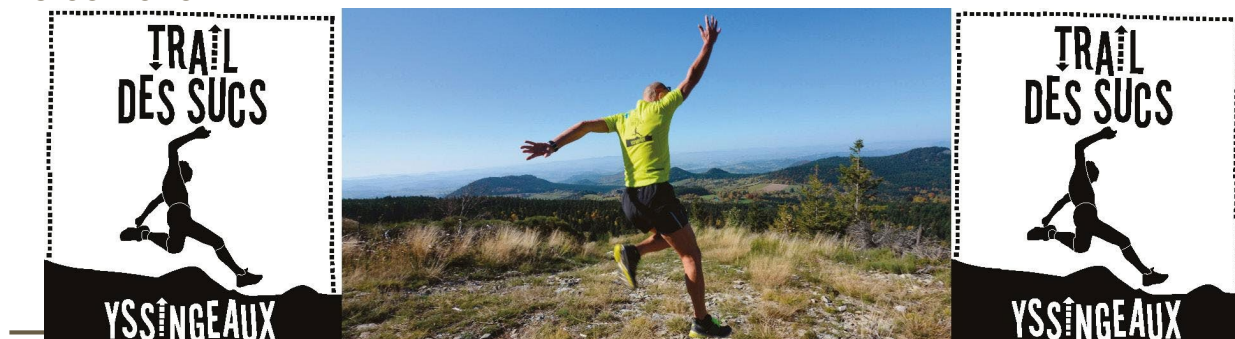


# Règlement du Trail des Sucs 2019

## 4e édition les 9 et 10 novembre

25.09.2019 V1



## Présentation

L'association Tryssingeaux organise, avec le soutien du comité départemental des courses hors stade (CDCHS) de la Haute-Loire, la 4e édition du Trail des Sucs au départ d'Yssingeaux. Ces courses sont inscrites au calendrier du CDCHS.

Le présent règlement s'applique à toutes les épreuves : 33 km, 24 km, 12,5 km DUO et 12,5 km solo, ainsi qu'aux courses proposées aux enfants.

Les courses enfants ne seront pas chronométrées. Les courses adultes seront chronométrées par puces électroniques, via la société Chronosphere.

## Programme des épreuves

### Samedi 9 novembre Les P'tits Sucs pour les enfants

Trois distances sont proposées aux enfants. Il n'y aura pas de chronométrage, mais les 3 premiers au scratch seront invités à monter sur le podium, ainsi que la première fille et le premier garçon de chaque catégorie.

- 15h30 : 500 mètres sans difficulté (ouvert aux enfants nés à partir de 2013)
- 16 heures : 1.000 mètres sans difficulté (ouvert aux enfants nés en 2010)
- 16h30 : 2.000 mètres sans difficulté (ouvert aux enfants nés en 2008)

Chaque enfant recevra une médaille à l'arrivée ainsi qu'un goûter.

Les trois courses sont proposées au tarif unique de 2 euros.

## Dimanche 10 novembre pour les adultes

Les tracés des courses sont susceptibles d'évoluer jusqu'au jour du départ. Par conséquent, les tracés définitifs des trois distances (12,5 km 24 km et 33 km) seront affichés au plus tard 2 heures avant le départ au niveau des inscriptions.

Les départs des courses seront données selon l'horaire suivant :

- 8h30 Trail des 5 Sucs (33 km, 1.200 D+) ouvert à partir de la catégorie Espoir
- 9 heures Assaut des Sucs (24 km, 950 D+) ouvert à partir de la catégorie Junior
- 9h45 DUO L'Orée des Sucs (12,5 km, 440 D+) ouvert à partir de la catégorie cadet
- 10 heures L'Orée des Sucs (12,5 km, 440 D+) ouvert à partir de la catégorie cadet

La perte d'une puce électronique sera facturée 15 euros au coureur.

