

Règlement du trail du 21/08/21 à Charency-Vezin

Organisateur

Les courses sont organisées par l'association LCDC (Les Cultivés du Coeur) de Charency-Vezin

Parcours

Trail de 10 ou 19 km : 1 boucle empruntant des chemins de campagne et forêt. Courses chronométrées.

Des panneaux indiqueront les bifurcations pour chaque parcours et le kilométrage. Des ravitaillements en eau sont prévus.

Lieu :

Ecole Claire Fontaine, rue du Dorlon à 54260 Charency-Vezin. Renseignements au 06.68.23.08.09.

Inscriptions :

Les inscriptions se font en ligne sur www.gotiming.fr Un lien est disponible sur l'événement Facebook : « trail des forges de buré d'orval 2021 ». Paiement en ligne. Nombre de participants limité sur les deux courses.

Horaires de départ des trails :

17H30 pour le 19km et 18h pour le 10 km

Tarifs :

Trail de 10 km : 10€

Trail de 19 km : 15€

Inscriptions :

Uniquement en ligne jusqu'au 01/08/2021

Options : médaille de finisher : 6€ et gourde LCDC : 10€

Retrait des dossards

Ecole Claire Fontaine le samedi 21 août entre 15h et 17h.

Participants

Les courses sont ouvertes à tous sous réserve d'être en possession d'une licence FFA, FFtri, FSCG, UFOLEP et FSCF ou d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition (- d'1 an). Attestation à signer.

Age au 31/12/21 pour les différents parcours :

- A partir de 16 ans pour le parcours de 10km (2005 et avant)
- A partir de 18 ans pour le parcours de 19km (2003 et avant)

Assurance

Les organisateurs ont souscrit une assurance responsabilité civile.

Les licenciés sont assurés pour leurs propres dommages via leur licence personnelle.

Nous conseillons aux participants non licenciés de souscrire une assurance couvrant leurs propres dommages résultant de la pratique de la course à pied.

Classement, trophées et photos

Tous les participants seront classés. Les résultats et les photos prises pendant l'événement seront publiés sur internet. Toute personne souhaitant s'opposer à la mise en ligne de ses résultats et/ou photos devra en informer expressément l'organisateur.

Des trophées seront remis aux 3 premiers de chaque course avec différenciation hommes-femmes.

Sécurité et assistance médicale

Les parcours ont été étudiés afin d'éviter au maximum aux coureurs d'emprunter la voie publique. La sécurité sera assurée par des signaleurs. Toutefois, nous rappelons que chaque coureur doit être très vigilant quand il emprunte une route ouverte à la circulation routière.

Une convention avec une équipe de secours professionnelle est signée. Nous recommandons à chaque coureur de prendre note du numéro de secours à appeler en cas d'urgence et les invitons à signaler tout coureur en détresse le plus rapidement possible.

Recommandations : matériel à prévoir et infos utiles

Matériel vivement conseillé : chaussures de trail, collation sucrée ou salée, sifflet, couverture de survie, coupe-vent, téléphone portable, lampe frontale.

Système d'hydratation obligatoire : poche à eau ou possibilité de prendre un gobelet avec une caution d'1€ avant le départ. Les ravitos ne sont pas équipés de gobelets.

Noter le numéro de secours et celui de l'organisateur.

Remplir une fiche avec son nom, prénom, le traitement médical en cours, ses allergies, et la garder sur soi.