

# Le TOS Athlétisme organise le dimanche 14 avril 2024

## La 5<sup>ème</sup> édition de la MNCN de Montaigu à BOUILLY dans l'Aube (10).

### Label National

#### 1. Présentation :

Au programme de cette 5<sup>ème</sup> édition une Marche Nordique Compétition Nature Longue (MNCN) d'environ 18 km à Label National qualificative au Championnat de France. Seuls les licenciés FFA peuvent être qualifiés au Championnat de France FFA.

Départ en ligne avec 3 sas :

- 1<sup>er</sup> sas concurrents licenciés avec des vitesses de 8 km/h et plus ;
- 2<sup>ème</sup> sas concurrents licenciés avec des vitesses inférieures à 8 km/h ;
- 3<sup>ème</sup> sas les concurrents non licenciés en open.

#### 2. Inscriptions :

L'épreuve est ouverte aux catégories « Junior à Masters », licenciés et non licenciés.

En cas de désistement le remboursement peut être sollicité sur présentation de justificatifs. Le comité d'organisation après examen des motifs donnera suite, ou non, à la demande.

Cadeau à tous les inscrits sur les 3 Trails et la MNCN, remis au retrait du dossard.

##### 2.1. Préambule :

Tout participant au parcours de marche nordique compétition devra présenter :

- **MNCN :**
  - Une licence Athlé COMPETITION, Athlé RUNNING, ENTREPRISE Licence Athlé SANTE avec certificat médical de moins d'un an
  - Un titre de participation FFA : Pass j'aime courir
- **MNCN open :**
  - Les concurrents non licenciés devront remettre un certificat médical de moins d'un an précisant qu'ils n'ont pas de contre indication médicale pour la pratique du sport en compétition de course à pied ou de marche nordique.
  - Ou un PPS (Parcours de Prévention Santé) valable le 14 avril 2024.

Le port du maillot pour les licenciés à un club est obligatoire pour pouvoir être classé.

Le dossard porteur de la puce devra être mis à l'avant sur le maillot, il sera fixé par 4 épingles.

Un autre dossard du même numéro sera fixé dans le dos par 4 épingles. Ils devront être visibles pour les juges

Fermeture du retrait des dossards 30 mn avant le départ.

## 2.2. Tarification :

Le prix de l'inscription est fixé à 20 € pour les licenciés FFA et à 22 € pour les non licenciés.

**Pas d'inscription sur place (sauf pour la randonnée pédestre).**

## 2.3. Inscriptions en ligne :

Les inscriptions en ligne se font via le site du trail : <http://trail-de-montaigu.fr/> à la rubrique inscriptions. Le concurrent clique sur le lien Inscription en ligne et est redirigé sur le site Internet Le-sportif.com pour une inscription et un paiement en ligne.

## 2.4. Inscriptions papier :

Les inscriptions par papier se font également via le site du trail. Pour se faire le concurrent doit éditer le bulletin d'inscription, le compléter et joindre le règlement (Chèque à l'ordre du TOS ATHLETISME) et le cas échéant les justificatifs (voir § 2.1) à :

Gérard COLLINET - 5 rue Saint Antoine - 10440 La Rivière de Corps

**Tout dossier incomplet (Bulletin, règlement et justificatifs le cas échéant) ne sera pas pris en compte.**

La clôture des inscriptions sur le site et par courrier est fixée au mercredi 10 avril 2024 à 23h59.

*Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne, sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant les épreuves. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation. Le dossard, fixé par 4 épingles, devra être entièrement lisible lors de la course.*

## 3. Les horaires de départ, arrivée et remise des dossards :

La remise des dossards pour la compétition s'effectuera le dimanche matin 14 avril 2024 à partir de 7h au stade de Bouilly. Fin de la remise à 8h30.

Les coureurs devront se munir de leur licence ou de leur certificat médical, ainsi qu'une pièce d'identité avec photo pour le retrait des dossards.

