



# REGLEMENT TRAIL DES COSTES 2024

## Article 1 : Organisation

Le Trail des Costes organise 3 courses de 1km(La Pitchoun), 10km(La Panoramique), 30Km(L'intégrale des Costes) et une marche non chronométrée(La marche Romaine), le dimanche 28 avril 2024, courses ouvertes à toutes et à tous, licenciés ou non, à partir de la catégorie Baby Athlé (2018 et après) à la catégorie minimes (2009 et 2010) pour le 1km, à partir de la catégorie Cadets (2007 à 2008) pour le 10km, à partir de la catégorie Espoirs (2002 à 2004) pour le 30km, à partir de 15 ans pour la marche.

## Article 2 : Droits d'inscriptions

Le nombre de dossards mis à disposition pour la course de 1km est limité à 100 pour La Pitchoun, 600 pour La Panoramique, 300 pour L'intégrale des Costes et 100 pour La marche Romaine. Vous devez vous rendre sur le site Trail des Costes et cliquer sur le lien d'inscription([www.sportsnconnect.com](http://www.sportsnconnect.com)).

Les inscriptions sont effectuées via la plateforme en ligne de notre prestataire Sports'N connect, les paiements sont réalisés exclusivement par carte bancaire. Seuls les dossiers complets (certificats médicaux ou licences téléchargés, règlement effectué ...) seront considérés comme valide. Les inscriptions seront closes lorsque le nombre de participants sera atteint pour chaque distance.

## Article 3 : Inscriptions

Aucune course référence n'est exigée pour l'édition 2024, en s'inscrivant le coureur s'engage à s'entraîner pour terminer l'épreuve choisie dans les temps impartis.

Conformément au règlement de la FFA, la participation à une compétition est conditionnée à la présentation par les participants à l'organisateur :

- D'une licence Athlé Compétition, Athlé Running, Athlé Entreprise ou d'un titre « d'un Pass' J'aime Courir » Running délivrés 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 :
- Fédérations 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 pour les majeurs d'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, datant de moins d'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

#### **Article 4 : Définition des épreuves**

La Pitchoun est une course pédestre non chronométrée sur sentiers balisés, épreuve de 1km 0d+ avec un départ à 11h30 au Bastidon à ALLEINS (13) et arrivée au même endroit.

La Panoramique est une course pédestre chronométrée sur sentiers balisés, épreuve de 10 km 360d+ avec un départ à 10h00 au Bastidon à ALLEINS (13) et arrivée au même endroit.

L'intégrale des Costes est une course pédestre chronométrée sur sentiers balisés, épreuve de 30 km 1000d+ avec un départ à 8h30 au Bastidon à ALLEINS (13) et arrivée au même endroit.

La Marche Romaine est une marche pédestre non chronométrée sur sentiers balisés, épreuve de 10 km 360d+ avec un départ à 10h00 au Bastidon à ALLEINS (13) et arrivée au même endroit.

En fonction de la situation sanitaire ou en cas de force majeure, l'organisation se réserve le droit de réorganiser les horaires et modalités de départ.

#### **Article 4.1 : Classement et Point Challenge Terre de Mistral**

**La Panoramique => Course Elite**

**L'intégrale des Costes => Course Premium**  
(voir règlement sur [www.challengeterredemistral.fr](http://www.challengeterredemistral.fr))

#### **Article 5 : Équipements**

Outre le port du dossard visible de face équipé de sa puce en vue du pointage électronique, chaque sac coureur doit contenir : Pour La Pitchoun, La Panoramique et La marche Romaine aucun équipement obligatoire n'est exigé. Pour L'intégrale des Costes, une couverture de survie, 1 sifflet, une réserve d'eau d'un minimum de 500 ml obligatoire (1 litre conseillé porte bidon simple ou poche d'eau), une réserve alimentaire, un téléphone avec le numéro de l'organisation ou secours. Des contrôles inopinés pourront être effectués à tout moment. Tout matériel manquant entraînera l'application d'une pénalité d'une heure. L'utilisation de bâton est interdite sur tous les parcours.

