

Trail Des Vallées – 16 et 17 mars 2024 REGLEMENT

Art. 1 - ORGANISATION :

Association Saint Pierre Nature, 35 rue de la libération, 35720 Saint Pierre de Plesguen

Art. 2 - DÉPART et ARRIVÉE :

Au complexe sportif Joseph Lebret, Rue de l'égalité, Saint Pierre de Plesguen, 35720 Mesnil Roc'h

Art. 3 - PARCOURS :

Les compétitions de course à pied sont exclusivement ouvertes aux personnes nées en 2006 et avant (cadet à vétéran).

Les distances sont :

Epreuves :	Age minimum :
Ultra Trail des Vallées 115 km	Nés en 2006 et avant (À partir de junior)
Grand Trail des Vallées 53 km	
Trail des Vallées 32 km	
Trail du Roc'h 25 km	
Course du Mesnil 15 km	
Défi de Mesnil Roc'h 15 km + 25 km	
Défi des Vallées 53 km + 25 km	Nés en 2007 et avant (À partir de cadet)
Course de Coetquen 11 km	

Certaines portions des parcours sont privées et ne sont accessibles que grâce au bon vouloir de leurs propriétaires. Il est donc demandé à chacun de ne pas s'écarter de la trace balisée.

Les distances sont susceptibles de varier légèrement en fonction des autorisations de passage ou autres aléas.

Art. 4 – MATÉRIEL OBLIGATOIRE :

Tous les circuits nécessitent un matériel :

- Une lampe frontale avec piles de rechange,
- Une couverture de survie,
- Un sifflet,
- Un téléphone portable suffisamment chargé,
- Une réserve d'eau minimum,
- Une veste imperméable,
- Une paire de chaussures adaptées.

Les conditions climatiques, le dénivelé et la longueur des épreuves imposent aux concurrents un entraînement et un matériel adéquat.

Chaque concurrent prendra le matériel nécessaire en fonction de la course à laquelle il participe. Nous ne pourrions être tenu responsable si un athlète n'a pas le matériel adéquat.

Art. 5 - ASSURANCE :

Chaque concurrent participe sous sa propre responsabilité. Il ne peut échanger son dossard avec un autre concurrent, ni même se faire remplacer sans en informer la Direction de Course et établir une nouvelle inscription. Le cas échéant, l'organisation décline toutes responsabilités en cas de fraude, dommages subis ou provoqués lors de la compétition.

Conformément à la loi, l'organisation a souscrit un contrat d'assurance « Responsabilité Civile » auprès de la compagnie SMACL Assurances - 141, av. Salvador-Allende, 79000 NIORT.

Toutes les autorisations obligatoires liées à l'événement ont été accordées et sont disponibles auprès de la Direction de Course.

Les concurrents n'ayant pas de licence de course à pied sont fortement invités à souscrire une assurance individuelle couvrant leurs dommages corporels.

L'organisation décline toute responsabilité en cas de vol ou de dégradation des biens personnels aux participants et chaque athlète est responsable du matériel qu'il aura apporté sur le site.

Art. 6 - INSCRIPTION :

Par internet, sur le site www.nextrun.fr, paiement en ligne obligatoire jusqu'au vendredi 15 mars 2024 23h59.

Seules les inscriptions avec paiement seront prises en compte.

Le Trail Des Vallées est limité à **1500 participants** toutes épreuves confondues.

Art. 7 – TARIFS :

○ Ultra trail des Vallées 115 Km	75 €
○ Grand Trail des Vallées 53 Km	32 €
○ Trail des Vallées 32 Km	23 €
○ Trail de Roc'h 25 Km	20 €
○ Course du Mesnil 15 Km	13 €
○ Course de Coetquen 11 Km	10 €
○ Défi de Mesnil Roc'h 15km + 25 km	25 €
○ Défi des Vallées 53 km + 25 km	36 €

Art. 8 - LICENCE/CERTIFICAT MÉDICAL :

Les coureurs licenciés de la Fédération Française d'Athlétisme devront impérativement noter leur numéro de licence (saison 2023-2024) sur le bulletin d'inscription et présenter leur licence pour retirer leur dossard.

Les licences des sports autres que l'athlétisme ne sont pas recevables.

