

166KM - 3700D+
16-17 SEPTEMBRE



GRAND RAID DU FINISTÈRE

GRAND RAID



FINISTÈRE

Presqu'île de Crozon

Départ et arrivée de Telgruc-sur-mer



Dossier de présentation

GRAND RAID DU FINISTERE 2022 - 166K



LE PROJET

L'association Grand Raid Du Finistère organise le 16 et 17 Septembre 2022 une manifestation sportive de type course pédestre sur la voie publique ouverte à la circulation. Cette manifestation rassemblera au maximum 75 personnes (hommes et femmes) qui parcourront une distance de 166 km à pied sur la presqu'île de Crozon. Le départ et l'arrivée se dérouleront à la salle polyvalente de Telgruc-sur-mer en suivant principalement le GR34 et le GR37.

Ce rassemblement a pour objectif de tester un nouveau parcours d'Ultra-Trail dans le Finistère, avec de nouvelles modalités d'organisation et de participation. Cette expérimentation permettra d'ouvrir les inscriptions à un plus grand nombre de sportifs (500) en Septembre 2023 pour l'édition 1 du Grand Raid du Finistère. Compétition de type course pédestre sur la voie publique ouverte à la circulation qui répondra aux règles techniques et au cahier des charges édictés par la FFA.



LE CONCEPT

- **LA DISTANCE À PARCOURIR :**

166km en suivant exclusivement le sentier des douaniers GR34 ainsi que le GR37. Un départ et une arrivée depuis la commune de Telgruc-sur-mer (Salle polyvalente).

- **LA DATE ET HEURE DE DÉPART :**

Le Vendredi 16 Septembre 2022 à 17h00 pour l'ensemble des 75 participants.



La manifestation sportive sera **sans chronométrage, sans classement et sans horaires de passage imposés**. Elle rassemblera au maximum 75 personnes expérimentés à ce type d'effort et de parcours, sa bonne condition physique, le respect du règlement et de la Charte de participation.

Les participants à cette manifestation seront en autonomie alimentaire complète sur le parcours.

Un repas à l'arrivée sera proposé aux participants et leurs accompagnateurs.

Le balisage qu'ils suivront sera celui des GR principalement, déjà existant sur le parcours.

Aucun autre balisage directionnel ne sera mis en place par l'organisation.

Ils devront respecter strictement le Code de la route quand ils se trouveront sur la voie publique qui restera ouverte à la circulation le Vendredi 16 et Samedi 17 Septembre 2022.

Un PC course sera mis en place en cas de difficultés d'un des participants avec un numéro d'urgence unique.

ORGANISATION DE LA MANIFESTATION

- **LES INSCRIPTIONS**

Les personnes, intéressées par cette manifestation, devront s'inscrire sur NextRun. **70€** sera demandé pour participer aux frais de l'organisation.

Ils devront également présenter un «pass vaccinal» si nécessaire le 16/09/2022 et respecter le protocole sanitaire en vigueur mis en place.

Les coureurs devront être en mesure de tenir un rythme supérieur à 5 km/h sur cette distance et capable de suivre une trace GPX en autonomie durant plusieurs heures. Une très bonne connaissance de soi est nécessaire pour gérer l'ensemble des paramètres permettant d'atteindre l'arrivée en bonne santé.

- **LES INSCRIPTIONS (SUITE)**

Un certificat médical de non contre-indication à la pratique du trail est demandé par l'organisation.

Les participants, devront valider leur engagement en s'enregistrant sur une plateforme d'inscription **NEXTRUN**.

- **LE DOSSARD - CHRONOMÉTRAGE ET CLASSEMENT**

La manifestation ne donnera pas lieu à un classement et un chronométrage officiel.

Les participants porteront sur eux une balise GPS (fourni par **Breizh Chrono**) garantissant qu'ils suivent la bonne trace.

Un dossard sera attribué aux participants pour des questions de sécurité et de suivi individuel pendant la manifestation. La remise du dossard se fera avant le départ le 16/09/2022 à la salle polyvalente de Telgruc-Sur-Mer entre 13h00 et 16h30.

Les coureurs pourront être suivi par leurs proches en temps réel sur une application mise en place par Breizh Chrono.

- **ALIMENTATION ET RAVITAILLEMENTS**

L'organisation retient le principe de **l'autonomie alimentaire complète** sur le parcours pour le participant. Néanmoins, 4 bases seront autorisées pour être ravitaillé.