## **Article 6 : Assistance personnelle**

Les coureurs ne pourront bénéficier d'une assistance personnelle qu'aux zones de ravitaillement (voir article 10 : Ravitaillements), ce qui exclut toute assistance « volante » de type « lièvres, accompagnateurs, porteurs d'eau etc.. ». Tout manquement constaté par un membre de l'organisation, entraînera l'application d'une pénalité d'une heure.

## **Article 7 : Assurances**

L'organisateur est couvert par une assurance responsabilité civile pour l'organisation de l'épreuve (souscrite auprès de ALLIANZ MG2A), cette assurance ne couvre pas les risques individuels des coureurs qui renoncent expressément à tout recours envers les organisateurs. Il incombe à chaque participant d'avoir sa propre assurance Individuelle Accident qui couvre ses pratiques sportives ou de loisir (les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence, les non licenciés doivent s'assurer personnellement). L'organisation interdit aux coureurs exclus ou arrêtés aux barrières horaires de continuer l'épreuve. L'organisation décline toute responsabilité pour les coureurs qui ne respecterait pas cette directive, ainsi que pour les coureurs sans dossard.

## **Article 8 : Retrait du dossard**

Nouveauté : Chaque participants devra fournir le QR code lors de la remise des dossards, celui-ci sera envoyé par le site d'inscription Sport'Nconnect quelques jours auparavant.

Les dossards seront retirés le jour de l'épreuve de 7h00 à 8h20 (30km), de 7h00 à 9h50 (10km), de 7h00 à 9h50 (marche), 7h00 à 11h20 (1km) au Bastidon à ALLEINS (13). Ils seront délivrés sur présentation d'une pièce d'identité avec photo. Ils devront obligatoirement être positionnés sur le buste pour permettre la visibilité lors des pointages. Tout coureur non pointé sera disqualifié. En fonction de la situation sanitaire ou en cas de force majeure, l'organisation se réserve le droit de réorganiser les horaires et modalités de mise à disposition des dossards.

## **Article 9 : Barrières horaires**

La Pitchoun aucune barrière sur la ligne d'arrivée

La Panoramique et La Marche Romaine: 15h sur la ligne d'arrivée

L'Intégrale des Costes: 15h sur la ligne d'arrivée

Pour des raisons de sécurité, un coureur ne pourra pas poursuivre sa course s'il passe au-delà des barrières horaires indiquées ci-dessus. Il devra remettre son dossard au responsable de contrôle. A ce moment-là il est considéré comme hors course. Le concurrent qui abandonne en cours d'épreuve devra signaler son abandon et remettre son dossard à un poste de signaleur, de ravitaillement ou de serre-file.

## **Article 10 : Ravitaillements et repas**

### La Panoramique et La Marche Romaine 2 ravitaillements :

Plateau de Vernègues (5 ème km) (boissons)

Village Alleins ligne d'arrivée (10km) (boissons et nourritures)

### L'Intégrale des Costes 4 ravitaillements :

Château Bas [7 ème km] (boissons)

Village Vernègues [13km] (boissons + nourritures)

Village Aurons [22km] (boissons + nourritures)

Village Alleins ligne d'arrivée [30km] (boissons + nourritures)

### Repas de fin de course :

Dans la salle des fêtes du Bastidon à partir de 12h, réservation des repas sur le site d'inscription SportN'connect, repas limité à 300 personnes au tarif de 15€/personne.

En fonction de la situation sanitaire ou en cas de force majeure, l'organisation se réserve le droit de proposer uniquement du liquide sur les ravitaillements, le coureur devra alors emporter et gérer son alimentation.

## **Article 12 : Modification du parcours**

En fonction de la situation sanitaire ou en cas de force majeure avant ou pendant l'épreuve, les organisateurs se réservent le droit d'annuler une ou plusieurs épreuves et/ou de proposer un ou plusieurs parcours de repli.

## **Article 13 : Droit à l'image**

Tout concurrent renonce expressément à se prévaloir du droit à l'image durant l'épreuve, comme il renonce à tout recours à l'encontre de l'organisation pour l'utilisation faite de son image.

