

RÈGLEMENT 2020

L'association RESTONICA TRAIL

(Association loi 1901 depuis septembre 2009)

organise une manifestation en faveur de l'Association La Marie-Do
qui œuvre au profit de la lutte contre le cancer :

11^{ème} Restonica Trail Blanc

Course de 18,3 km* et 650 m* D+ départ le Dimanche 26/01/2020 à 10h00

Marche de 6,3 km* et 300 m* D+ départ le Dimanche 26/01/2020 à 10h10

*données approximatives, distances et dénivelés non mesurés officiellement.

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:

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.

Ravitaillement uniquement dans les zones prévues à cet effet.

Conserver sur soi ses petits déchets

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 afin d'éviter des recherches inutiles.

Les traversées de routes sur le parcours

Il y a quatre traversées de route sur le parcours, protégées par des signaleurs bénévoles de l'association munis de chasubles jaunes et de panneaux indicateurs. Ils seront présents toute la durée de la manifestation pour la sécurité des participants qui doivent se conformer scrupuleusement à leurs ordres avant toute traversée de la chaussée.

Conditions d'inscription :

Cette manifestation est ouverte à toute personne, homme ou femme,

âgée de 18 ans et plus dans l'année de la course, licenciée ou non, pour la Course

âgée le jour du départ de 14 ans et plus, pour la Marche

Autorisation parentale obligatoire pour les – de 18 ans

Pour s'inscrire :

Aller sur le site du www.restonicatrail.fr un lien vous dirige vers le site qui permet une inscription et un paiement en ligne, les documents obligatoires devant être fournis à la remise des dossards ou transmis par mail à inscription@restonicatrail.fr.

Inscriptions possibles sur place à partir de 8h00 le matin de la manifestation avec les documents obligatoires.

Documents obligatoires :

Uniquement pour la Course un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition pour les coureurs datant de moins d'un an à la date de la course ou d'une photocopie de votre licence (FFA, ou FFTRI, UFOLEP, FFCO, FSGT avec la mention course à pied) de l'année en cours, délivrée à l'appui d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition sur les longues distances (marathon et plus),

Remise des dossards :

Elle s'effectuera sur place le matin à partir de 08h00 après vérification des documents obligatoires. Lors de la remise de son dossard, le concurrent attestera de sa connaissance du règlement disponible sur place.

Ordre d'arrivée : L'épreuve sera chronométrée et il sera procédé à un classement. Les 3 premiers hommes et les 3 premières femmes seront récompensés.

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 Castel Vergio où un médecin et un VSAB avec son équipe sont présents durant toute la durée de l'épreuve.

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 : **06.84.76.25.33**
- ✓ 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 héliportés. Les frais éventuels résultants 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 l'Hôtel Castel Vergio

Tous les concurrents seront réunis obligatoirement ¼ d'heure avant le départ, où il leur sera rappelé les consignes de sécurité, et plus particulièrement celles concernant 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 de la même façon que s'il était convaincu de dopage.

Droits à l'image:

Tout participant renonce expressément à se prévaloir du droit à l'image durant la manifestation, comme il renonce à tout recours à l'encontre de l'organisateur et de ses partenaires agréés pour l'utilisation faite de son image.

La participation à la manifestation « Trail Blanc » implique l'acceptation expresse par chaque participant du présent règlement. La prise du dossard par le participant, entraîne automatiquement l'acceptation du règlement dans son intégralité.