



Règlement Des 5èmes Foulées de la Ligue

10 MARS 2019

Article 1 : Les 5èmes Foulées de la Ligue, organisées par la Ligue contre le cancer Comité Loire, vont se dérouler le **dimanche 10 mars 2019 à Saint-Victor-sur-Loire** (implantation village et animation au lieu-dit « La Croix des Sagnes »)

Article 2 : 3 parcours en boucle sur la commune de Saint Victor Sur Loire avec départ/arrivée La Croix des Sagnes sont proposés :

- 1 parcours de 4,5km « **Le Bréat** » : parcours approprié pour les familles avec poussette
- 1 parcours 9,5 km « **Les Moussettes** » possibilité de découvrir « Les Meules »
- 1 parcours 12.5 km « **Le Grangent** » passage dans la Vallée du Liseron en bordure de la réserve naturelle des Gorges de la Loire.

Chacun des parcours peut être effectué en **courant**, ou en **marchant**. Des préinscriptions sont faites à partir du 17/12/2018 jusqu'au 09/03/2019 :

- Sur le site www.logicourse.fr et les magasins Ben Run à Saint Priest en Jarez
- Par bulletin d'inscription transmis par courrier à la Ligue contre le cancer Comité Loire à Saint-Etienne

Des inscriptions ont lieu également le jour même à partir de 8h le matin jusqu'à 15 minutes avant l'heure de chaque départ.

Les dossards remis à l'enregistrement au départ permettent uniquement l'identification des participants pour une meilleure sécurisation des parcours ; ils donnent par ailleurs un côté sympathique à la manifestation qui se veut festive et sans esprit de compétition.

Article 3 : - **Marche :** l'horaire de départ pour les trois parcours se fera de 9h à 11h.

Course : l'horaire de départ pour les trois parcours course se fera à 9h

Article 4 : Les marches et courses sont organisées sans chronométrage, sans classement et sans récompense.

Aucun certificat médical n'est requis à l'inscription. Il est de la responsabilité de chaque participant de s'assurer de son aptitude physique pour la formule sur laquelle il s'engage. (*La recommandation "les 10 règles d'or" établie par le club des cardiologues du sport peut aider pour cette auto-évaluation www.clubcardiosport.com*). La diversité des parcours permet de répondre au souhait de chaque participant de l'effort à produire (courir/marcher/trotter/pédaler).

Article 5 Les participants arrivant en voiture utilisent les parkings prévus à cet effet (voir note –Dispositions prises pour la sécurité) avant d'accéder au départ. Leurs accès sont balisés.

Article 6 : Ravitaillements prévus :

- Parcours 4,5km « Le Bréat » : 1 à l'arrivée
- Parcours 9,5km « Les Moussettes » : 1 à mi-parcours et 1 à l'arrivée
- Parcours 12.5km « Le Grangent » : 1 à mi-parcours et 1 à l'arrivée

Article 7 : Les parcours progressent dans des espaces remarquables qu'il convient de protéger et de respecter :
-les parcours 9,5 km et 12.5 km pénètrent dans le périmètre classé « Réserve Natura 2000 » ((périmètre du Syndicat Mixte d'Aménagement des Gorges de la Loire –SMAGL-)

En conséquence, il est impératif de :

- Rester sur les chemins balisés qui sont les seuls sentiers autorisés
- Ne laisser aucun déchet sur les parcours
- Tenir impérativement les animaux domestiques en laisse
- Respecter la faune et la flore et d'une manière générale de respecter les sites traversés (notamment ne pas cueillir de végétaux et ne pas troubler le calme et la tranquillité des lieux et des animaux par des cris, bruits divers ou autres instruments sonores)

Une attention particulière doit être apportée sur la gestion des gobelets ; pour les marcheurs, les organisateurs recommandent aux participants d'apporter leur gobelet.

Article 8 : Le Comité de La Loire de la Ligue contre le cancer a souscrit une assurance en responsabilité civile et accidents corporels liée aux manifestations exceptionnelles.

Article 9 : Lors de cette journée, des photos des participants seront prises et pourront être utilisées par la Ligue contre le cancer et ses partenaires, sauf opposition express.

Article 10 : Un village « prévention » est implanté à La Croix des Sagnes dans l'enceinte de la salle polyvalente de la Commune de Saint-Victor-sur-Loire

Le 20 Novembre 2018

