

RÈGLEMENT 2019 – TRAIL TRO BRO MELRANT

L'inscription au Tro Bro Melrant implique la connaissance et le respect du règlement ci-dessous.

1. ÉPREUVES

La course nature et le trail court sont des épreuves inscrites au calendrier des courses hors stade, et sont organisées par l'Association LA MELRANDAISE

Il s'agit de courses à pied chronométrées, empruntant les rues, chemins et sentiers des communes de Melrand, Bubry et Guern.

Le départ et l'arrivée se situe près du site du village de l'An Mil, à Melrand. L'épreuve se déroule à allure libre.

Les épreuves auront lieu le lundi 11 novembre 2018

Le départ du 42km sera donné à 7h

Le départ du 23km sera donné à 9h

Le départ du 15km sera donné à 9h45

Le départ du 8,5km sera donné à 10h15

2. PARTICIPATION

→ Les épreuves 8,5, et 15 km

Elles sont ouvertes à toute personne, homme ou femme, **née en 2003 ou avant** (catégories cadet à master), licenciée ou non.

Les courses peuvent se faire en auto suffisance, mais des ravitaillements sont prévus.

Il est vivement **CONSEILLE** aux coureurs de porter un dispositif d'hydratation et un téléphone portable.

→ L'épreuve 23km

Elles sont ouvertes à toute personne, homme ou femme, **née en 2001 ou avant** (catégories junior à master), licenciée ou non.

Les courses peuvent se faire en auto suffisance, mais des ravitaillements sont prévus.

Il est vivement **CONSEILLE** aux coureurs de porter un dispositif d'hydratation et un téléphone portable.

→ L'épreuve 42km

Elle est ouverte à toute personne, homme ou femme, **née en 1999 ou avant** (catégories espoir à master), licenciée ou non.

Les courses peuvent se faire en auto suffisance, mais des ravitaillements sont prévus.

Il est **OBLIGATOIRE** aux coureurs d'avoir le matériel suivant :

- ✚ Un téléphone mobile (le N° de téléphone devra être fourni à l'organisation au moment de l'inscription)
- ✚ 1 lampe frontale (Autonomie minimum 1 heure)
- ✚ 1 couverture de survie
- ✚ 1 réserve d'eau 1,0 litre minimum, au départ de tout ravitaillement
- ✚ 1 sifflet.
- ✚ L'organisation peut à tout moment contacter un concurrent par téléphone ou l'ensemble des concurrents par SMS afin de transmettre une information importante pour le bon déroulement de la course. (Événement météo, problèmes divers sur le parcours etc.). LE CONCURRENT S'ENGAGE donc à être joignable de façon PERMANENTE durant toute l'épreuve.

3. RETRAIT DES DOSSARDS

→ Retrait des dossards 8,5, 15 et 23km

Le retrait des dossards se fera sur le site, le jour de la compétition, à partir de 6h.

→ Retrait des dossards 42km

Le retrait des dossards se fera sur le site le jour de la compétition, à partir de 6h

4. CONDITIONS D'INSCRIPTION

Les montants des inscriptions sont fixés à :

🚩 8,5km (250 coureurs max.)	> Sur inscription : 6€	&	Sur place : 8€
🚩 15km (350 coureurs max.)	> Sur inscription : 8€	&	Sur place : 10€
🚩 23km (250 coureurs max.)	> Sur inscription : 10€	&	Sur place : 12€
🚩 42km (150 coureurs max.)	> Sur inscription : 18€		UNIQUEMENT

→ Pour le 8,5, 15 et 23km

Les Inscriptions en ligne seront closes au plus tard le dimanche 10 novembre 2019 à 18h

Les Inscriptions par courrier seront closes au plus tard le samedi 9 novembre 2019 (réception de courrier).

→ Pour le 42km

Les Inscriptions en ligne seront closes au plus tard le dimanche 3 novembre 2019 à 23h59

Les Inscriptions par courrier seront closes au plus tard le samedi 2 novembre 2019 (réception de courrier).

