

L'association GRUST PYRENEES TOY (Association loi 1901 depuis juin 2021) organise une manifestation de trail blanc :

- **Trail 10 km 539D+**
- **Trail 16 km 1000D+**
- **ski de randonnée de 12 km et 800D+**
- **Ski de randonnée de 4km monté sèche 600 D+**

A tout moment, l'organisation se réserve le droit de modifier le parcours, l'emplacement des « PC » et les horaires. Elle se réserve également le droit d'annuler les épreuves pour tous motifs qui mettraient la vie du coureur en danger ou tous cas de force majeure.

• Conditions de participation : Pour participer, il est indispensable : d'être pleinement conscient de la longueur et de la spécificité de l'épreuve et d'être parfaitement préparé pour cela d'avoir acquis, préalablement, une réelle capacité d'autonomie personnelle en montagne permettant de gérer les problèmes induits par ce type d'épreuve, et notamment: savoir affronter sans aide extérieure des conditions climatiques pouvant être très difficiles du fait de l'altitude (vent, froid, brouillard, pluie ou neige) savoir gérer, y compris si on est isolé, les problèmes physiques ou mentaux découlant d'une grande fatigue, les problèmes digestifs, les douleurs musculaires ou articulaires, les petites blessures... d'être pleinement conscient que le rôle de l'organisation n'est pas d'aider un coureur à gérer ses problèmes et que pour une telle activité en montagne la sécurité dépend de la capacité du coureur à s'adapter aux problèmes rencontrés ou prévisibles.

• Obligations du participant : Respecter la charte du coureur et du marcheur, et suivre les règles sanitaires transmises par le gouvernement, et les valeurs environnementales. Port du dossard devant et visible durant toute la durée de la manifestation jusqu'à la ligne d'arrivée. Respect scrupuleux du parcours balisé, chaque participant doit rester sur le chemin balisé. S'il s'éloigne volontairement du chemin balisé, il n'est plus sous la responsabilité de l'organisation.

Conserver sur soi ses petits déchets

Trail Blanc 10km :

il y aura un ravito solide et liquide à **la gare d'arrivée du TSD Aulian** au 5.5 eme kilomètres,. Une barrière horaire sera mise en place.

point de contrôle : au bederet
 à la cabane de Conques
 col du lisey

Les contrôles : Afin de sécuriser l'épreuve, le passage sur la ligne au moment du départ et à l'arrivée est obligatoire, ainsi que le passage aux nombreux postes de contrôles positionnés sur l'ensemble du parcours, afin de vérifier que tous les partants ont bien rejoint l'arrivée.

En cas d'abandon, rejoindre le PC le plus proche, rendre son dossard et attendre les consignes de l'organisation afin d'éviter des recherches inutiles.

Ne pas partir seul pour rentrer.

Trail Blanc 16km :

il y aura trois ravito solide et liquide à la gare d'arrivée du TSD Aulian au 6eme kilomètres, puis au col du lisey .

categorie : plus de 18 ans.

il y aura un ravito solide et liquide à **la gare d'arrivée du TSD Aulian** au 5.5 eme kilomètres,. Une barrière horaire sera mise en place.

Point de contrôle : au bederet : ravito solide et liquide

 à la cabane de Conques

 col du lisey : Une barrière horaire sera mise en place.

 Caperette : ravito solide et liquide

Les contrôles : Afin de sécuriser l'épreuve, le passage sur la ligne au moment du départ et à l'arrivée est obligatoire, ainsi que le passage aux nombreux postes de contrôles positionnés sur l'ensemble du parcours, afin de vérifier que tous les partants ont bien rejoint l'arrivée.

En cas d'abandon, rejoindre le PC le plus proche, rendre son dossard et attendre les consignes de l'organisation afin d'éviter des recherches inutiles.

Ne pas partir seul pour rentrer

SKI de Randonnée :

il y aura un ravito à aulian liquide au 4.5eme kilomètres, puis à l'arrivée. barrière horaire au restaurant du bédéret.