4 « bases ravito » (Argol km38, Lanvéoc km74, Camaret km107, Cap de la chèvre km135) sur le parcours permettront au participant de disposer d'un accueil « confortable » pour se poser, se ravitailler, se changer, voir ses accompagnateurs, se soigner... avant de reprendre le parcours.

Les participants seront en autonomie alimentaire complète sur le parcours. Aucune denrée alimentaire ne sera mise à disposition des participants par l'organisation.

Les participants seront ainsi pleinement responsables de l'apport énergétique et des quantités adaptées qui leur permettront d'aller au bout du parcours.

L'organisation autorise ainsi 3 modalités **de ravitaillements aux participants :**

1 - **Le coureur** emporte avec lui, **dès le départ**, la totalité des denrées alimentaires qu'il évalue nécessaire et suffisante pour parcourir les 166km sans subir de défaillance.

2 - Le coureur prépare des **« sacs ravitaillements » qu'il retrouvera aux 4 bases ravitos**. Il déposera à l'organisation, avant le départ, ses sacs « ravitos » étiquetés. Ils seront à identifier par le coureur grâce au système fourni par l'organisation. Ils seront ensuite acheminés par l'organisation aux bases selon le choix du coureur. Il retrouvera son sac à son passage dans la base de vie et pourra ainsi se ravitailler.

3 - Le coureur est suivi par un ou plusieurs **accompagnateurs qui pourront le ravitailler** sur les 4 bases du parcours autorisées par l'organisation.

Les 3 modalités peuvent également se combiner.

- **RAVITAILLEMENT LIQUIDE**

Une réserve d'eau d'1.5L minimum est obligatoire pour débuter le parcours (contrôle par l'organisation). L'organisation mettra à disposition du coureur, et seulement sur les 4 bases de vie, de l'eau froide et chaude (pas de soda, soupe ou autres mis à disposition par l'organisation).

Un gobelet souple réutilisable sera fournis par l'organisation. Chaque participant devra avoir en sa possession son propre contenant nécessaire à son ravitaillement.

L'eau froide permettra au participant de s'hydrater et repartir avec une réserve d'eau suffisante.

L'eau chaude permettra au participant qui le souhaite d'y mélanger du café soluble, thé, soupe ou autre qu'il aura prévu dans son sac ravito acheminé par l'organisation.

(Attention : les denrées solides ne seront pas fournies par l'organisateur).

Le participant pourra utiliser tous les points d'eau existants pour s'hydrater, se faire ravitailler en eau par un accompagnateur ou une tierce personne.



- **BALISAGE ET TRACE**

Le parcours suit le GR34 et le GR37 dans sa grande majorité. Les participants suivront le balisage officiel déjà existant, de type rouge et blanc, et présent sur la quasi totalité du parcours. **Aucun autre balisage**, pour indiquer la direction à suivre, ne sera mis en place par l'organisation.

Le parcours avec son balisage type « GR » a été testé par l'organisation pour vérifier la bonne présence et la bonne visibilité des balises.

- Un Roadbook (cartographie détaillée du parcours en format IGN) sera mis à disposition des participants qui le souhaitent en libre téléchargement sur le site internet de la manifestation.

- Un tracé numérique de type GPX du parcours sera également à disposition des participants. Ils pourront télécharger le fichier sur leur smartphone ou montre et ainsi avoir un visuel du tracé pour se diriger.

Pour s'assurer que chaque participant emprunte bien la totalité du parcours, les coureurs seront équipés d'une balise GPS.

Les points de contrôle permettront également de sécuriser la course par un comptage.

L'enregistrement de la trace permettra d'identifier les difficultés et les limites du non balisage du parcours par l'organisateur pour préparer l'édition 2023.

INTERFÉRENCES DU TRACÉ AVEC LA CIRCULATION PIÉTONNE, DES VÉHICULES À MOTEURS

LE PARCOURS PASSE PARFOIS PAR DES VOIES PUBLIQUES OUVERTES À LA CIRCULATION. SUR L'ENSEMBLE DU TRACÉ (DU DÉPART À L'ARRIVÉE), LE PARTICIPANT S'ENGAGE À RESPECTER STRICTEMENT LE CODE DE LA ROUTE QUI S'APPLIQUE AUX PIÉTONS UTILISANT LA VOIE PUBLIQUE OUVERTE À LA CIRCULATION. AUCUNE AUTORISATION OU PRIORITÉ DE PASSAGE NE SERA DEMANDÉE PAR L'ORGANISATION LES 16 ET 17 SEPTEMBRE 2022 AUX AUTORITÉS COMPÉTENTES. EN CAS DE NON-RESPECT STRICT DU CODE DE LA ROUTE, LE PARTICIPANT ENGAGERA SA PROPRE RESPONSABILITÉ CIVILE ET PÉNALE EN CAS D'ACCIDENT OU D'INFRACTION. UNE DÉCHARGE DE RESPONSABILITÉ SUR CE SUJET DEVRA ÊTRE SIGNÉE PAR LE PARTICIPANT AVANT SON DÉPART.

