

TRAIL DES DUCS IX - 2023
VALENTIGNEY – ~~DIMANCHE 19 NOVEMBRE 2023~~
DIMANCHE 4 FÉVRIER 2024

Règlement Épreuve

Le présent règlement est rédigé en conformité avec la réglementation fédérale FFA applicable aux courses dites « hors stade »

I. Organisation

L'association Pays de Montbéliard Triathlon (N° SIRET : 515 132 280 00014), domiciliée au Pôle associatif Lou Blazer, 12 rue Renaud de Bourgogne, 25200 Montbéliard organise le 4 Février 2024 la 9ième édition du Trail Des Ducs.

La 9ième édition du Trail Des Ducs devait être organisée le 19 novembre 2023 mais a dû être reportée pour cause de conditions climatiques compliquées (inondations, tempête).

II. Communication officielle

Les sites officiels utilisés par l'organisation pour communiquer sur l'évènement :

www.paysdemontbeliard-triathlon.org

Facebook : Team PMT

III. Définitions des épreuves (selon la réglementation FFA)

Courses en nature dit trail : manifestations pédestres se déroulant principalement en dehors des routes (maximum 30% de la distance sur route goudronnée) sans utilisation de matériel alpin, ni de technique alpine, sur itinéraire matérialisé (excluant l'utilisation de la boussole). On distingue :

- Les « Trails découverte » : distance inférieure à 21 Km
- Les « Trails cours » : distance supérieure ou égale à 21 km et inférieure à 42 km.

Marche Nordique : manifestations pédestres à style codifié et utilisation de bâtons pouvant se dérouler sur route bitumée et terrain naturel. L'utilisation de deux bâtons spécifiques « marche nordique » est donc obligatoire.

IV. Les épreuves :

Trois courses chronométrées sont proposées le **dimanche 4 février 2024** :

- La Duchesse, 12 km, 310 m D+, course individuelle
- Les Ducs, 23.5 km, 650 m D+, course individuelle
- La Reine, 41 km, 1200 m D+, course individuelle

Trois épreuves non chronométrées sont organisées :

- La Comtesse, 5 km, 150 m D+, course individuelle
- Marche, 5 km, 150 m D+, marche sans obligation de bâtons
- Marche nordique, 12 km, 300 m D+, marche nordique individuelle.

Des courses enfants (non chronométrés mais avec classement dans l'ordre d'arrivée) sont proposées en fonction des catégories d'âge suivantes:

- Eveil Athlé (U10 - 8-9 ans, soit 2015 à 2017): un tour de stade des Longines
- Poussins (U12 - 10-11 ans, soit 2013 et 2014) : distance: 1,1 km
- Benjamins (U14 - 12-13 ans, soit 2011 et 2012): distance: 2.2 km
- Minimes (U16 -14-15 ans, soit 2009 et 2010): distance : 2,2 km

Le tour du stade des Longines sera agrémenté d'obstacles: ballots de paille, pneus et vitabris avec fumée pour rendre la course plus ludique.

V. Lieux de départ et d'arrivée :

Les départs et les arrivées se déroulent au niveau de l'Esplanade Vurpillot, Stade des Longines, rue Villedieu, 25700 VALENTIGNEY

VI. Conditions d'admission :

1 – Catégories d'âge

Les catégories d'âge se basent sur l'année civile qui débute le 1er janvier et se termine le 31 décembre.

Elles se déterminent en fonction de l'âge atteint au cours de l'année (âge au 31 décembre) et prennent effet au 1er Novembre de la saison administrative en cours (règlement Fédération Française d'Athlétisme).

