

Règlement

Trail des Mélèzes du Mercantour

Dimanche 22 juillet 2018

ARTICLE N°1 : ORGANISATEUR

Le Trail des Mélèzes du Mercantour est organisé par l'association Courir en Haut Verdon Val d'Allos.
Adresse : Office Intercommunal de la Jeunesse et des Sports du Haut Verdon Val d'Allos, Maison de Pays, 04370 Beauvezer. Téléphone : 04 92 83 96 10. Email : contact@traildesmelezes.fr.

ARTICLE N°2 : CATEGORIES PARTICIPANTS

Course ouverte à tous et à toutes, licenciés ou non, à partir de la catégorie "Espoirs" pour le parcours 50km et "Juniors" pour le parcours 25km.

ARTICLE N°3 : ACCEPTATION REGLEMENT

L'inscription au Trail des Mélèzes du Mercantour implique la connaissance et l'acceptation du présent règlement.

ARTICLE N°4 : DESCRIPTION

Le Trail des Mélèzes du Mercantour est une course pédestre disputée sur sentiers et chemins balisés, courue en semi-autosuffisance sur deux distances, 50km et 25km, avec départs de Beauvezer (50km) et de Colmars (25km). L'arrivée est commune à la base de loisirs d'Allos.

Les coureurs s'engagent à suivre scrupuleusement, sous peine de disqualification, les recommandations formulées par oral lors du briefing de départ ou par écrit dans le sac coureur. Particulièrement celles concernant le respect de l'environnement et des itinéraires.

Les participants sont tenus de respecter le circuit tracé et balisé par l'organisation, balisage provisoire, pas de kilométrage affiché sur le parcours.

Les participants sont tenus de respecter le milieu naturel en ne jetant aucun emballage sur le parcours au risque d'être mis hors course.

Les participants sont tenus de faire preuve de solidarité et de respect entre eux mais aussi envers tous les bénévoles et les membres organisateurs de la course.

Tout coureur ne respectant pas ces points et identifié par un commissaire de course pourra être disqualifié.

ARTICLE N°5 : MATERIEL OBLICATOIRE ET CONSEILLE

Le Trail des Mélèzes 50km et 25km sont des Trails de montagne où vous pouvez rencontrer des conditions difficiles, avec des différences thermiques importantes entre la partie basse du parcours 1158m et les zones se situant autour des 2000m, la partie haute se situant à 2435m.

Gérez votre matériel de sécurité en conséquence comme pour toute autre activité en montagne.

Bâtons autorisés sur les deux parcours.

Matériel obligatoire pour les deux courses :

- Une réserve en eau (0,5l minimum)
- Réserve alimentaire

- Coupe-vent ou veste de pluie imperméable à votre taille permettant de supporter le mauvais temps en montagne
- Sifflet
- Sac-à-dos ou porte-bidons
- Couverture de survie de taille minimum 1,40x1,80m
- Téléphone portable chargé
(nous vous recommandons d'y enregistrer le numéro du PC Course 06 51 76 08 14)

Matériel conseillé pour les deux parcours :

- Casquette ou buff, lunettes de soleil, crème solaire
- Première couche chaude
- Pantalon coupe-vent
- Bande élastique adhésive (100x4cm minimum)

ARTICLE N°6 : RAVITAILLEMENT

Le coureur doit prendre en charge une part de son ravitaillement et courir avec une réserve d'eau (porte-bidon ou camelback). Contrôle au départ.

Aucun gobelet jetable ne sera fourni. Chaque coureur devra se munir de matériel pour faire le plein d'eau (bidon, flasque, gobelet...).

