



## Règlement 2023

### Départs / Arrivées

40 km : Samedi 8 Avril 8h30\* : salle polyvalente d'Allanche

23 km : Samedi 8 Avril 10h\* : salle polyvalente d'Allanche

10 km : Samedi 8 Avril 11h\* : salle polyvalente d'Allanche

Possibilité de douches au terrain de foot

### Retraits dossards

Le Vendredi 7 avril : 8h-20h

Le Samedi 8 avril : à partir de 6h jusqu'à 20 minutes avant votre heure de départ

### Catégorie d'âge 2023

Limites d'âge :

40 km : à partir de 20 ans

23 km : à partir de 18 ans

10 km : à partir de 16 ans

#### Les Catégories d'âge 2023

(valable jusqu'au 31 août 2023, ces catégories changeront le 1er septembre 2023)

CATEGORIE	CODE	ANNEE DE NAISSANCE
Masters	VE	1988 et avant
Seniors	SE	1989 à 2000
Espoirs	ES	2001 à 2003
Juniors	JU	2004 et 2005
Cadets	CA	2006 et 2007
Minimes	MI	2008 et 2009
Benjamins	BE	2010 et 2011
Poussins	PO	2012 et 2013
École d'Athlétisme	EA	2014 à 2016
Baby Athlé	BB	2017 et après

#### Détails des catégories Masters

CATEGORIE	CODE	ANNEE DE NAISSANCE
Masters H et F	M0	1988 - 1984
	M1	1983 - 1979
	M2	1978 - 1974
	M3	1973 - 1969
	M4	1968 - 1964
	M5	1963 - 1959
	M6	1958 - 1954
	M7	1953 - 1949
	M8	1948 - 1944
	M9	1943 - 1939
	M10	1938 et avant

- Sous réserve de modifications



#### DISTANCES MAXIMALES

Les distances maximales doivent intégrer la notion de km effort (majoration d'un km par dénivelé positif de 100m)

CATEGORIES TRANCHES D'AGES DISTANCES MAXIMALES Masters, seniors, espoirs 20 ans et plus Illimité Juniors – U20 18-19 ans 25 km

#### **Frais d'inscription**

40 km : 42€

23 km : 25€

10 km : 12€

Les inscriptions se font sur le site SPORTIPS.FR. Une majoration de 4€ par dossard pour les inscriptions sur place.

Les inscriptions papiers doivent être envoyées avec le chèque d'engagement l'ordre de POM – Pierre Vauché, à l'adresse suivante avant le 2 avril 2023 : 46 rue du Mont Mouchet 63000 Clermont-Ferrand.

#### **Document justificatif**

Conformément à l'article II-A-4 de la réglementation des manifestations hors-stade et en référence à l'article L231-2-1 du code du sport, la participation à notre compétition est conditionnée à la présentation

- d'une licence Athlé Compétition, Athlé Running, ou d'un titre de participation Pass Running délivrés par la FFA en cours de validité à la date de notre manifestation
- ou d'une licence sportive, en cours de validité à la date de notre manifestation, délivrée par une fédération uniquement agréée, 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 ou du sport en compétition
- ou d'une licence délivrée par la FFTri en cours de validité à la date de notre manifestation
- ou d'un certificat médical de non contre-indication du sport en compétition, ou de la pratique de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, datant de moins d'un an au jour de la course ou de sa copie.

En cas de maladie ou d'accident, l'inscription sera remboursée uniquement sur présentation d'un certificat médical daté et envoyé au plus tard le 2 avril 2023 (cachet de la Poste faisant foi), au-delà il n'y aura pas de remboursement possible.

- Sous réserve de modifications



En cas d'annulation due à des restrictions sanitaires, alerte météo, interdiction de passage sur les secteurs prévus, interdiction administrative ... jusqu'au 2 avril remboursement 95 %, jusqu'au 7 avril remboursement 85%, jusqu'au jour des courses aucun remboursement.

### **Barrières horaires**

40 km : 7 heures

23 km : 6 heures

10 km : 3 heures

### **Ravitaillements**

40 km : 2 ravitaillements eau et 2 ravitaillements complets sur le parcours et 1 ravitaillement à l'arrivée

23 km : 1 ravitaillement eau et 1 ravitaillement complet sur le parcours et 1 ravitaillement à l'arrivée

10 km : 1 ravitaillement eau sur le parcours et 1 ravitaillement à l'arrivée

### **Sécurité**

Strict respect du code de la route notamment au niveau des traversées de routes. Bien respecter les indications des signaleurs.

Présence de la Protection Civile et d'un médecin.

Les participants s'engagent sous leur responsabilité et par leur inscription, ils acceptent de respecter le règlement de l'épreuve. Pour des raisons de sécurité, en cas d'intempéries, les organisateurs se réservent le droit de modifier le parcours.

### **Matériel Obligatoire**

**40 km et 23 km :**

Matériel CONSEILLÉ :

– Gants ou bandeau en fond de sac en cas de mauvaises conditions météo

Matériel OBLIGATOIRE :

– Téléphone mobile

– Réserve d'eau de 0,75 litre minimum.

– Vivres de course.

– Couverture de survie.

– Sifflet.

– Coupe-vent, suivant les conditions météo

- Sous réserve de modifications



**10 km :**

Matériel CONSEILLÉ :

– Gants ou bandeau en fond de sac en cas de mauvaises conditions météo

Matériel OBLIGATOIRE :

– Téléphone mobile.

– Réserve d'eau de 0,5 litre minimum.

– Vivres de course.

La liste du matériel obligatoire pourra varier jusqu'à la veille des courses en fonction des conditions météo.

Il est obligatoire d'avoir un équipement adapté à la montagne ; le matériel est obligatoire pour toutes les courses.

Le port du dossard est obligatoire, il doit rester parfaitement visible et accessible.

Le matériel sera contrôlé au moment du retrait des dossards et à l'arrivée pour les premiers, puis de façon aléatoire, des pénalités de temps seront attribuées pour chaque élément manquant. Les personnes dont l'équipement est insuffisant seront interdites de départ ou arrêtées. Il est conseillé aux concurrents d'être équipés d'un téléphone portable avec le numéro d'appel du centre de secours et celui du PC course.

**Assurance**

- Responsabilité civile : Les organisateurs sont couverts par une police d'assurance. Les licenciés bénéficieront des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence.

- Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement en responsabilité civile.

- La possession d'un certificat médical de non-contre indication à la pratique de la course à pied en compétition est obligatoire pour participer à une compétition et bénéficier de la couverture des assurances.

- Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de défaillance due à un mauvais état de santé et en cas de vol.

**Droits à l'image**

Par son engagement, tout coureur autorise tacitement l'organisation POM à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles il pourrait apparaître afin d'assurer la promotion future de la manifestation.

Cette autorisation est consentie à titre gracieux pour une durée de 2 ans.

Ce présent règlement peut évoluer jusqu'au 8 avril 2023. Il est conseillé de le consulter régulièrement.

- Sous réserve de modifications



**Challenge Entreprises et clubs (2 classements différents)**

Engagez 3 collaborateurs minimum sur n'importe quel parcours.

Classement final du challenge : addition des classements de chaque collaborateur divisé par le nombre de collaborateurs. L'entreprise qui gagne est celle qui obtient la note la plus basse

(Exemple : une entreprise engage 3 personnes sur le 40km qui finissent 10e, 41e et 62e et 2 personnes sur le 23km qui finissent 2e et 12e. En additionnant les classements : 127 divisé par 5 coureurs, soit une note de 25,4)

- Sous réserve de modifications