**Le départ sera donné à 9h30 au stade de Bouilly.**

Le temps de course est limité à 4h avec une barrière horaire de 2h au 10ème km.

Nous avons prévu 700 dossards avec transpondeurs (puce) pour la MNCN et les 3 Trails de 9, 18 et 30km. Ces 700 dossards seront donc affectés aux 700 premiers inscrits.

Le classement par équipe de la MNCN sera établi pour des marcheurs avec une licence FFA.

Pour être classé et chronométré les marcheurs (es) devront franchir la ligne d'arrivée au stade de Bouilly au maximum à 13h30.

**La remise des prix s'effectuera à 13h30 et est obligatoire pour tous les récipiendaires – pas de remise à un tiers**

#### **4. Sécurité course :**

- ♣ Sur les parties du parcours empruntant une voie publique, chaque participant devra se conformer au code de la route. Le marcheur sera seul responsable d'un éventuel manquement à ses règles.
- ♣ Les secours seront assurés par des secouristes et un médecin. Des liaisons radio seront mises en place.
- ♣ Le dossard devra être porté de façon lisible (Afin de faciliter les éventuels pointages). Les ceintures porte-dossards sont interdites. Des sanctions pourront être données aux marcheurs qui ne respecteraient pas ces consignes.
- ♣ Le port de casques ou oreillettes pour l'écoute de musique ou autres accessoires annulant la perception naturelle des bruits et sons extérieurs est strictement interdite.
- ♣ Un marcheur se doit de porter assistance à toute personne en difficulté. Les secours et les organisateurs doivent être informés immédiatement.
- ♣ Pour des raisons de sécurité, les téléphones portables sont conseillés. Les marcheurs sont invités à se munir du n° d'appel du Directeur de course (06-68-36-85-14).
- ♣ Un poste de secours mobile est implanté sur le parcours. Ce poste est en liaison radio avec l'organisateur.
- ♣ Le poste de secours est destiné à porter assistance à toute personne en danger avec les moyens propres à l'organisation.

#### **5. Ravitaillement :**

3 ravitaillements sont mis en place :

- Un ravitaillement au 4.5ème km
- Un ravitaillement au 13.5ème km
- Un ravitaillement au 18ème km – Arrivée

*Toutes les assistances extérieures (alimentaires ou autres...) sont interdites sur le parcours de la course, sous peine de disqualification, notamment ce qui concerne la dépose de bouteilles et de nourritures sur le parcours (Gels, emballages divers, ...).*

#### **6. Equipements :**

La course se déroule en semi-autonomie, les équipements suivants sont vivement recommandés :

- Un sifflet ;
- 500 ml d'eau dans une gourde ou Camel back ;
- Téléphone portable ;

- Réserve alimentaire ;
- Veste coupe-vent.

#### **7. Les bâtons d'or :**

Une récompense spéciale sera attribuée au compétiteur ou compétitrice pratiquant la meilleure technique de marche. Cette sélection sera faite par les juges fédéraux du jury en place.

#### **8. Annulation :**

L'annulation de l'inscription et le remboursement n'est possible que dans les cas suivants : Accident, maladie grave ou décès du coureur lui-même. En cas d'accident ou de maladie grave du coureur, il est nécessaire de fournir un certificat médical attestant de la contre-indication à participer à la course. Toute autre cause d'annulation doit être justifiée par un certificat délivré par l'autorité compétente. Conditions d'indemnité : toute demande de remboursement doit nous parvenir, accompagnée du certificat médical, au plus tard dans les 7 jours qui suivent la manifestation. Les demandes seront traitées dans les deux mois. Les demandes d'annulation sont obligatoirement adressées à l'organisation par écrit (courrier ou mail) et munie d'un document justifiant que le coureur est bien dans une des situations autorisant l'annulation.