Les coureurs non-licenciés et les pratiquants d'autres disciplines que l'athlétisme, devront présenter le jour de la course un **certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition**, datant de moins d'un an à la date de l'épreuve. Sur support papier uniquement. Toute falsification du certificat sera de la responsabilité de l'athlète.

En cas d'absence de licence, de certificat médical, ou en cas de non-conformité de ce dernier, l'athlète concerné se verra opposer un refus d'inscription à la course.

Pour la randonnée pédestre, il n'est pas nécessaire d'avoir un certificat médical.

Attention : aucun document ne sera restitué à l'issue de l'épreuve (se munir de photocopie).

Art. 9 - HORAIRES :

Samedi 16 mars :

Courses :	Heure de départ :
Ultra Trail des Vallées 115 km	8h00
Grand Trail des Vallées 53 km	16h00
Trail des Vallées 32 km	18h30
Course du Mesnil 15 km	19h30

Dimanche 17 mars :

Courses :	Heure de départ :
Trail du Roc'h 25 km	9h30
Course de Coetquen 11km	10h00

La participation aux courses du TRAIL DES VALLÉES nécessite le port du dossard fixé sur la poitrine par 4 épingles ou sur une ceinture porte dossard. Les dossards se portent sur l'avant du buste et entièrement visible sous peine de disqualification.

Un(e) concurrent(e) pourra être mis(e) « hors délai » par décision de la Direction de Course. Il ou elle devra rendre son dossard et rejoindre la zone de départ par ses propres moyens et sous sa responsabilité. L'organisation ne pourra être tenue responsable en cas d'accident.

Des barrières horaires sont mises en place sur l'Ultra Trail des Vallées 115km, le Grand Trail des Vallées 53 km et le Trail des Vallées 32 km.

POSITION SUR LE PARCOURS	TEMPS DE PARCOURS	HEURE DE PASSAGE	ALLURE MOYENNE
Ultra Trail des Vallées 115km			
21 ^{ème} km	3h09	11h09	9min/km 6,66km/h
43.5 ^{ème} km	6h30	14h30	
68.5 ^{ème} km	10h16	18h16	
93.5 ^{ème} km	14h01	22h01	
107 ^{ème} km	16h03	0h03	
Grand Trail des Vallées 53km			
30.5 ^{ème} km	4h34	20h34	9min/km 6,66km/h
44 ^{ème} km	6h36	22h36	
Trail des Vallées 32km			
24 ^{ème} km	3h36	22h06	9min/km - 6,66km/h

TRAIL DES VALLÉES

Tous les coureurs qui ne seront pas passés dans les temps à ces points de passage seront mis hors course.

Le temps total de course pour l'Ultra Trail des Vallées 115 km est de 17h20. Tous les coureurs qui passeront la ligne après 01h20 le dimanche 17 mars 2024 ne seront pas classés.

Le temps total de course pour le Grand Trail des Vallées 53 km est de 7h57. Tous les coureurs qui passeront la ligne après 23h57 le samedi 16 mars 2024 ne seront pas classés.

Le temps total pour le Trail des Vallées 32 km le temps de course est de 4h48. Tous les coureurs qui passeront la ligne après 23h18 le samedi 16 mars 2024 ne seront pas classés.

Art. 10 - RAVITAILLEMENT :

Aucuns gobelets ne sera fourni sur les ravitaillements. Attention à bien prévoir le vôtre, quel que soit votre course.

COURSES	POSITION DES RAVITAILLEMENTS					
Ultra Trail des Vallées 115 km	km 21	km 43.5	km 68.5	km 93.5	km 105	À l'arrivée
Grand Trail de Vallées 53 km	km 18.5	km 30.5	km 44	À l'arrivée		
Trail des Vallées 32 km	km 13.5	km 24	À l'arrivée			
Trail du Roc'h 25 km	km 18	À l'arrivée				
Course du Mesnil 15 km	km 8	À l'arrivée				
Course de Coetquen 11 km	À l'arrivée					

En dehors de ces secteurs, toute assistance est interdite.

Cette manifestation est organisée dans le respect des règles de protection de l'environnement. Il incombe à chacun d'adopter un comportement responsable et de ne pas jeter de détritux en dehors des zones de ravitaillement.

Art. 11 – EVENEMENT ECO-RESPONSABLE :

Aucun gobelet ne sera distribué sur les courses. Il vous de prévoir votre propre gobelet ou contenant. Tout participant jetant ses détritux sur le circuit se verra immédiatement disqualifié.