Les contrôles : Afin de sécuriser l'épreuve, le passage sur la ligne au moment du départ et à l'arrivée est obligatoire, ainsi que le passage aux nombreux postes de contrôles positionnés sur l'ensemble du parcours, afin de vérifier que tous les partants ont bien rejoint l'arrivée.

En cas d'abandon, rejoindre le PC le plus proche, rendre son dossard et attendre les consignes de l'organisation afin d'éviter des recherches inutiles.

Ne pas partir seul pour rentrer

Monté sèche en ski de randonnée :

Il y aura un ravito en haut de Caperette, la descente est libre.

Seule la montée est chronométrée.

Les contrôles : Afin de sécuriser l'épreuve, le passage sur la ligne au moment du départ et à l'arrivée est obligatoire, ainsi que le passage aux nombreux postes de contrôles positionnés sur l'ensemble du parcours, afin de vérifier que tous les partants ont bien rejoint l'arrivée.

En cas d'abandon, rejoindre le PC le plus proche, rendre son dossard et attendre les consignes de l'organisation afin d'éviter des recherches inutiles.

Ne pas partir seul pour rentrer

Repas :

Le repas est prévu dans le tarif, il aura lieu sur place (station de LUZ ARDIDEN) vers 20h.

Remise des récompenses sera réalisé devant le restaurant à 20h

Conditions d'inscription :

Cette manifestation est ouverte à toute personne, homme ou femme, âgée de 16 ans et plus dans l'année de la course, licenciée ou non.

Pour s'inscrire, allez sur le site du Pyrénée chrono un lien vous dirige vers le site qui permet l'inscription, le téléversement des documents obligatoires et le paiement en ligne, les documents obligatoires doivent être téléversés à l'inscription. on peut s'inscrire sur place.

Documents obligatoires : La participation à l'une des 2 trails est soumise à la présentation obligatoire : d'une licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running délivrée par la FFA, ou d'un « Pass' J'aime Courir » délivré par la FFA et complété par le médecin, en cours de validité à la date de la manifestation. (Attention : les autres licences délivrées par la FFA (Santé, Encadrement et Découverte ne sont pas acceptées); ou d'une licence sportive, en cours de validité à la date de la manifestation, sur laquelle doit apparaître, par tous moyens, la non contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition et délivrée par une des fédérations suivantes : Fédération des clubs de la défense (FCD), Fédération française du sport adapté (FFSA), Fédération française handisport (FFH), Fédération sportive de la police nationale (FSPN), Fédération sportive des ASPTT, Fédération sportive et culturelle de France (FSCF), Fédération sportive et gymnique du travail (FSGT), Union française des œuvres laïques d'éducation physique (UFOLEP); ou d'un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition ou de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, datant de moins d'un an à la date de la compétition, ou de sa copie. Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la possession du certificat médical. Les participants étrangers sont tenus de fournir un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, même s'ils sont détenteurs d'une licence compétition émise par une fédération affiliée à World Athletics. Ce certificat doit être rédigé en langue française, daté, signé et permettre l'authentification du médecin, que ce dernier soit ou non établi sur le territoire national. S'il n'est pas rédigé en langue française, une traduction en français doit être fournie. Aucun document obligatoire pour la marche, sauf l'autorisation parentale pour les mineurs.

Remise des dossards :

Elle s'effectuera à la station de Luz Ardiden à la salle hors sac, le samedi 1^{er} février 2025 de 14h à 16h45.

Pour le Trail :

Si le dossier est complet et valide. Elle se fera dans le strict respect des gestes barrières. Ordre d'arrivée : Les 2 épreuves sportives seront chronométrées et il sera procédé à un classement. Les 3 premiers hommes et les 3 premières femmes seront récompensés pour chacune des distances.

Les départ du trail du 10 km et du 18km aura lieu à Aulian devant le restaurant :à partir de 17h pour le 10 km de barrière horaire au 4.5 km

pour le 18km barrière horaire au 6eme km et au 11eme km

pour le ski de randonnée :

le 10km :

Les départs et l'arrivée aura lieu à Aulian devant le restaurant, le départ du 10 km aura lieu à Aulian devant le restaurant :à partir de 17h

Il y aura une barrière horaire sur le parcours en haut TSD Aulian :

La montée sèche :

Le départ devant le restaurant d'Aulian et l'arrivée à la gare d'arrivée de Caperette.

