



# Règlement Cross des Hermones

**Date : Samedi 4 novembre et Dimanche 5 novembre 2023**

## **Lieu, départ et horaires :**

La course des Hermones, petit et grand parcours sont des courses pédestres se déroulant à environ 60% sur sentiers monotraces, pistes carrossables, chemins, et 40% sur route...

### **Lieu : Le LYAUD Place Champ Dunant**

- Grand parcours : 12.5 kms pour 340m de D+ en semi-autonomie
- Petit parcours : 8.2 kms pour 115m de D+ en totale autonomie
- Course enfants : 1 km, 2kms, 3km ou 4kms suivant les catégories

## **Heures de départ :**

- Grand parcours : 9h30 dimanche 5 novembre
- Petit parcours : 9h50 dimanche 5 novembre
- Courses enfants : à partir de 13h45 samedi 4 novembre

## **Tarifs :**

Tarifs comprenant lot coureur et ravitaillements :

- Grand parcours : 15€ et 20€ sur place
- Petit parcours : 12€ et 17€ sur place
- Courses Jeunes : 3€ et 5€ sur place



## Inscriptions :

Courses ouvertes aux catégories suivantes :

Catégories	Code	Année de naissance
Masters	VE	1989 et avant
Seniors	SE	1990 à 2001
Espoirs	ES	2002 à 2004
Juniors*	JU	2005 et 2006
Cadets*	CA	2007 et 2008
Minimes	MI	2010 et 2011
Benjamins	BE	2011 et 2012
Poussins	PO	2013 et 2014
Ecole d'athlétisme	EA	2015 à 2017

\*Catégories cadets et juniors : uniquement sur le petit parcours

Ecole d'athlétisme à minime le samedi uniquement

Pour les mineurs, autorisation parentale obligatoire à présenter lors de la remise du dossard.

Inscription en ligne : <https://www.chronotop.run/>

Possibilité de s'inscrire sur place le jour même avec supplément 5€

Les inscriptions ne seront validées que si elles sont accompagnées :

- de la **photocopie de la licence** FFA en cours de validité à la date de la course (possibilité de rentrer directement le N° de licence)
- d'un pass « J'aime Courir » délivré par la FFA et complété par le médecin, en cours de validité
- d'une licence sportive, en cours de validité, sur laquelle doit apparaître, par tous moyens, la non contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition et délivrée par une des fédérations suivantes FCD, FFSA, FFH, FSPN, ASPTT, FSCF, FSGT, UFOLEP.
- d'un **certificat médical en cours de validité** à la date de la course (datant de moins d'un an au jour de l'épreuve), indiquant la non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition.

Le coureur ne présentant pas de certificat médical ou de licence autorisée, au plus tard au retrait du dossard, ne sera pas autorisé à prendre le départ.

Toute demande d'annulation et remboursement par le participant ne sera pris en compte qu'accompagnée d'un certificat médical original avant le 1 novembre 2022. Dans ce cas, un remboursement par virement (-3€ de frais de traitement) sera effectué sous un délai de 2 mois après la date de la course.

**Après le 5 novembre, pas de remboursement possible.**



### **Abandon, élimination, temps de course :**

- Arrêt de la course à 11h30,
- Sur le grand parcours, passage au km 8 (ravitaillement) avant 10h35
- En cas d'abandon : le coureur doit obligatoirement remettre son dossard au signaleur le plus proche.

Les concurrents seront éliminés pour cause de :

- Absence de dossard (celui-ci doit être apposé sur la poitrine),
- Absence au pointage de contrôle effectué en plusieurs points du parcours,
- Non-respect du milieu naturel et de l'environnement traversé,
- Les bâtons sont interdits,

### **Respect du milieu et de la course :**

Il est demandé à chacun de respecter l'environnement :

- ne jeter aucun emballage en dehors des ravitaillements
- suivre les sentiers et chemins balisés (ne pas couper hors sentiers)

Des pointages seront effectués sur tout le parcours.

L'organisation se réserve le droit de sanctionner toute attitude anti-sportive.