#### **9. Ethique de la course :**

En s'inscrivant à la MNCN de Montaigu, le coureur s'engage explicitement à respecter le présent règlement ainsi que l'éthique de la course. Cette course se veut respectueuse de son environnement naturel et humain. Ainsi, la plus grande courtoisie est requise vis-à-vis des bénévoles qui choisissent de consacrer une partie de leur temps libre à la course. Le respect de l'environnement est une condition nécessaire pour permettre la pérennité des courses de pleine nature. Ainsi, il est formellement interdit de jeter des déchets ailleurs que dans les poubelles réservées à cet effet. Des contrôles seront réalisés en course pour assurer le respect de ces différents points. Les contrôleurs seront habilités à procéder à une pénalité de 30 mn pour une première infraction à ces règles et à l'exclusion du coureur en cas de récidive. Certains passages traversent des propriétés privées dont les occupants acceptent la gêne inhérente à la course. Il va de soi que le respect de ces propriétés privées et de leurs propriétaires est une exigence obligatoire. La compétition n'a de sens que dans le respect des autres concurrents. Toute forme de tricherie sera passible d'une exclusion définitive de la course. Ce point inclut le respect intégral du parcours tel qu'il est décrit sur les cartes. En outre, tout coureur est tenu d'assurer en priorité l'assistance d'un autre concurrent qui serait en difficulté (Blessure, état de grande faiblesse, ...).

#### **10. Contrôle :**

Port du maillot de club pour les licenciés est obligatoire et visibilité des 2 dossards Utilisation de bâtons spécifiques marche nordique obligatoire (pas de bâtons télescopiques).

Respect du règlement de la MNCN :

Des contrôles seront effectués sur tout le parcours par des juges habilités et des pénalités seront appliquées.

Les juges observeront les marcheurs en compétition suivant les directives FFA.

Les juges pourront informer, conseiller les marcheurs,

Présentation du carton (jaune) de pénalité par le juge terrain : 1 min d'arrêt sur place.

Les pénalités (cartons jaunes) sont transmises au PC course pour enregistrement.

1 carton rouge = exclusion de l'épreuve, disqualification.

Le marcheur sera responsable pendant toute la durée de l'épreuve, de sa gestuelle suivant le règlement FFA, de son comportement vis-à-vis des autres marcheurs, des règles de sécurité, du respect du milieu dans lequel il évolue, une mise hors course par les JAMNC /fédéral peut être appliqué pour manquement à ces règles.

Se référer au « Cahier des charges de la Marche Nordique Compétition

Nature » sur le site de la FFA :

[https://www.athle.fr/asp.net/main.pdf/pdf.aspx?path=/reglement/Reglement\\_MNC.pdf](https://www.athle.fr/asp.net/main.pdf/pdf.aspx?path=/reglement/Reglement_MNC.pdf)

[https://www.athle.fr/asp.net/main.pdf/pdf.aspx?path=/pdf/docffa/GUIDE\\_LABEL\\_MARCHENORDIQUE.pdf](https://www.athle.fr/asp.net/main.pdf/pdf.aspx?path=/pdf/docffa/GUIDE_LABEL_MARCHENORDIQUE.pdf)

### **11. Assurance :**

L'épreuve est couverte par une assurance responsabilité civile souscrite par l'organisateur. Cette assurance responsabilité civile garantit les conséquences pécuniaires de l'organisateur, des bénévoles et des participants. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence et il incombe aux autres coureurs de s'assurer personnellement. En complément, il est vivement conseillé aux marcheurs de souscrire une assurance individuelle accident, couvrant leur propre risque. En cas d'abandon, de disqualification, la responsabilité de l'organisation est déchargée.

### **12. Modification du parcours et 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, d'arrêter la course ou de modifier le parcours, voire d'annuler la course sans que les marcheurs puissent prétendre à aucune indemnisation ou aucun remboursement des frais d'inscriptions.

### **13. Droit à l'image :**

Les participants autorisent les organisateurs de la MNCN de Montaigu à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles ils pourraient apparaître, pris à l'occasion de leur participation, sur tous supports y compris les documents

promotionnels et / ou publicitaires, dans le monde entier et pour la durée prévue par la loi.

**Toute inscription implique la prise de connaissance du présent règlement.**