## **Article 14 : Vie privée**

Les classements de cette épreuve sont édités et transmis à la FFA. Si vous souhaitez que vos noms et prénoms ne figurent pas sur les classements, merci de le préciser en cochant la rubrique prévue à cet effet, lors de votre inscription en ligne. Cette action est définitive et irréversible pour toutes les épreuves au calendrier FFA.

### **Article 15 : Remise des prix**

Sur La Panoramique et L'intégrale des Costes en cas d'ex aequo le plus âgé est déclaré vainqueur.

La remise des prix se fera Aux Bastidons (ALLEINS) à partir de 12h environ

Seront récompensés :

- Les trois premiers du scratch (Femmes et hommes),
- Les premiers des catégories annexes (Femmes, hommes),

En fonction de la situation sanitaire ou en cas de force majeure, l'organisation se réserve le droit de modifier le protocole et le détail des récompenses.

Sur La Pitchoun une récompense sera distribuée à chaque enfant sur la ligne d'arrivée.

Sur La marche Romaine aucune récompense ne sera distribuée.

### **Article 16 : Tarifs 2024**

Le montant des inscriptions est le suivant :

La Pitchoun: 2€ (repas en option, ? euros), plus frais de service.

La Panoramique: 13 € (repas en option, ? euros), plus frais de service.

L'intégrale des Costes: 32 € (repas en option, ? euros), plus frais de service.

La Marche Romaine: 10€ (repas en option, ? euros), plus frais de service.

### **Article 17 : Annulation inscription ou demande de changement du fait du coureur**

Les modifications de dossier de type changement de distances (en fonction disponibilités), annulation ou remboursement inscription à la demande du concurrent sont à voir directement via la plateforme en ligne de notre prestataire Sport'Nconnect.

### **Article 18 : Annulation épreuve(s) indépendante de la volonté de l'organisation**

En cas d'annulation de tout ou partie de la manifestation indépendante de la volonté de l'organisation (conditions météo, décisions des autorités administratives, etc...), les coureurs devront faire leurs demandent directement via la plateforme en ligne de notre prestataire Sport'Nconnect.

Acceptation du règlement L'inscription à une des courses du TDC implique l'acceptation par le concurrent du présent règlement.

## **Article 19 : Acceptation du règlement**

L'inscription à une des courses du Trail des Costes implique l'acceptation par le concurrent du présent règlement.

## **Article 20 : Mesures sanitaires**

Si la situation sanitaire et épidémiologique l'impose, un protocole de mesures sera adopté et mis en ligne sur la base des préconisations ou obligations gouvernementales, préfectorales ou municipales. L'organisation invite quoiqu'il en soit les coureurs à respecter les gestes simples de prévention de la transmission des virus. En s'inscrivant, le coureur s'engage à se tenir informé et à respecter le protocole sanitaire en vigueur le jour de la manifestation et à accepter la charte du coureur qui est également en ligne.

## **Article 21 : Nos actions ECO RESPONSABLE**

Le trail des Costes s'engage dans le développement durable en organisant un événement avec un faible impact écologique et c'est pour cela que nous sommes convaincus qu'en tant qu'organisation nous vous devons de délivrer les bons messages, voilà déjà ce sur quoi nous avons avancé :

Sensibiliser les coureurs et bénévoles,

Chaque participant doit fournir ses propres gobelets lors des différents ravitaillements,

Un tri sélectif sera présent sur l'ensemble des ravitaillements afin de mieux gérer les déchets,

Une réduction de l'utilisation des supports papiers avec une communication de manière totalement dématérialisée en faisant appel aux réseaux sociaux,

Un QR code sur chaque dossard afin de minimiser le papier lors du retrait des dossards ainsi que pour les résultats à l'arrivée,

Un serre fils sera également présent afin de ramasser les éventuels déchets tout au long des parcours,

Une signalétique temporaire et réutilisable retirée dès la course terminée,

Le respect de la zone Natura 2000 et des communes traversées,

Favoriser les partenaires locaux pour les ravitaillements, les repas ainsi que pour les lots de remise des prix.

Toute l'équipe du Trail Des Costes

XXX