5. RAVITAILLEMENTS

→ Pour le 8,5km

1 ravitaillement liquide/solide

5^{ème} km environ

Liquide : Eau/Cola/Jus d'orange

Solide sucré : Quatre quart/Raisins secs/Bananes/Abricots secs/Chocolat/Figues

→ Pour le 15km

2 ravitaillements liquide/solide

5^{ème} km environ

Liquide : Eau/Cola/Perrier/Jus d'orange

11^{ème} km environ

Liquide : Eau/Cola/Jus d'orange

Solide sucré : Quatre quart/Raisins secs/Bananes/Abricots secs/Chocolat/Figues

→ Pour le 23km

3 ravitaillements liquide/solide

5^{ème} km environ

Liquide : Eau/Cola/Perrier/Jus d'orange

10^{ème} km environ

Liquide : Eau/Cola/Jus d'orange

Solide sucré : Quatre quart/Raisins secs/Bananes/Abricots secs/Chocolat

19^{ème} km environ

Liquide : Eau/Cola/Jus d'orange

Solide sucré : Quatre quart/Raisins secs/Bananes/Abricots secs/Chocolat/Figues

→ Pour le 42km

4 ravitaillements liquide/solide

5^{ème} km environ

Liquide : Eau/Cola/Perrier/Jus d'orange

10^{ème} km environ

Liquide : Eau/Cola/Jus d'orange

Solide sucré : Quatre quart/Raisins secs/Bananes/Abricots secs/Chocolat

23^{ème} km environ

Liquide : Eau/Cola/Jus d'orange

Solide sucré : Quatre quart/Raisins secs/Bananes/Abricots secs/Chocolat

Solide salé : Saucisson/Gruyère/Tucs

36^{ème} km environ

Liquide : Eau/Cola/Jus d'orange

Solide sucré : Quatre quart/Raisins secs/Bananes/Abricots secs/Chocolat/Figues

Ravitaillement commun à l'arrivée

6. BARRIERES HORAIRES

MELRAND	RAVITOS	1	2	3	4	5
Grand Trail Tro Bro Melrant	42km	5	11	25	37	42
Barrière horaire	Départ 7h	/	/	11:10:00	13:10:00	14:00:00
	10 min/km	Allure moyenne				
	6 km/h	Vitesse moyenne				
Pour être classé, le temps maximal de l'épreuve est fixé à 7h de course (allure moyenne de 10min/km) .						
Barrière horaire 1	km 25	11h10	3ème ravitaillement	Chapelle St Fiacre		
Barrière horaire 2	km 37	13h10	4ème ravitaillement	Moulin Poul		
Barrière horaire 3	km 42	14h	5ème ravitaillement	Arrivée		

7. CERTIFICAT MÉDICAL

C'est une condition obligatoire pour participer à une compétition.

Dans le cadre de la mise en place des règles de sécurité, l'organisateur s'assurera, au regard de l'article L.231-3 du Code du Sport, que les participants sont :

- titulaires d'une Licence Athlé Compétition, d'une Licence Athlé Entreprise, d'une Licence Athlé Running (Santé Loisirs option « Running ») ou d'un Pass' Running délivrés par la Fédération Française d'Athlétisme

- ou titulaires d'une Licence sportive au sens de l'article L.131-6 du code du sport délivrée par une fédération uniquement agréée et sur laquelle doit apparaître, par tous moyens, la non contre-indication à la pratique de l'Athlétisme en compétition ou de la Course à pied en compétition ;

- ou titulaires d'une Licence délivrée par la Fédération Française de Triathlon, la Fédération Française de Course d'orientation, ou la Fédération Française de pentathlon moderne ;

- ou titulaires d'une Licence délivrée par l'UNSS ou l'UGSEL et dans la mesure où ils sont valablement engagés par l'établissement scolaire ou l'association sportive ;

- ou, pour les autres participants, titulaires d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition datant de moins d'un an ou sa photocopie.

