

# 07 MAI 2022 TRAIL DE LA VALLEE DU COUESNON

## REGLEMENT

(SOUS RESERVE DES DISPOSITIONS SANITAIRES QUI SERONT EN VIGUEUR)

**EPREUVES** – Courses de 11, 18 et 42 km sur des parcours avec plus de 90% de sentiers et chemins, traversant la vallée du Couesnon. Une marche sportive non chronométrée et une randonnée pédestre à allure libre de 11km sont également proposées (circuit balisé mais non encadré). **Barrières horaires sur l'épreuve 42km : au 17<sup>ème</sup> km, à 15h15 (c'est-à-dire 2h15 de course) et au 32<sup>ème</sup> km, à 17h00 (4h de course).** Les coureurs qui ne seront pas dans les temps impartis seront alors arrêtés par l'organisation, afin d'éviter tous problèmes liés à la longue distance. Rappelons qu'il s'agit d'une course à pied avec classement sur le temps et non d'une marche.

**PARTICIPATION** – Epreuve ouverte à toutes et à tous, licencié(e)s ou non, à partir de 16 ans pour les 11 et 18 km, et à partir de 18 ans pour les 42 km. Pas de limite d'âge pour la randonnée et la marche nordique. Limitation à 450 dossards pour l'épreuve du 18km, à 250 dossards pour l'épreuve de 11km et à 200 dossards pour l'épreuve du 40km.

**RESPECT DU SITE** – *La Vallée du Couesnon est un site sensible. Tout coureur qui sera vu jetant des déchets hors des poubelles sur le parcours sera exclu.*

**INSCRIPTIONS** – La fourniture d'une copie d'une licence FFA ou d'un certificat médical de non contre-indication de la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an est obligatoire. Pour la marche nordique et la randonnée pédestre seulement, le certificat médical n'est pas obligatoire. Clôture des inscriptions le jeudi 05 mai à 20h (pour les retraits du lendemain à Sports and Shop) et vendredi 06 mai à 20h (sous réserve des places disponibles).

**DOSSARDS** – retrait des dossards le vendredi soir 06 mai à Sports and Shop Fougères ou le samedi 07 mai 2022 à partir de 11h00 à la Base de Plein Air du Couesnon.

**DROIT D'ENGAGEMENT** – Inscriptions à l'avance sur **KLIKEGO**: 10€ pour l'épreuve de 11km, 15€ pour l'épreuve de 18km et 20€ pour l'épreuve de 42km. Majoration de 2€ pour les inscriptions sur place (sous réserve des places disponibles). Pour la randonnée pédestre et la marche sportive: 6€ *En cas de non-participation à la course, aucun remboursement ne sera effectué.*

**HORAIRES DE DEPART** – Trail 42km : 13h00 – Trail 11km : 13h30 – Trail 18km : 13h45 – Marche sportive : 10h00 – Randonnée pédestre : 10h00.

**LIEU DE DEPART ET D'ARRIVEE** – Site de la « Base de Plein Air du Couesnon » à Mézières sur Couesnon.

**RAVITAILLEMENT**– Un point de ravitaillement (eau et solides) pour les 18 km – Deux points de ravitaillement pour les 42 km. **Chaque coureur et marcheur devra prévoir OBLIGATOIREMENT SON GOBELET : ils ne seront plus fournis aux différents ravitaillements.**

**SECURITE** La sécurité est assurée par des secouristes sous la responsabilité d'un médecin. Les parcours étant parfois très techniques, les participants courent sous leur propre responsabilité, et dégagent l'organisateur de toute responsabilité en cas de blessure.

**RECOMPENSES** – Lot à tous les coureurs des épreuves trail et à tous les randonneurs. Résultats et remises des prix (3 premiers scratch, 1<sup>er</sup> master, 1<sup>er</sup> sénior et 1<sup>er</sup> espoirs H et F) à partir de 15h30 pour l'épreuve du 11km et à partir de 16h30 pour les épreuves de 42km et 18km.

**AUTORISATION DE DIFFUSION** – Tout coureur qui se voit attribuer un dossard autorise expressément les organisateurs ainsi que les ayant-droits, tels que partenaires et médias, à utiliser les images fixes ou audiovisuelles prise à l'occasion de leur participation à la manifestation, sur tous supports, y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires.

**C.N.I.L** – Conformément à la Loi Informatique et Liberté n°78-17 du 6 janvier 1978, les concurrents disposent d'un droit d'accès et de rectification aux informations les concernant. Sauf opposition de leur part, leurs coordonnées pourront être transmises à des organismes extérieurs (partenaires, organisateurs).