

TRAIL DU PAYS DE LICQUES 2018

RÈGLEMENT

1) ORGANISATION

Le trail du Pays de Licques est organisé par l'association « JOGGING – CLUB – LICQUOIS » avec le partenariat des communes de : LICQUES - BOUQUEHAULT- ALEMBON et la CCPO (Communauté de Communes Pays d'Opale)

2) PARCOURS

Quatre parcours sont proposés :

- 35 km environ pour les personnes nées en 1998 et avant.
- 25 km environ pour les personnes nées en 2000 et avant.
- 15 km environ pour les personnes nées en 2002 et avant.
- 8 km environ pour les personnes nées en 2002 et avant.
- Marche Nordique de 15 km chronométrée avec bâtons **obligatoires** (non fournis)

3) DÉPART

Le départ des épreuves sera donné à la Halle des sports de Licques, rue de la commune à :

- ❖ 8h30 précises pour le 35 km.
- ❖ 8h45 précises pour le 25 km.
- ❖ 9h30 précises pour le 15 km
- ❖ 10h00 précises pour le 8 km

❖ 9h00 précises pour la Marche Nordique 15 km

4) **INSCRIPTIONS**

- Les inscriptions par internet sur notre site :
<https://www.traildelicques.fr/>
doivent nous parvenir avant le vendredi 4 mai 2018 à minuit.
- Aucune inscription par courrier (internet uniquement).
- Pas d'inscription sur place le jour de la manifestation

- Les droits d'inscriptions sont les suivants :
 - 35 km = 16 euros
 - 25 km = 13 euros
 - 15 km = 10 euros
 - 8 km = 6 euros

Marche Nordique 15 km = 6 euros

5) **CERTIFICAT MÉDICAL**

Chaque participant(e) devra fournir avec son inscription une copie de sa licence FFA, sinon pour les non licenciés, un certificat médical datant de moins d'un an est OBLIGATOIRE. Celui-ci devra stipuler que le concurrent ne présente aucune contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition.

Le certificat médical n'est pas obligatoire pour la participation à la Marche Nordique.

6) DOSSARDS

Le retrait des dossards se fera uniquement le dimanche matin à partir de 7h30.

Chaque concurrent(e) devra porter son dossard sur le devant, visible et cela durant tout le déroulement de l'épreuve.

7) CHARTRE ENVIRONNEMENTALE

A l'inscription, chaque concurrent(e) s'engage à respecter l'environnement pendant toute la durée de l'épreuve, en ne jetant aucun déchet dans la nature, de suivre les instructions des signaleurs en empruntant le balisage mis en place.

La signature du bulletin d'inscription fait office d'accord.

8) RAVITAILLEMENT

Des ravitaillements prévus sur les parcours seront composés de boissons (eau- coca) et d'aliments solides disposés de manière suivante :

- ✓ 35 km Ravitaillement aux 10è, 18è et 28ème km.
- ✓ 25 km Ravitaillement aux 10ème et 20ème km.
- ✓ 15 km Ravitaillement au 9ème km.
- ✓ 8 km Ravitaillement au 4ème km.

✓ **Marche Nordique 15 km** Ravitaillement au 9ème km.

Un ravitaillement complet est prévu à l'arrivée.

9) **MATÉRIEL OBLIGATOIRE**

MATÉRIEL OBLIGATOIRE SUR LE 35 KM :

Réserve d'eau de 50 cl minimum ou camelback, réserve alimentaire, couverture de survie, Téléphone portable.

MATÉRIEL OBLIGATOIRE SUR LE 25 KM :

Réserve d'eau de 50 cl minimum ou camelback, réserve alimentaire, Téléphone portable.

10) **SÉCURITE DES COUREURS**

Des signaleurs bénévoles sécuriseront la traversée des routes principales et les endroits dangereux. Une assistance médicale sera présente sur le site d'arrivée avec la participation de la Croix Blanche Licquoise, ainsi qu'un médecin.

Un poste médical avancé (PMA) composé de deux secouristes sera disposé au point le plus éloigné sur le parcours du 35 km.

Un quad sera basé sur le site d'arrivée pour les interventions aux endroits difficiles d'accès aux véhicules de Secours.

Une liaison téléphonique (portable) sera permanente avec les signaleurs et le responsable des secours.

11) ASSURANCE

L'épreuve est couverte par une assurance R.C. Les organisateurs se dégagent de toute responsabilité en ce qui concerne les vols pouvant survenir, avant, pendant, ou après l'épreuve.

Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence ; il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

12) CONDITIONS PARTICULIERES

L'organisation se réserve le droit d'annuler l'épreuve en cas de conditions météorologiques extrêmes et ceci dans un souci de sécurité.

De même, l'organisation disqualifiera les concurrents qui cherchent à tricher en empruntant des chemins hors parcours. Deux vététistes suivront et fermeront chaque parcours.

13) RÉSULTATS

Classements et photos seront disponibles sur le site de l'association : <https://www.traildelicques.fr/> et sur la page facebook <https://www.facebook.com/trail.licques/> le lendemain de la course, ainsi que sur le site chronopale.fr

14) RÉCOMPENSES

- Coupes et lots aux trois premiers au scratch (hommes et femmes) de chaque course (35 km, 25 km, 15 km et 8 km), ainsi que le premier de chaque catégorie.
- Tous les participants recevront un lot souvenir
- Classement scratch (3 premiers pour la Marche Nordique) hommes et femmes.

15) PODIUM

La remise des récompenses aura lieu à partir de 11h00, dans l'ordre suivant : 8 km, 15 km, 25 km, 35 km et Marche Nordique.

16) ACCUEIL - CONVIVIALITE

Avant la course :

- PARKINGS
- Café / jus de fruit
- Petits pains chocolat / croissants.

Après la course :

- Ravitaillement complet
- Massage
- Douches et Sanitaires
- Restauration avec la friterie « Chez Claquette »
- Buvette.