Ce document sera conservé en original ou en copie par l'organisateur en tant que justificatif en cas d'accident.

Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la présentation du certificat médical.

Les coureurs licenciés de la Fédération Française d'Athlétisme devront impérativement joindre la photocopie de la licence ou du Pass' Running 2019-2020.

Les coureurs non licenciés, Français ou étrangers, ou les coureurs licenciés à une autre fédération devront joindre au bulletin d'inscription, l'original du certificat médical ou sa photocopie 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.

La validité de la licence ou du certificat médical s'entend le jour de la manifestation.

Les mineurs devront se munir d'une autorisation parentale.

ATTENTION : La responsabilité des organisateurs étant directement engagée, aucune inscription ne sera enregistrée si la preuve n'est pas faite de l'existence du certificat médical par sa présentation directe ou la présentation d'une licence acceptée par la FFA.

8. ANNULATION DES ÉPREUVES

Si les épreuves sont annulées, les coureurs qui auront réglé, seront remboursés à hauteur du tarif d'inscription (*hors frais bancaire – cf. conditions plateforme d'inscription*).

9. SÉCURITÉ DU PARCOURS

Le coureur s'engage à n'emprunter que le parcours balisé. Des signaleurs seront présents pour assurer la sécurité aux points sensibles.

Sur les parties du parcours empruntant la voie publique, chaque participant devra se conformer au code de la route.

Exception, les coureurs seront prioritaires lors des traversées de route ayant des signaleurs.

L'organisation se réserve le droit de modifier à tout moment le parcours.

10. ENVIRONNEMENT

Une attention particulière à la propreté des sites et du parcours sera portée par l'ensemble des acteurs, coureurs et bénévoles.

Les emballages vides (gels, barres, boissons etc.) devront être déposés dans les poubelles mises à disposition sur les sites de départ, de ravitaillement et d'arrivée. Chaque coureur veillera donc à conserver ses déchets jusqu'au ravitaillement ou jusqu'à l'arrivée. Le non-respect entraînera la disqualification du coureur.

11. INFRASTRUCTURES

Les vestiaires du stade de foot ou de la salle omnisports de la commune seront mis à disposition des coureurs et de leurs accompagnateurs. Chacun y trouvera DOUCHES, VESTIAIRES, TOILETTES.

12. COUVERTURE PHOTOS, VIDÉOS, MÉDIA et DROITS

Tout concurrent renonce expressément à se prévaloir du droit à l'image durant l'épreuve, comme il renonce à tout recours à l'encontre de l'organisateur et de ses partenaires agréés pour l'utilisation faite de son image. Quant aux professionnels audio-visuels, ceux-ci doivent obtenir leur accréditation auprès de l'organisateur.

13. MOTIFS DE DISQUALIFICATION

La disqualification d'un coureur peut être justifié par :

- Non-respect du code de la route et des consignes des signaleurs où membres de l'organisation
- Pointage au-delà de l'horaire de départ ou de fermeture d'un poste de contrôle.
- Utilisation d'un moyen de transport.
- Absence de l'équipement obligatoire au départ de l'épreuve (pas de contrôle systématique au départ, le concurrent est responsable du respect du contenu obligatoire, un contrôle en cours d'épreuve est possible à tout moment.
- Non-assistance à un concurrent en danger.
- Pollution et dégradation des sites par les concurrents ou leur assistance.
- Dopage ou refus de se soumettre au contrôle anti-dopage.
- Comportement irrespectueux vis-à-vis des membres de l'organisation, bénévoles.
- Refus de se faire examiner par les médecins à tout moment de l'épreuve.
- Etat physique ou psychique du concurrent inadapté à la poursuite de l'épreuve.
- Comportement dangereux d'un concurrent.