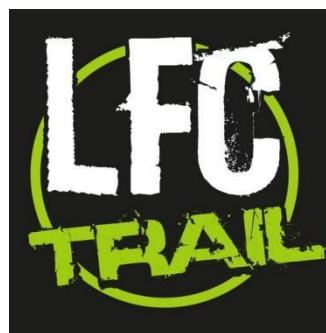


## RÈGLEMENT

Trail des **Foulées Cernaysiennes**  
du 25 Juin 2023 (Court : ~11 Km & Long  
~20 km)



### Article 1 - Généralités

La course des Foulées Cernaysiennes propose 2 parcours : un parcours « court » d'environ 11 Km et un parcours « long » de 20 Km environ.

Cette course conforme au règlement de la F.F.A est ouverte aux hommes et femmes :  
Pour le parcours « long » : Aux coureurs nés avant le 31/12/2005.  
Pour le parcours « court » : Aux coureurs nés avant le 31/12/2007.

Ci-dessous l'extrait de la réglementation running :

Ces distances sont fixées selon les catégories d'âges (âge au 31 décembre) aux valeurs ci-après.

#### 3.1 - Courses sur route

CATEGORIES	TRANCHES D'AGES	DISTANCES MAXIMALES
<b>Masters, seniors, espoirs</b>	20 ans et plus	Illimité
<b>Juniors – U20</b>	18-19 ans	25 km
<b>Cadets - U18</b>	16-17 ans	15 km
<b>Minimes - U16</b>	14-15 ans	4,5 km
<b>Benjamins - U14</b>	12-13 ans	3 km
<b>Poussins - U12</b>	10-11 ans	c.f. tableau des cross-countries ci-après

Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas d'accident provoqué par une défaillance physique ou psychique, et en cas de vol ou de dommage qui pourraient survenir avant, pendant et après cette manifestation sportive.

Une couverture médicale et un médecin (ou infirmier) seront présents sur l'aire d'arrivée.

Les accompagnateurs, même cyclistes, sont interdits.

Tout participant autorise les organisateurs à utiliser son droit à l'image sans contrepartie et sur tout support, en conformité avec l'article 227-24 du code pénal.

Tout coureur ne respectant pas les clauses du présent règlement ne pourra pas prendre le départ.

Le port du dossard est obligatoire sur la poitrine et les coureurs s'engagent à suivre le circuit balisé.

## Article 2 - Certificat médical

Conformément l'article L231-2 du Code du Sport, il est obligatoire de fournir lors de l'inscription par Internet l'un des documents suivants :

- Une licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running ou d'un Pass'running, délivrée par la FFA, en cours de validité à la date de la manifestation
- Une licence sportive, en cours de validité à la date de la manifestation, délivrée par une fédération uniquement agréée (liste disponible sur

<http://www.sports.gouv.fr/spip?page=sg-federation>) sur laquelle doit apparaître la non-contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition ;

- Une licence compétition délivrée par la FFCO, la FFPM ou la FF Tri, en cours de validité à la date de la manifestation ;
- Un certificat médical de non contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, datant de moins de 1an à la date de la compétition, ou de sa copie. Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la possession du certificat médical.

## Article 3 – Aléa (sanitaire ou autres).

Cette manifestation est régie par les réglementations en vigueur (protocole sanitaire ou autre). Pour cela chaque coureur :

- S'engage à respecter le protocole en vigueur le jour J.
- Ne respectant pas ce protocole, peut être disqualifié.

Si la course devait être annulée, l'organisation s'engage à rembourser chaque coureur au prorata du budget déjà dépensé sur l'exercice.

## Article 4 - Assurance

Conformément au code du sport article D321-4, les organisateurs ont souscrit une assurance couvrant leur responsabilité civile.

Les coureurs participent à la course sous leur propre et exclusive responsabilité. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

Lors de votre inscription une option « annulation » à 3 euros vous est proposée. Elle vous permet, jusqu'au 20 juin 2023 minuit, en cas d'impossibilité de participer à la course pour raison médicale attestée par un certificat médical original ou en cas d'annulation de la course par l'organisation, de vous faire rembourser les frais d'inscription (hors option d'annulation). Au-delà de cette date, tout engagement est définitif et ne peut faire l'objet d'aucun remboursement.