	GR®	GR® de pays	PR
Continuité de sentier			
Changement de direction			
Mauvaise direction			

- **ASSURANCE ET SÉCURITÉ DES PARTICIPANTS**

L'organisation souscrit auprès de **LA COMPAGNIE DU SPORT** un contrat d'assurance en responsabilité civile organisation de manifestation sportive pour le 16 et 17 Septembre 2022.

Les participants et bénévoles bénéficieront de cette couverture d'assurance.

Il n'empêche que chaque participant doit avoir souscrit, en son nom propre, une assurance le couvrant contre les risques liés à ce type de manifestation sportive.

La responsabilité civile et/ou pénale du participant sera obligatoirement engagée s'il cause un dommage par le non-respect du règlement.

Exemples : accident par non-respect du code de la route – accident ou dommage en dehors du tracé - accident corporel par défaut de ravitaillement en quantités suffisantes.

L'appel au 18 - 112 - 15 restera exceptionnel et à faire en cas d'urgence vitale uniquement. Chaque participant devra indiquer le numéro de téléphone d'une personne à prévenir en cas d'accident.

Cette personne à prévenir devra être joignable le 16 et 17 Septembre 2022 pendant toute la durée de la manifestation (jour et nuit).

Pour faciliter la localisation du participant une balise GPS sera fournie à chaque participant. Celle-ci possède un système de détection d'écart de parcours, d'immobilité et de détection chute.

Le participant sera donc suivi à tout instant par l'organisation.

Un comptage sera effectué à divers endroits du tracé en supplément.

Chaque participant ayant besoin d'aide sur le parcours pourra joindre par téléphone le responsable secours au **06.51.83.41.85**

Matériels et équipements de sécurité obligatoires : veste de pluie – bonnet - gant – tee-shirt manche longue ou manchons bras – lampe frontale + une batterie supplémentaire – dispositif réfléchissant – sifflet – téléphone portable chargé à 100% - batterie externe de recharge fortement recommandée – réserve eau 1.5L et alimentaire – 1 couverture de survie – 1 bande « Elastoplast ». **Les bâtons sont interdits**

- **ABANDONS - DÉLAIS**

Pour participer à cette manifestation, le participant doit être capable de courir pendant 166km. Les temps de marche doivent être exceptionnels et limités.

L'organisateur n'impose pas de barrière horaire, ni de temps de course. En revanche le participant doit accepter et comprendre que passer un certain temps de course il n'est plus possible d'assurer sa sécurité ou son suivi.

A ce titre, nous demandons aux participants de pouvoir se projeter sur un temps de course aux alentours de 31h00 soit une moyenne de 5.1km/h.

Le participant devra signaler à l'organisateur s'il doit abandonner et s'il faut lui porter assistance ou s'il compte utiliser une assistance personnelle. Si non prévue, l'organisateur assurera la logistique liée à cet abandon.

- **CADEAU PARTICIPANT - ANIMATION**

L'organisateur offrira un Gobelet de Trail éco en souvenir de l'événement. Si des partenaires se joignent à la manifestation d'autres lots pourront être offerts.

Un repas convivial sera proposé à l'arrivée dans un endroit dédié et confortable.

- **IMPACT SUR L'ENVIRONNEMENT**

La grande partie du tracé se trouve en zone protégée Habitat - Oiseaux - Faune et Flore (Natura2000).

L'organisateur et le participant s'engagent, collectivement, à limiter leur impact et valoriser cet espace.

Les participants doivent privilégier le covoiturage pour se rendre au départ.

L'organisateur mettra à disposition des participants une plateforme de communication au mois de Juin. Cela permettra les échanges entre participants et la préparation des covoiturages.

Pour cette édition 0 bis, il n'y aura pas de transport en commun organisé. (Excepté si un partenaire transporteur souhaite soutenir la manifestation.)