### **Retrait des dossards :**

Le dimanche 5 novembre de 8h à 9h au départ des courses. Remise du dossard sur présentation de la carte d'identité et de la photocopie de la licence FFCO, ou FFA en cours de validité à la date de la course ou d'un certificat médical en cours de validité à la date de la course.

### **Ravitaillements :**

Le grand parcours se déroule en semi-autonomie avec 1 ravitaillement liquide et solide à mi-course.

Le petit parcours et les courses enfants se déroulent en totale autonomie.



Ravitaillement à l'arrivée pour toutes les courses.

### **Récompenses :**

Courses enfants : La remise des prix aura lieu à partir de 16h le samedi 4 novembre, Place du Champ Dunant.

Petit parcours : La remise des prix aura lieu à partir de 11h15 à l'arrivée Place du Champ Dunant.

Grands parcours : La remise des prix aura lieu à partir de 11h15 à l'arrivée Place du Champ Dunant.

### **Seront récompensés :**

#### **Course enfants :**

- les 3 premiers garçons de chaque catégorie
- les 3 premières filles de chaque catégorie

#### **Sur le grand parcours**

- les 3 premiers hommes scratch
- les 3 premières femmes scratch
- le 1er premier de chaque catégorie : espoirs, séniors, masters hommes et femmes ;

Pas de cumul des récompenses.

#### **Sur le petit parcours**

- les 3 premiers hommes scratch
- les 3 premières femmes scratch
- le 1er premier de chaque catégorie : cadets, juniors, espoirs, séniors, masters hommes et femmes ;

Pas de cumul des récompenses.

La **présence** des participants récompensés est **obligatoire** sur le podium.

En cas d'absence, les prix seront acquis par l'organisation.

### **Modification du parcours – Annulation de la course – Arrêt de la course :**

Modification du parcours : en cas de conditions météorologiques défavorables, le parcours pourra être modifié.

Annulation de la course : pour des raisons de sécurité, notamment en cas de conditions météo trop défavorables, l'organisateur se réserve le droit de retarder le départ des courses de 2 heures



maximum, d'arrêter les courses, voire d'annuler les courses sans préavis, sans que les coureurs puissent prétendre à aucune indemnisation ou aucun remboursement des frais d'inscription.

En cas d'annulation de la course, les frais d'inscription ne seront pas remboursés, les lots seront à disposition des inscrits mais ne seront pas envoyés.

Arrêt de la course : Les organisateurs se réservent le droit d'arrêter la course à tout moment en cas d'accident corporel grave ou multiple, ou d'intempéries exceptionnelles susceptibles de mettre en danger les participants. Les coureurs devront alors respecter les consignes de sécurité données par les signaleurs. Aucun remboursement d'engagement ne sera effectué.

### **Sécurité et assistance :**

La sécurité sera assurée par un réseau de postes de contrôle, ravitaillements et signaleurs le long des parcours. En cas de blessure ou d'accident d'un concurrent, chacun devra porter secours à la victime ou avoir le comportement le plus approprié.

Un poste de secours sera positionné à l'arrivée.

### **Assurance :**

L'épreuve est couverte par une garantie responsabilité civile souscrite par les organisateurs auprès de Allianz Assurance N° 59136138. Les licenciés FFA bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

### **Droit à l'image :**

De par son inscription, tout concurrent renonce à se prévaloir du droit à l'image relatif à 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 et adresse eMail dans le cadre de la promotion de l'événement (pour l'édition présentes et éditions à venir) ; il autorise sans réserve l'organisation et ses partenaires à communiquer sous forme de newsletter.

### **Acceptation du règlement :**

Tous les concurrents s'engagent à se soumettre aux règles spécifiques de l'épreuve par le seul fait de leur inscription et dégagent la responsabilité des organisateurs pour tout incident ou accident pouvant survenir avant, ou après l'épreuve, découlant du non-respect de ces règlements.

### **Organisateur :**

Commission sport et loisir Le Lyaud

Adresse : 68 rue de la mairie 74200 Lyaud

N° association : W744001670

Mail : [sportsloisirs.lelyaud@gmail.com](mailto:sportsloisirs.lelyaud@gmail.com)