifier à tout moment le parcours y compris en cours d'épreuve

3 - RAVITAILLEMENT

Un ravitaillement sera présent sur le parcours, avec de l'eau et un peu de solide

4- SECURITE

Les parcours sont balisés avec des pancartes, des fanions métalliques et des rubans réfléchissants.

Chaque concurrent devra disposer de son propre éclairage

Tous les bénévoles présents sur de nombreux points du parcours seront en liaison directe par téléphone avec le PC course. Ils pourront ainsi prévenir en cas de problème.

Les secours seront assurés par un organisme agréé.

Les courses enfants seront « ouvertes » par un adulte pour éviter un rythme trop soutenu au départ.

5- INSCRIPTIONS

Les inscriptions sont ouvertes jusqu'au lundi 30 octobre à 23h,

Les inscriptions se feront **uniquement par internet sur le site Pyrénées chrono :**

<https://pyreneeschrono.fr/>

Les inscriptions des épreuves chronométrées sont accompagnées **d'un certificat médical.**

Le document fourni doit être :

- soit un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la course à pied, portant explicitement la mention complémentaire « **en compétition** ». Ce certificat doit être daté de moins d'un an à la date de la compétition

- soit une copie de la licence FFA avec le certificat du médecin. Seules les licences FFA – FFCO – FFtri – FFME / FSGT – UFOLEP avec mention « course à pied en compétition » / RFEA – FEDME (Fédérations Espagnoles) FFA de type « Athlé Compétition », « Athlé Entreprises », « Athlé Running » ou « Pass Running » sont acceptées. Pour les licences « Pass Running », la photocopie doit comporter le recto et le verso de la licence et le nom du coureur, le nom du médecin, la date de la visite et le tampon du médecin doivent être clairement lisibles.

Ce certificat médical ou cette copie de la licence seront téléchargés par le coureur directement depuis le site de la course.

Droit d'engagement :

- | | | |
|--------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|
| - Marche non chronométrée : | 8€* (+frais bancaires) | → 10€ le jour de la course |
| - Trail de 3 km chronométré : | 4€ (+ frais bancaires) | → 5€ le jour de la course |
| - Trail de 7 km chronométré : | 8€* (+ frais bancaires) | → 10€ le jour de la course |
| - Trail de 10 km chronométré : | 12€* (+frais bancaires) | → 15€ le jour de la course |

*** 1€ sera reversé à la Ligue contre le cancer pour l'opération OCTOBRE ROSE**

- Les courses enfants sont entièrement gratuites, il faudra s'inscrire via un formulaire en ligne ou sur place

- Une boisson sera offerte à tous les concurrents déguisés

6- CHRONOMETRAGE

Le chronométrage sera assuré par Pyrénées Chrono.

Le dossard équipé d'une puce électronique, sera placé impérativement sur l'avant des coureurs.

Les épingles ne seront pas fournies

7- DOSSARDS

Le retrait des dossards se fera sur le lieu de départ à la Salle des Fêtes de Lescar à partir de 18h00 le mardi 31 octobre 2023. Les concurrents devront s'annoncer avec leur numéro de dossard (liste affichée sur le lieu de départ), munis d'une pièce d'identité.

8- SERVICES OFFERTS A L'ARRIVEE

Une buvette ainsi qu'une restauration rapide vous permettra de vous rassasier et de « refaire » la course entre vous. Un tirage au sort aura lieu à 21h30 avec des très jolis lots à gagner

9- DOTATIONS – RECOMPENSES

Tous les coureurs recevront une dotation qui sera distribuée lors du retrait du dossard. Un classement général sera établi et officialisé après l'arrivée des derniers concurrents.

La remise des prix aura lieu à 21h30

- les 3 premiers hommes et femmes du classement scratch du 3km
- les 3 premiers hommes et femmes du classement scratch du 7km
- les 3 premiers hommes et femmes du classement scratch du 11km
- **le meilleur déguisement**

10- ABANDON

Tout abandon en cours d'épreuve, doit être impérativement signalé à un membre de l'organisation, au poste de contrôle le plus proche. Le dossard sera rendu à ce même poste de contrôle.

11- DISQUALIFICATION

Les concurrents seront éliminés si :

- Absence ou falsification de dossard
- Modification ou suppression du balisage
- Pollution, dégradation volontaire
- Manque de respect envers un officiel ou un bénévole

12- ANNULATION

- Toute **demande d'annulation d'inscription devra être réalisée avant le 21/10/2023**
- Cette demande devra être adressée à l'organisation **par mail à : fclescarenvents@gmail.com**

La demande d'annulation sera prise en compte uniquement pour les causes suivantes :

- Un accident
- Une maladie grave nécessitant une hospitalisation
- Cette annulation ne sera acceptée que **sur présentation d'un certificat médical.**

Passée la date du 21/10/2023 aucune annulation ne sera prise en compte et aucun remboursement ne sera possible.

En cas d'annulation de l'épreuve indépendamment de la volonté de l'équipe organisatrice, (COVID, Météo, décision préfectorale par exemple...) aucun remboursement ne sera effectué.

13- ASSURANCE/RESPONSABILITE

La course est couverte par une Assurance Responsabilité Civile souscrite par le FC LESCAR

Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à la licence. Les non licenciés doivent souscrire une assurance personnelle.

En cas d'abandon d'un coureur ou de disqualification par l'organisation, la responsabilité du FC LESCAR ne sera pas engagée.

14- DROIT A L'IMAGE

Le concurrent donne à l'organisation l'autorisation d'utiliser toutes photos, images ou vidéos le représentant à l'issue de la compétition.

Les coureurs renoncent à tout recours à l'encontre de l'organisation à ce sujet.

15- ETHIQUE-CONTROLE ANTIDOPAGE

Tous les concurrents s'engagent :

- à respecter l'environnement. Une attitude irréprochable des participants est attendue : aucun déchet ne doit être jeté.
- à respecter scrupuleusement le balisage.
- à respecter tous les bénévoles et organisateurs avant, pendant et après la course : eux aussi sont là pour le plaisir et pour votre plaisir.

Les concurrents se doivent assistance mutuelle : tout incident doit être signalé le plus vite possible au poste de contrôle le plus proche.

Tous les concurrents désignés devront accepter de se soumettre à un éventuel contrôle antidopage sous peine de disqualification immédiate.

16- ACCEPTATION DU REGLEMENT

La participation aux épreuves du Trail les Pousse Citrouilles entraîne l'acceptation totale du dit règlement.