De même, les organisateurs s'engagent à limiter au maximum l'impact sur l'environnement : des poubelles sont prévues sur les points de ravitaillement et les signaleurs sont appelés à prendre en charge les éventuels détritiques des participants. Le balisage est temporaire et non-polluant.

Art. 12 - RÉCOMPENSES :

Dotations et cadeaux aux 3 premiers scratch hommes et femmes.

Art. 13 - SECURITE :

Chaque concurrent(e) devra se conformer au code de la route et aux indications des signaleurs.

Le service de secours sera assuré par un organisme agréé.

Il appartient à chaque coureur de faire preuve de bon sens et d'utiliser tous les moyens possibles pour alerter les secours en cas d'accident sur les parcours.

Art. 14 - RÉSULTATS COMPLETS :

Sur www.chronowest.fr, www.nextrun.fr et www.traildesvallees.com

Art. 15 - DROIT À L'IMAGE :

Chaque concurrent autorise expressément les organisateurs et/ou ses partenaires à utiliser les images fixes ou audiovisuelles prises à l'occasion de sa participation au TRAIL DES VALLEES sur lesquelles il pourrait apparaître. Elles peuvent être utilisées sur tous supports y compris des documents promotionnels et/ou publicitaires.

Art. 16 - ANNULATION DE LA COURSE :

En cas de force majeure ou de toute autre circonstance mettant en danger la sécurité des concurrents, l'association organisatrice Saint Pierre Nature se réserve le droit d'annuler l'épreuve, nous rembourserons tous les participants à hauteur de 50 % du montant de l'inscription.

Art. 17 - ACCEPTATION DU RÈGLEMENT :

Tout concurrent qui s'inscrit reconnaît avoir pris connaissance du règlement et l'accepte de fait.

NB : - Le règlement pourra évoluer si les règles sanitaires changent d'ici à la tenue de l'événement.

Il pourra aussi évoluer en fonction des divers autorisations nécessaires ou autres aléas. Une mise à jour sera alors effectuée et remis en ligne.

ANNEXES :

ULTRA TRAIL DES VALLEES – 115km

LES SACS « BASE VIE »

Sur l'Ultra Trail des Vallées, 2 bases de dépôt de sacs de délestage sont organisées. La première au km 68,5, au Camping de Beauséjour à La Hisse, 22100 Saint-Samson-sur-Rance et la seconde au km 93,5, à la Maison de la Rance, 32 Quai du Tallard, 22100 Lanvallay.

Lors du retrait du dossard, il est remis au coureur 1 sac par base « vie », et les étiquettes nécessaires comportant le numéro du dossard permettant d'identifier chaque sac.

Après y avoir déposé leurs affaires personnelles et collé les étiquettes d'identification, les coureurs déposent leur(s) sac(s) parfaitement fermé(s) entre 6h00 et 7h30 au Village du Trail des Vallées, à St Pierre de Plesguen, avant le départ.

Le dépôt de bâtons dans un sac est strictement interdit.

Les coureurs doivent impérativement récupérer leur(s) sac(s) à chaque base « vie ». Après utilisation, les sacs sont déposés dans une zone définie par l'organisation.

Les sacs sont acheminés par l'organisation, depuis St Pierre de Plesguen aux bases « vie » et retour.

Ces sacs sont restitués à la base de retrait des sacs de St Pierre de Plesguen à partir de 23h30 le samedi 16 mars et jusqu'à 14 heures le dimanche 17 mars. Aucun sac ne pourra être remis avant cette heure.

Après l'heure de fin des retraits l'organisation ne peut être tenue pour responsable d'une perte.

Le contenu des sacs est personnel, aucun inventaire n'est fait à l'enregistrement, il n'est pas possible de contester le contenu des sacs récupérés.

L'organisateur dégage toute responsabilité en cas de perte. Il est recommandé aux coureurs de ne laisser aucun objet de valeur dans ces sacs.

Domage matériel :

L'organisateur décline toute responsabilité en cas de dommages (vol, perte, bris...) subis aux biens personnels des participants, cela même si l'organisateur, pendant la période de prise en charge, en assure la gestion.

BATONS DE MARCHE

Les bâtons de marche sont interdits sur les bords de Rance du km 30 au km 100.