

L'association RESTONICA TRAIL

organise une manifestation en faveur de l'Association La Marie-Do

Restonica Trail Blanc

Course de 18,3 km* et 650 m* D+ départ le Dimanche 31/01/2021 à 10h00

Course de 6,3 km* et 300 m* D+ départ le Dimanche 31/01/2021 à 10h10

Marche de 6,3 km* et 300 m* D+ départ le Dimanche 31/01/2021 à 10h20

*données approximatives, distances et dénivelés non mesurés officiellement.

CHARTE DU COUREUR et DU MARCHEUR– ENGAGEMENT POST COVID-19

Conscient que la participation à tout évènement doit se faire dans le respect strict des règles sanitaires transmises par le gouvernement et de nos valeurs environnementales, en tant que coureur de l'évènement RESTONICA TRAIL BLANC, je m'engage à :

1. Respecter les gestes barrières en vigueur en particulier dans les espaces fermés, semi ouvert ou à forte densité de personnes lors de l'évènement (port d'un masque, lavage des mains, distanciation physique).
2. Respecter strictement le règlement de la course et les mesures mises en place par l'organisation afin de minimiser les risques sanitaires :
 - Port du masque sur la zone de départ que je garde sur moi pendant la course et remets après l'arrivée dans la file du parcours de sortie
 - Courir en respectant au maximum la distanciation sociale en vigueur avec les autres participants et en utilisant toute la largeur de la chaussée
 - Ne pas cracher au sol
 - Me moucher dans un mouchoir à usage unique que je jette dans une poubelle
 - Ne pas jeter de déchets sur la voie publique
 - Respecter et laisser les lieux publics propres
 - Être équipé et utiliser mon propre contenant de ravitaillement liquide (poche à eau, gourde, flasque, bouteille, gobelet...), ...
3. Ne pas entrer physiquement au contact d'autres participants.
4. Comprendre qu'en prenant part à l'évènement, je participe à un rassemblement de personnes potentiellement générateur de la diffusion de l'épidémie à coronavirus si les mesures barrières ne sont pas appliquées par tous.
5. Accepter, en prenant part à l'évènement, que ce risque sanitaire est potentiellement grave chez les plus fragiles (plus 65 ans, porteur de maladie chronique, femme enceinte).
6. Si j'ai présenté la Covid-19 dans les semaines et mois précédant la course, consulter un médecin préalablement à ma participation pour savoir si la pratique des efforts intenses et ma participation à la compétition est possible, notamment les courses présentant des dénivelés importants et à fortiori en altitude.
7. Ne pas courir si je présente des symptômes de la Covid-19 depuis moins de 14 jours
8. Faire preuve de civisme en m'engageant à prévenir le référent Covid-19 de l'organisation en cas de déclaration de la maladie après la course.
9. Télécharger si possible et m'enregistrer sur l'application « StopCovid » préalablement à ma venue sur l'évènement.
10. Choisir des épreuves proches de son lieu d'habitation et nécessitant peu de déplacements et de transports.

Nom Prénom.....

Date et Signature

RÈGLEMENT 2021

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 :

12ème Restonica Trail Blanc - VERGIO

Course de 18,3 km* et 650 m* D+ départ le Dimanche 31/01/2021 à 10h00

Course de 6,3 km* et 300 m* D+ départ le Dimanche 31/01/2021 à 10h10

Marche de 6,3 km* et 300 m* D+ départ le Dimanche 31/01/2021 à 10h20

*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.

Attention : Courses et marche en autosuffisance, aucun ravitaillement sauf à l'arrivée ou sera distribué un sac individuel avec, dans la mesure du possible, une boisson, un gâteau en portion individuelle et un fruit.

• Obligations du participant:

- ✓ ***Respecter la charte du coureur et du marcheur, et suivre les règles sanitaires transmises par le gouvernement, et les valeurs environnementales.***
- ✓ 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.
- ✓ ***Prendre conscience de l'absence de ravitaillement***
- ✓ 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 sa participation à une des 2 courses

âgée le jour du départ de 14 ans et plus, pour la Marche avec une autorisation parentale obligatoire pour les – de 18 ans

Pour s'inscrire, allez sur le site du www.restonicatrail.fr un lien vous dirige vers le site qui permet l'inscription, le téléversement des documents obligatoires et le paiement en ligne, les documents obligatoires doivent être téléversés à l'inscription ou, à défaut, transmis par mail à inscription@restonicatrail.fr avant le samedi 30 janvier à 16h.

Il n'y aura aucune inscription sur place, y compris pour la marche. Il n'y aura aucune vérification de documents sur place et donc, aucun dossard ne sera distribué si les documents obligatoires n'ont pas été fournis avant le samedi 30 janvier 16h00.

Documents obligatoires :

La participation à l'une des 2 courses est soumise à la présentation obligatoire :

- ✓ d'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, Encadrement et Découverte ne sont pas acceptées);
- ✓ ou d'une licence sportive, en cours de validité à la date de la manifestation, sur laquelle doit apparaître, par tous moyens, la non contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition et délivrée par une des fédérations suivantes :
 - Fédération des clubs de la défense (FCD),
 - Fédération française du sport adapté (FFSA),
 - Fédération française handisport (FFH),
 - Fédération sportive de la police nationale (FSPN),
 - Fédération sportive des ASPTT,
 - Fédération sportive et culturelle de France (FSCF),
 - Fédération sportive et gymnique du travail (FSGT),
 - Union française des œuvres laïques d'éducation physique (UFOLEP);
- ✓ ou d'un certificat médical 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 à la date de la compétition, ou de sa copie. Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la possession du certificat médical.

Les participants étrangers sont tenus de fournir un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, même s'ils sont détenteurs d'une licence compétition émise par une fédération affiliée à World Athletics. Ce certificat doit être rédigé en langue française, daté, signé et permettre l'authentification du médecin, que ce dernier soit ou non établi sur le territoire national. S'il n'est pas rédigé en langue française, une traduction en français doit être fournie.

Aucun document obligatoire pour la marche, sauf l'autorisation parentale pour les mineurs.

Remise des dossards :

Elle s'effectuera sur place le matin à partir de 8h00 si le dossier est complet et valide. Elle se fera dans le strict respect des gestes barrières.

Ordre d'arrivée :

Les 2 épreuves sportives seront chronométrées et il sera procédé à un classement. Les 3 premiers hommes et les 3 premières femmes de seront récompensés pour chacune des distances.

Il n'y aura ni classement, ni récompenses pour la marche.

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 : **06.25.91.04.17**
- ✓ 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 hélicoptères. 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 se réuniront obligatoirement 10 minutes avant le départ, masqués et il leur sera rappelé les consignes de sécurité, et plus particulièrement celles concernant les règles sanitaires ainsi que 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.

Association RESTONICA TRAIL - 19 Ter Cours PAOLI - Rond-point de la Mairie - 20250 CORTE

Affilié à la F.F.A sous le n°202022

Tél : 06.89.45.31.62 ou 06.84.76.25.33 ou 04.95.46.12.36 Fax : 04.95.46.27.15

Mail : contact@restonicatrail.fr Site : www.restonicatrail.fr

Identifiant SIREN : 517 657 193