



Trail du monorail

reglement

31 octobre 2019

Organisation :

Le club « La Foulée Forézienne », affilié à la Fédération Française d'Athlétisme, en collaboration avec les villes de Salvizinet (qui accueillera le départ , arrivée) de Salt en donzy et cottance organise le mercredi 31 octobre 2019 le trail nocturne du monorail

3 Parcours :

-Un parcours découverte de 5 km accessible à tous qui se déroulera sans classement et donc sans chronométrage

-Un parcours de 12 km accessible à tous les coureurs débutants sur trail nocturne

- un parcours de 20 km avec un parcours plus exigeant mais sans difficulté majeure et toujours tracé en grande partie dans le beau cadre du sentier du monorail

vu la date , les courses se dérouleront intégralement en période nocturne ce qui rendra les parcours plus difficiles : une lampe frontale sera obligatoire pour tous les coureurs

Ces courses s'inscrivent dans une démarche de « développement durable ». Ainsi, un comportement respectueux envers l'environnement est particulièrement demandé aux participants et accompagnateurs et il est expressément demandé de ne jeter aucun emballage en dehors des points de ravitaillements.

Programme :

- Les retraits des dossards se feront le 31 octobre de 17h à 19h30 à la salle des fêtes de Salvizinet sur présentation d'une pièce d'identité
- les inscriptions pour le 5 km se feront uniquement le jour de la course de 17h à 20h00
- Le départ, ainsi que les arrivées seront localisés devant la salle des fêtes de Salvizinet dans le centre du bourg
- **Horaires de départ :**
 - **20 km : à 20h00**
 - **12 km : à 20h 15**
 - **5 km à 20h30**

●

Conditions d'âge :

Ouvert à tous pour le 5 km

à partir de la catégorie cadet pour le 12 km

à partir de la catégorie junior pour le 20 km

Catégories d'âge :

CATEGORIE	CODE	ANNEE DE NAISSANCE
Master 4	M4	1949 et avant
Master 3	M3	1950 à 1959
Master 2	M2	1960 à 1969
Master 1	M1	1970 à 1979
Seniors	SE	1978 à 1996
Espoirs	ES	1997 à 1999
Juniors	JU	2000 et 2001
Cadets	CA	2002 et 2003

Certificats médicaux et licences :

L'épreuve est ouverte aux licencié(e)s et aux non licencié(e)s.

Le 5 km est non compétitif donc pas de certificat médical exigé

pour le 12 et le 20 km Conformément à l'article L.231-3 du code du sport, chaque participant doit être en possession soit :

- **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, Dirigeant et Découverte ne sont pas acceptées);**
- **un certificat médical de 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 de un an au 31 octobre 2019, ou de sa copie. Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la possession du certificat médical.**

Aucun autre document ou licence ne peut être et ne sera accepté.

Service médical -

Le service médical se compose d'infirmiers et de secouristes.

Présence d'un médecin sur la course .

Sécurité sur le parcours

La sécurité sur le parcours est assurée par des signaleurs sur les croisements les plus importants

Hors zones de signaleurs , le parcours sera suffisamment balisé (rubalise et pancartes réfléchissantes)

la course se déroulant en période nocturne , le port d'une lampe frontale est obligatoire

sont recommandés : un vêtement avec bandes retro réfléchissantes , un téléphone portable,

tout abandon devra être signalé à l'organisation et la puce restituée ,

Ravitaillement :

Des postes de ravitaillement sont disposés sur le parcours tous les 5 km environ ainsi qu'à l'arrivée

Contrôles et chronométrage :

Un chronométrage par puces électroniques sera mis en place sur les 12 et 20 km ; toute puce non remise à l'arrivée sera facturée 10€ au coureur.

Des pointages seront effectués sur le parcours par les organisateurs. Tout coureur classé à l'arrivée, qui ne serait pas passé par un ou plusieurs points de contrôles sera disqualifié et exclu des classements.

Les accompagnateurs en vélo ne sont pas autorisés.

Inscriptions :12 et 20 km

- Par internet sur le site Logicourse : <http://www.logicourse.fr/inscriptions/479-monorail2019.html>

Exceptionnellement sur place le jour de la course de 17h à 19h15 suivant le nombre de dossards restant (une limite de 500 est fixée) :une communication sera alors faite via le site du club .Le tarif majoré sur place sera respectivement sur les 12 et 20 km de 15 € et 20€

Les droits d'inscription sont à régler par chèque à l'ordre de « La Foulée Forézienne » ou en espèces.

20 km Ils s'élèvent à 15€ (16 € compris frais d'inscription en ligne)

12 km : Ils s'élèvent à 10 € (11 € compris frais d'inscription en ligne)

5 km: 5 € uniquement sur place

Retrait des dossards :

- salle des fetes de salvizinet à partir de 17 h

ATTENTION : le certificat médical qui n'aura pas été fourni en ligne doit être conservé par les organisateurs, amener une copie, merci.

Récompenses :

des lots seront remis aux premiers coureurs hommes et femmes au scratch.

Des lots seront remis aux premiers coureurs hommes et femmes de chaque catégorie : cadets ,Juniors, Espoirs, Séniors, Master (1, 2, 3 et 4)

Il n'y aura pas de possibilité de cumuler plusieurs lots.Il n'y aura pas de classement par équipe. Afin que chaque participant soit récompensé pour sa course, un « lot souvenir » sera remis à chacun d'eux,

Une remise officielle des récompenses est prévue a la salle des fetes , à l'issue de la course.**La présence du coureur récompensé à cette cérémonie officielle est obligatoire pour recevoir son prix.**

En cas d'absence, la récompense restera à l'organisateur