Pour le 50km, 5 ravitaillements :

- 1 point d'eau et de contrôle au Col de l'Orgeas (km9)
- 1 ravitaillement et contrôle piste sous le Laupon (km24)
- *1 contrôle et sécurité secours Pont de la Serre (km27,5)*
- 1 gros ravitaillement à Colmars + sécurité + contrôle (km32,5)
- 1 ravitaillement + contrôle à la Cabane de l'Autapie (km40)
- 1 gros ravitaillement à l'arrivée à Allos

Pour le 25km, 3 ravitaillements :

- 1 gros ravitaillement à Colmars + sécurité + contrôle (km8)
- 1 ravitaillement + contrôle à la Cabane de l'Autapie (km15)
- 1 gros ravitaillement à l'arrivée à Allos

ARTICLE N°7 : LICENCES ET CERTIFICAT MEDICAL

Sans un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an, ou une licence valide FFA ou une licence valide sportive agréée par la FFA, aucun dossard ne sera distribué.

ARTICLE N°8 : HORAIRES

Le départ du 50km sera donné à **7h00** devant la Maison de Pays, pont de Villars-Heyssier à Beauvezet.

Le départ du 25km sera donné à **09h30** au pré de Colmars-les-Alpes.

Barrière horaire à Colmars à 14h00.

Les participants passant après 14h00 au ravitaillement de Colmars ne seront plus classés et se verront retirer leur dossard. Les coureurs désirant poursuivre tout de même le parcours le feront sous leur propre responsabilité. Attention, le parcours est débalisé après le passage du dernier concurrent en course.

Les participants arrivant après 18h30 à Allos ne seront plus classés.

En cas d'abandon, le participant doit le signifier à un signaleur, aux serre-fils ou à un poste de ravitaillement et remettre son dossard.

ARTICLE N°9 : ASSURANCE

Les organisateurs sont couverts par une police d'assurance responsabilité civile et déclinent toute responsabilité pour tout accident physiologique (immédiat ou futur).

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

ARTICLE N°10 : RETRAIT DES DOSSARDS

Les dossards seront retirés :

- la veille de la course de 15h00 à 20h00 au pré de Colmars
- et le jour de l'épreuve à partir de 06h00 devant la Maison de Pays à Beauvezer ou à partir de 07h30 au pré de Colmars.

ARTICLE N°11 : REMISE DES PRIX

La remise des prix aura lieu à 15h30 à la Base de Loisirs d'Allos.

Sont récompensés les trois premiers au scratch et les catégories.

Un repas et un cadeau sont remis à chaque participant.

ARTICLE N°12 : METEO

En cas de mauvais temps les organisateurs se réservent le droit d'annuler l'épreuve ou de proposer un parcours de repli.

ARTICLE N°13 : NAVETTES

Aller :

Une navette gratuite sera mise en place entre le parking de la base de loisirs d'Allos (point d'arrivée des 2 courses) et les points de départ des 2 courses (Colmars et Beauvezer).

Horaires au départ du parking de la base de loisirs d'Allos : grand parcours 50km 5h45 et petit parcours 25km 8h15.

Retour :

Un minibus gratuit sera mis en place après l'arrivée et fera des rotations pour redescendre les coureurs d'Allos vers Colmars et Beauvezer.

ARTICLE N°14 : INSCRIPTIONS

Frais d'inscription :

30€* pour le 25km

35€* pour le 50km.

Inscriptions dossier complet (payé et documenté) et dans la limite des places disponibles **avant le 15 juillet 2018.**

Inscriptions uniquement en ligne : lien d'accès sur www.traildesmelezes.fr.

Inscriptions possibles sur place dans la limite des places disponibles la veille de la course de 15h00 à 20h00 au pré de Colmars.

** Le tarif comprend également le plateau-repas à l'arrivée.*

AUCUNE INSCRIPTION LE JOUR DE LA COURSE

ARTICLE N°15 : DROIT A L'IMAGE

Du fait de son engagement, le concurrent donne à l'organisation le pouvoir tacite d'utiliser toute photo ou image concernant l'événement dans le cadre de sa promotion.

ARTICLE N°16 : ARRIVEE

A l'arrivée : ravitaillement, plateau-repas distribué à chaque participant, poste de soins avec médecin, infirmières, secouristes...

Des douches sont à disposition à la base de loisirs. Merci de respecter les lieux ainsi que la zone réservée aux femmes.

Un îlot de tri sélectif sera positionné dans l'aire d'arrivée. Merci de se conformer aux indications.