L'ordre de départ des courses peut être modifié par les organisateurs jusqu'au dernier moment.

Le matériel :

Le matériel sera contrôlé avant chaque course par les responsables de la sécurité pour le bien du participant.

Matériel obligatoire :**Le participant est responsable de son matériel de sport et de sécurité/**

Pour les deux disciplines :

- lampe frontale
- Pantalons de sports
- veste longue de sport chaude, coupe vent ou coupe pluie
- Bonnet et protège coups
- gants

- Une paire de crampons chaussure pour le trail et couteau pour le ski de randonnée (l'organisation décidera le jour J).

- Un sifflet

- couverture de survie

- Eau 50cl

- Le téléphone portable avec une batterie de 50%

- Bâton pour le ski de rando

- Stop ski ou accroche ski pour le ski de randonnée

matériel conseillé :

- Lunette

- Une paire de bâton pour le trail

- Une lampe frontal et une en rechange

- Bande adhésive

- Une deuxième paire de gants

- Casque pour le ski de randonnée

- Un DVA est conseillé pour le ski de rando et trail, il pourrait être obligé en fonction des conditions climatiques et de l'état de la neige.

Assistances médicales et sécurité :

Des postes de contrôle sont implantés sur le parcours pendant toute la durée de l'épreuve, en relation radio et/ou téléphone avec le PC où avec le service des Pistes de la régie de Luz Ardiden. Il appartient à une personne en difficulté ou sérieusement blessée de faire appel aux secours : en se présentant à un PC sur le parcours ; en appelant le PC course tél : 0647034919 en demandant à un autre coureur de prévenir le PC le plus proche et/ou les secours. Il appartient à chaque participant de porter assistance à toute personne en danger et de prévenir les secours. Venir en aide et signaler un concurrent en grande difficulté ou en situation dangereuse est un devoir. Un participant faisant appel à un médecin ou un secouriste se soumet de fait à son autorité et s'engage à accepter ses décisions.

Les médecins et secouristes sont en particulier habilités : à stopper (en récupérant son dossard) tout participant inapte à continuer l'épreuve, à faire évacuer par tout moyen à leur convenance les personnes qu'ils jugeront en danger.

En cas de nécessité, pour des raisons allant toujours dans l'intérêt de la personne secourue, il sera fait appel au secours en montagne officiel qui prendra, à ce moment-là, la direction des opérations et mettra en œuvre tous moyens appropriés, y compris hélicoptères. Les frais éventuels résultant de

l'emploi de ces moyens exceptionnels seront supportés par la personne secourue qui devra également assurer son retour du point où elle aura été évacuée. Il est du seul ressort du « secouru » de constituer et présenter un dossier à son assurance personnelle dans le délai imparti.

En cas d'impossibilité de joindre le PC, vous pouvez appeler directement les organismes de secours Tél : 112 (plus particulièrement si vous vous trouvez dans une zone « Urgences seulement ») En cas d'abandon, le concurrent s'engage à prévenir ou faire prévenir le PC le plus proche et à rendre son dossard. Il sera mis « hors course » et pourra quitter le parcours par ses propres moyens, ou « via » un lieu de rapatriement indiqué par l'organisateur.

Assurance : L'organisation bénéficie d'une assurance de responsabilité civile. Les licenciés bénéficient normalement des garanties accordées par leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

Les concurrents participent sous leur propre responsabilité, principalement en cas d'accident ou de défaillance consécutive à leur état de santé. Modalités de départ : Devant la billetterie de Bédéret.

Tous les concurrents se réuniront obligatoirement 10 minutes avant le départ, masqués et il leur sera rappelé les consignes de sécurité, et plus particulièrement celles concernant les règles sanitaires ainsi que les traversées de route.

Contrôle anti-dopage : Tout compétiteur peut être soumis à un contrôle antidopage avant, pendant ou à l'arrivée de l'épreuve. En cas de refus ou d'abstention, le sportif sera sanctionné.