## Inscriptions

### En ligne

Les inscriptions se font sur la plateforme [chronosphere.fr](https://chronosphere.fr) pour les courses chronométrées.

La date limite d'inscription est fixée au vendredi 8 novembre à minuit.

### Sur place (Centre omnisport de Choumouroux)

Il sera possible de s'inscrire sur place pour toutes les courses (enfants, adulte set randonnée) à partir du samedi 9 novembre, de 14 heures à 18 heures et dimanche 10 novembre à partir de 7 heures et jusqu'à 30 minutes avant le départ.

Les licenciés des fédérations d'athlétisme devront fournir une photocopie de leur licence en cours de validité. Les personnes non licenciées devront fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an au jour de la course. Ce document sera conservé par l'organisateur.

### Retrait des dossards

Les dossards pourront être retirés sur place samedi 9 novembre de 14 heures à 18 heures puis dimanche 10 novembre à partir de 7 heures.

## Tarifs

- L'Orée des Sucs SOLO (12,5 km) : 10 euros jusqu'au 8 novembre, puis 14 euros sur place
- DUO L'Orée des Sucs (12,5 km) : 20 euros jusqu'au 8 novembre, puis 22 euros sur place.
- L'Assaut des Sucs (24 km) : 17 euros jusqu'au 8 novembre puis 20 euros sur place.
- Le Trail des 5 Sucs (33 km) : 22 euros jusqu'au 8 novembre puis 25 euros sur place.

## Spécificités des courses

### DUO l'Orée des Sucs (12,5 km 440 D+)

L'inscription et le départ de cette course ne peut se faire que par équipe de deux. Chacun des deux coureurs doit porter un dossard. Une seule puce sera remise par équipe. Les coureurs doivent réaliser toute la course ensemble. L'entraide est autorisée. Les équipes peuvent utiliser des systèmes d'accroche ou de tractage entre équipiers. Ces accessoires ne doivent pas présenter de danger ni de risque pour l'ensemble des coureurs et pouvoir se détacher instantanément en cas de danger (mousqueton, élastique...). L'utilisation sera placée sous la pleine et entière responsabilité de l'équipe. L'organisation se garde le droit de refuser un système d'accroche qui serait estimé dangereux.

### l'Orée des Sucs SOLO (12,5 km 440 D+)

Cette course se déroule sur le même tracé que la course DUO, avec un départ différé de 15 minutes. Des portions de courses sont communes aux deux autres tracés de 24 et 33 km. Attention car les randonneurs emprunteront le même parcours, mais en sens inverse. Les coureurs auront accès à un ravitaillement durant la course (au 7e km, au village de La Pervençère) et au ravitaillement d'arrivée.

### L'Assaut des sucs (24 km, 950 D+)

Cette course se déroule sur des portions communes aux distances de 12,5 et 33 km. Les coureurs auront accès à deux ravitaillements durant la course (au 9e village au lieu-dit La Maissonnette et 20e km lieu-dit La Pervençère) et au ravitaillement d'arrivée.

## Deux barrières horaires

Deux barrières horaires seront situées sur ces ravitaillements. Les coureurs devront avoir quitté le 1er ravitaillement (km 9) au plus tard à 11 heures (après 2 heures de course) et avoir quitté le 2e ravitaillement (km 20) au plus tard à 13 heures (après 4 heures de course). Les coureurs arrivant en

dehors de ces délais se verront retirer leur puce et leur dossard. Ils seront rapatriés OBLIGATOIREMENT en véhicule par les bénévoles des ravitaillements.

## NOUVEAU Le Trail des 5 Sucs (33 km, 1.200 D+)

Cette course se déroule sur des portions communes avec les deux autres tracés de 12,5 et 24 km. Les coureurs auront accès à trois ravitaillements (au 7e km au village de Monibrand (Le Pertuis), au 17e km lieu-dit La Maisonnette et 27e km au lieudit Pervençère) et au ravitaillement d'arrivée.