Attention, cette option ne pourra plus être contractée après la validation de votre inscription

## Article 5 - Inscriptions

- Les inscriptions se font exclusivement par Internet. Les inscriptions seront closes lorsque le quota de 500 coureurs (200 coureurs sur le parcours court et 300 sur le long, répartition modifiable par l'organisation en fonction de la volumétrie des inscriptions) sera atteint.
- Aucune inscription par mail, par téléphone ou par papier ne sera enregistrée. Aucune inscription ne sera possible le jour de la course.
- Le montant de l'inscription est mentionné sur notre site web. Le paiement se fait en ligne par Internet à partir d'une plate-forme bancaire sécurisée. Une augmentation de tarif sera appliquée à l'approche de la course (les modalités de cette augmentation sont disponibles sur le site web d'inscription). Le paiement réserve votre pré-inscription. L'inscription sera considérée comme valide lorsque tous les documents nécessaires à la course auront été reçus et seront validés. Une inscription qui n'aurait pas été validée avant le jour de la course sera considérée nulle. En cas de **non paiement**, vous êtes considéré comme **non inscrit** avec le risque que les inscriptions soient closes dès le quota maximum de coureurs atteint et vous empêchera de vous inscrire.
- Tout engagement est définitif et ne peut faire l'objet de remboursement (sauf dans le cas d'une souscription à notre assurance annulation), de même si l'épreuve devait être annulée pour un motif indépendant de la volonté des organisateurs.
- En s'engageant sur cette course, tout concurrent reconnaît avoir pris connaissance du présent règlement et en accepter les clauses sans réserve.
- La personnalisation des dossards sera possible uniquement pour les dossiers finalisés un mois avant le jour de la course (délais modifiables par l'organisation en fonction des délais d'impression).

## Article 6 - Récompenses

- Un lot souvenir sera remis à tous les participants. En cas de pénurie du lot souvenir, les coureurs ne pourront prétendre au mieux qu'au lot souvenir des éditions précédentes.

Pour chacun des parcours et chaque sexe (en fonction de la disponibilité) :

- Un prix aux 3 premiers et premières du classement général.
- Un prix au premier et première de Cernay la ville.

- Un prix au premier et première de Senlisse.

L'organisation se réserve le droit de procéder à une remise de lot par catégorie.

Un même coureur ne pourra bénéficier de plusieurs récompenses (Exemple : s'il remporte l'épreuve au scratch et réside à Cernay la ville). L'organisation déterminera le lot remis au coureur.

Seuls les concurrents présents à la cérémonie de remise des récompenses pourront prétendre à recevoir leur lot.

## **Article 7 - Retrait des dossards - Informations générales**

**Une pièce d'identité sera systématiquement demandée lors du retrait des dossards.**

### **Samedi 24 Juin :**

Retrait des dossards adultes, de 10h à 12h, à l'école de Cernay La Ville, 2 rue des Moulins, 78720 Cernay La Ville, afin d'éviter la cohue du dimanche matin 😊

### **Dimanche 25 Juin :**

Retrait des dossards adultes, de 8h à 9h30, à l'école de Cernay La Ville, 2 rue des Moulins, 78720 Cernay La Ville.

A 10h Départ commun H et F pour le parcours long

A 10h30 Départ commun H et F pour le parcours court

Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne sera :

- Disqualifiée
- Reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve.

L'organisation se dégage de toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation.

## **Article 8 – Barrières horaires & Ravitaillements**

### **● Barrières horaires :**

La durée de la course du 10Km sera limitée à 2h30, une barrière horaire sera donc fixée à 13h00 sur la ligne d'arrivée.

La durée de la course du 20Km sera limitée à 3h00, une barrière horaire sera donc fixée à 13h00 sur la ligne d'arrivée.

### **● Ravitaillements :**

**10Km** : 1 ravitaillement à mi-course (Liquide : Eau, sodas, jus de fruits + Solide : Bananes, biscuits salés...) + ravitaillement d'après course.

**20Km** : 2 ravitaillements sur le parcours (Liquide : Eau, sodas, jus de fruits + Solide : Bananes, biscuits salés...) + ravitaillement d'après course.

Et pour les plus gourmands, nous offrons les braises de notre BBQ pour partager un moment de convivialité après la course.

**Epreuve éco-responsable, aucun gobelet ne sera mis à votre disposition. Prévoyez le vôtre !**

### **Article 9 – Sécurité & Matériel obligatoire**

Aucun matériel n'est obligatoire. Néanmoins, une réserve d'eau est fortement conseillée (porte-bidon, poche à eau, ...).

L'organisation conseille également à chaque participant d'avoir un téléphone portable, une couverture de survie et un sifflet.

Chaque coureur doit veiller à disposer, au départ de chaque zone de ravitaillement, de la quantité d'eau et d'aliments qui lui seront nécessaires pour rallier le point de ravitaillement suivant. Aucune assistance personnelle n'est autorisée sur le parcours en dehors des zones de ravitaillement prévues à cet effet. Il est formellement interdit de se faire accompagner sur le parcours par une autre personne qu'un concurrent régulièrement inscrit.

### **Article 10 - Acceptation**

Tout concurrent reconnaît avoir pris connaissance du présent règlement et déclare en accepter toutes les clauses.

Les participants s'engagent à prendre le départ dans un esprit sportif et loyal.

Un barbecue sera mis à votre disposition (hors nourriture) vers midi pour passer un moment ensemble et échanger vos impressions avec les bénévoles et le bureau organisateur.

Si vous avez besoin de faire quelques courses, les commerçants du centre bourg (à 100 m de l'arrivée) vous accueilleront avec plaisir pendant les horaires d'ouverture.