

## REGLEMENT

**Art 1: Parcours** : Départ et Arrivée salle Maurice Baude. Entièrement balisé (95% sentiers et chemins). Il est expressément demandé à tous de respecter la nature et de ne jeter aucun emballage sur la totalité des parcours, en cas de non respect le coureur sera exclu de la course.

**Art 2: Sécurité** : Elle est assurée par la FFSS de Gravelines et par les bénévoles de l'organisation. Les organisateurs seuls se réservent le droit de prendre toute décision visant à assurer la sécurité des participants et des bénévoles. Pour les mêmes raisons de sécurité, les organisateurs se réservent le droit de modifier le parcours en dernière minute notamment en cas d'intempéries. Un briefing rappelant les points de sécurité sera fait avant chaque départ. En cas d'abandon : le coureur doit se signaler au point de contrôle le plus proche et remettre son dossard aux contrôleurs. 1h20 après le départ, les coureurs du 20 km n'ayant pas réalisé la première boucle (10km la boucle) se verront orientés vers l'arrivée. (Temps limite d'1h20 pour la première boucle du 20 km )

**Art 3: Exigences** : La lampe frontale est obligatoire sauf pour la course jeune. L'épreuve se déroule en autonomie, les portes bidons et poches à eau sont conseillés, ainsi que le téléphone portable et sifflet. Les vélos suiveurs sont interdits. Des pointages seront effectués sur les parcours, toute irrégularité sera éliminatoire. Le dossard doit être porté sur la poitrine ou le ventre et doit être visible en permanence et en totalité pendant toute la course. Il doit donc être toujours positionné au dessus de tout vêtement et ne peut en aucun cas être fixé sur le sac ou une jambe. Il peut être demandé à tout moment par l'organisation pendant la course.

### Art 4: Conditions d'Inscriptions-Tarifs-Horaires :

Course / Randonnée	Avant le 28/02	Après le 28/02	Horaires Briefing/ Départs	Catégories	Parcours
	Cachet de la poste faisant foi				
3 Km Jeune	4 €	6 €	18h00 / 18h10	Benjamins-Minimes (98/99/2000/2001)	1 Petite Boucle
10 Km Trail	10 €	13 €	19h40 / 19h50	Cadets et + (96/97)	1 Boucle
20 Km Trail	12 €	15 €	19h20 / 19h30	Juniors et + (à partir de 95)	2 Boucles
8 Km Marche	3 €	5 €	18h30 / 18h35	A partir de 16 ans.	Chemins

Tous les compétiteurs n'ayant pas de licence FFA, FFCO, FFME, FFTRI, FSCF, FSGT, UFOLEP, UNSS, UGSEL devront systématiquement fournir dès l'inscription un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la course à pied en **compétition** datant de moins d'un an. Aucun certificat médical ne sera délivré sur place. Aucune décharge ne sera acceptée.

Les licenciés FFA, FFCO, FFME, FFTRI, FSCF, FSGT, UFOLEP, UNSS, UGSEL devront fournir une photocopie de leur licence. Le licencié UNSS-UGSEL devra être engagé par son établissement scolaire. Il n'y aura aucun remboursement de frais en cas de forfait ou désistement.

**Dossier complet à adresser avant le 28 Février** à «Gravelines Triathlon Complexe Maurice Baude Route de Bourbourg 59820 Gravelines». Après cette date les coureurs pourront s'inscrire le jour de l'épreuve en fonction des places disponibles. Pour des raisons de sécurité le nombre d'inscription est fixé à 60 sur le 3 km, 250 sur le 10 km, 250 sur le 20 km.

**Art 5: Services** : Un vestiaire gardé et des douches seront à votre disposition. Ravitaillement à l'arrivée. Restauration sous forme de tickets pour les concurrents en fonction des courses. Un service restauration payant sera également en place.

**Art 6: Récompenses** : Un lot sera offert aux 400 premiers inscrits sur les courses Trail (Pas de lot pour la Marche Nordique). Remise des récompenses 30 minutes après l'arrivée des premiers de chaque course. Classements par catégories.

**Art 7: Assurance** : L'organisation souscrit une assurance responsabilité civile pour la durée de l'épreuve. La participation se fait sous l'entière responsabilité des concurrents, avec renonciation à tout recours contre les organisateurs en cas de dommages et séquelles ultérieurs qui pourraient survenir du fait de l'épreuve.

**Art 8: Retrait des dossards** : Les inscriptions et retraits des dossards se dérouleront à la salle Maurice Baude à partir de 16h45. La liste nominative des courses sera affichée à l'entrée. Il vous faudra présenter l'ensemble des pièces demandées. Aucune exception ne sera faite. Les certificats médicaux ne seront pas restitués.