### Deux barrières horaires

Deux barrières horaires seront situées sur les deux derniers ravitaillements. Les coureurs devront avoir quitté le 2e ravitaillement (km 17) au plus tard à 11 heures (après 2h30 heures de course) et avoir quitté le 3e ravitaillement (km 27) au plus tard à 13 heures (après 4h30 de course). Les coureurs arrivant en dehors de ces délais se verront retirer leur puce et leur dossard. Ils seront rapatriés OBLIGATOIREMENT en véhicule par les bénévoles des ravitaillements.

### ◆ Challenge Strava

Les participants aux quatre courses chronométrées pourront également participer au challenge Strava. Strava est un réseau social qui permet de suivre et de confronter ses performances sportives. Il fonctionne via une application gratuite. Le Challenge Strava du Trail des Sucs sera disputé sur une portion de 600 mètres de long pour 60 mD+. Chaque concurrent du Trail des Sucs pourra participer. Il lui suffit d'être autonome dans sa mesure de temps de passage. Les concurrents devront avoir mis à jour leur course à 13 heures, moment de la remise des prix. La première femme et le premier homme seront primés.

## Sécurité

Des signaleurs en chasuble seront présents sur les points dangereux des parcours.

Chaque course sera fermée par un binôme de serre-files. Ces bénévoles seront équipés d'une pharmacie d'urgence qui sera mise à disposition d'un coureur qui en ferait la demande de couverture de survie. Ils seront en liaison téléphonique avec la base et pourront solliciter le déplacement d'un pompier, d'une infirmière ou du médecin de course.

## Abandon

Les coureurs peuvent abandonner à tout moment. Il suffit de remettre son dossard et sa puce à un signaleur qui avertira la base et ramènera le coureur dans un véhicule, sans engager sa responsabilité.

## Secours

Des infirmières et pompiers bénévoles seront avancées sur différents points des parcours. Un médecin sera présent sur la base. Une équipe de la Sécurité civile d'Ardèche sera également présente sur la base.

## Assurance

L'organisateur est couvert par une police de responsabilité civile souscrite auprès d'un assureur. Tryssingaux décline sa responsabilité pour tout accident immédiat et futur. Les licenciés FFA et FFTri bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

## Environnement

Chaque participant s'engage à ne pas jeter d'emballage vide sur le parcours. L'organisation se réserve le droit d'exclure un coureur ne respectant pas cet engagement.

## Cadeaux

### Inscriptions

Un lot sera remis aux 500 premiers inscrits sur les courses chronométrées.

### Récompenses

Des coupes, trophées et récompenses seront remis sur les podiums scratchs et par catégorie. Le détail des places par catégories récompensées sera affiché sur place. Seuls les concurrents présents lors de la remise des prix pourront prétendre aux récompenses.

## Droit à l'image

Chaque participant accepte la diffusion des photos et vidéos qui seront prises lors du Trail des sucres. Les images seront utilisées sur tout support jugé pertinent par l'organisateur pour réaliser la promotion du Trail des Sucres, sans limite dans le temps.

## **Modification / annulation des épreuves**

L'organisateur se réserve le droit de modifier ou d'annuler l'épreuve jusqu'à 30 minutes avant le départ. Dans le cas d'une annulation, aucun remboursement ne pourra être réclamé à l'organisateur.

L'engagement au Trail des Sucs implique l'acceptation pleine et entière du règlement.

## **Autorisation parentale**

Les coureurs mineurs engagés sur des courses chronométrées devront présenter une autorisation écrite et signée de l'un de leur parent, lors du retrait des dossards.

## **Actualités des épreuves**

Les concurrents pourront découvrir toutes les actualités du Trail des Sucs sur le site [www.tryssingeaux.fr](http://www.tryssingeaux.fr), la plateforme [www.chronosphere.fr](http://www.chronosphere.fr) et la page Facebook Trail des Sucs - Triathlon des Sucs.