Les **bâtons sont également interdits** dans le but de préserver les sentiers.

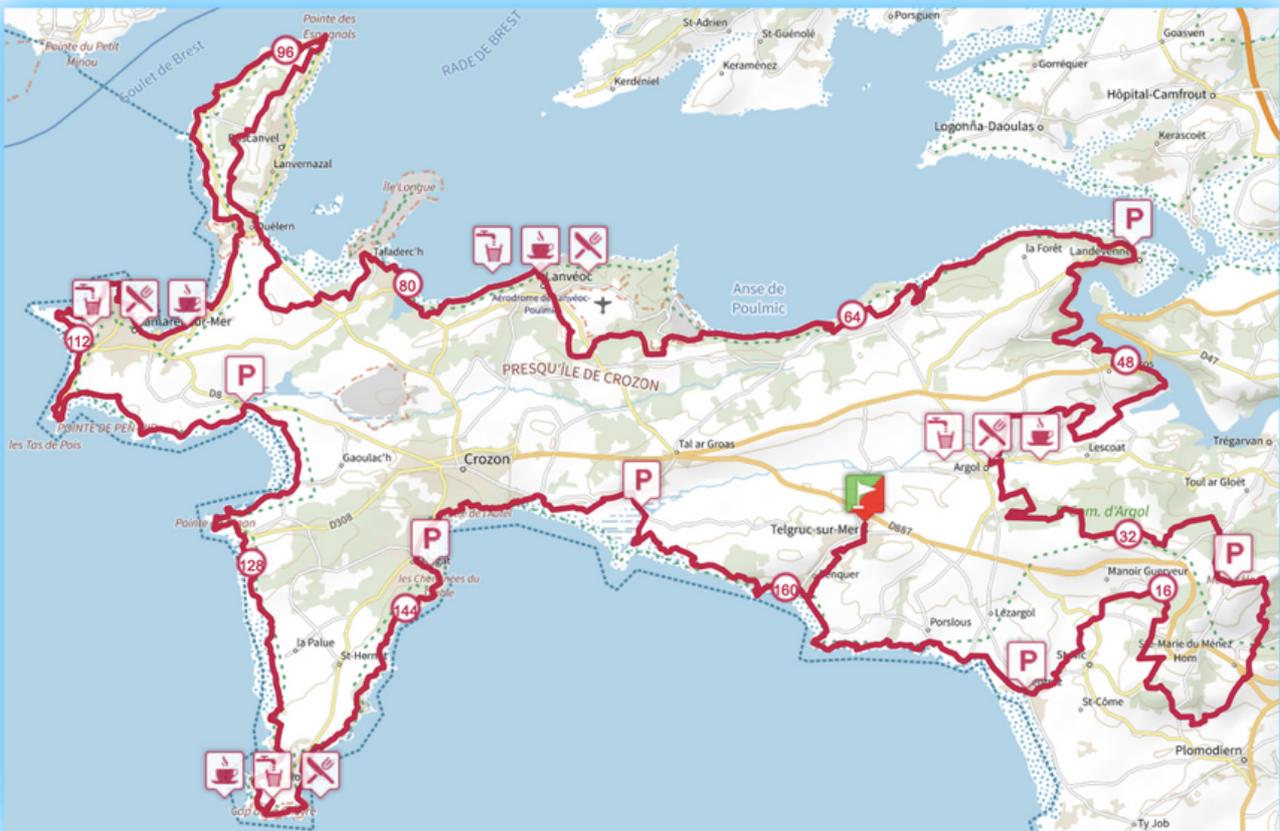
- **ANNULATION**

L'organisation se réserve le droit d'annuler la manifestation jusqu'au moment du départ ou à tout moment pour raisons de sécurité (météo - accident...).

En cas de neutralisation et d'arrêt de la manifestation pour des raisons de sécurité, le participant recevra un message sur son téléphone.

Il s'engage alors, dans la mesure du possible, à regagner l'arrivée par ses propres moyens.

C'est pourquoi, le participant doit dans l'idéal pouvoir compter sur une assistance personnelle le 16 et 17 Septembre présente ou non pendant toute la durée de l'épreuve.





NOUS CONTACTER



GRAND RAID DU FINISTÈRE
8, ALLÉE DES MOUETTES
29560 TELGRUC SUR MER



grandraiddufinistere@gmail.com



@grandraiddufinistere