Par conséquent, le Trail Des Ducs est ouvert à tout public homme ou femme, aux conditions d'âges suivantes :

Année de naissance	Catégories	Comtesse 5 km 150 m D+	Duchesse 12 km 330 m D+	Les Ducs 23.5 km 650 m D+	La Reine 41 km 1200 m D+
2007 – 2008	U18 - Cadets	OUI	NON	NON	NON
2005 – 2006	U20 - Junior	OUI	OUI	NON	NON

2002 – 2004	U23 - Espoir	OUI	OUI	OUI	OUI
1988 – 2001	Senior	OUI	OUI	OUI	OUI
... – 1987	Master	OUI	OUI	OUI	OUI

2 – Certificat Médical

Toute participation à l'une des courses chronométrées du Trail Des Ducs est soumise à la **PRESENTATION OBLIGATOIRE** par les participants à l'organisateur :

- d'une licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé running délivrée par la FFA, ou d'un « Pass' J'aime Courir » délivré par la FFA et complété par le médecin, en cours de validité à la date de la manifestation. (Attention : les autres licences délivrées par la FFA (Santé, Encadrement et Découverte ne sont pas acceptées) ;
- ou d'une licence sportive, en cours de validité à la date de la manifestation, délivrée par une fédération uniquement agréée, 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 ;
- ou d'un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition ou de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, datant de moins d'un an 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.

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

Les participants étrangers sont tenus de fournir un certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'athlétisme ou de la course à pied en compétition, même s'ils sont détenteurs d'une licence compétition émise par une fédération affiliée à l'IAAF. Ce certificat doit être rédigé en langue française, daté, signé et permettre l'authentification du médecin, que ce dernier soit ou non établi sur le territoire national. S'il n'est pas rédigé en langue française, il doit être fourni une traduction en français.

A partir du 1er janvier 2024, le certificat médical ne sera plus requis pour les non licenciés. Comme pour la licence, c'est le PPS (Parcours Personnel de Santé) qui va le remplacer. La personne qui souhaite s'inscrire à une compétition doit donc uniquement justifier qu'elle a pris connaissance des risques encourus en visionnant une vidéo. Le lien sera disponible sur le site internet de la plateforme d'inscription. Une fois fait, la personne recevra un QR code qu'il faudra reporter sur le site d'inscription. Pour les inscriptions sur place, il sera possible à partir d'un smartphone de réaliser la procédure avant la course.

VII. Inscriptions :

Les inscriptions par course seront closes du moment où le quota présenté ci-dessous sera atteint :

La Comtesse 5 km	Marche nordique 12 km	Duchesse 12 km	Ducs 23.5 km	Reine 41 km
350	100	350	450	250

En cumulé, les inscriptions seront closes lorsque 1200 personnes seront inscrites.

Pour s'inscrire, voir rubrique inscription sur notre site internet ou sur : <https://www.njuko.net>

Date limite des inscriptions par Internet : Jeudi **1 février 2024** à 23h59.

Possibilité de vérifier votre inscription sur : <https://www.njuko.net>

VIII. Tarifs :

Les droits d'inscription comprennent : la participation à la course, le chronométrage par puce électronique (pour les courses chronométrées), le lot souvenir du Trail Des Ducs, les ravitaillements solides et liquides sur le parcours et à l'arrivée, la présence de moyens de secours (médecin, secouristes, ambulance).

	TRANCHE 1 Du 01/10 au 8/11 23h59	TRANCHE 2 Du 9/11 au 01/02/2024 23h59 et SUR PLACE
Comtesse - 5 km	7 €	10 €
Duchesse - 12 km	15 €	20 €
Ducs - 23,5 km	23 €	28 €
Reine - 41 km	35 €	40 €
Marche nordique - 12 km	12 €	15 €

Attention : il faut ajouter, à ces prix, les frais d'inscription directement prélevés par le chronométreur.

Pour les courses enfants, les tarifs sont de 2 €.

IX. Retrait des dossards :

Aucun document papier ne sera accepté sur place (les certificats médicaux sont traités en amont de l'événement)

Le retrait des dossards se déroulera :

- **Vendredi 2 Février et Samedi 3 Février** chez notre partenaire Terre de Running, 23 rue d'Audincourt, 25230 SELONCOURT
- **Dimanche 4 Février** dès 7h30 au stade des longines, 25700 VALENTIGNEY

Chaque coureur se voit remettre un sac coureur comprenant le dossard, le numéro de téléphone du PC secours de l'organisation et la puce pour le chronométrage électronique (sauf marche nordique): la bonne tenue de la puce est sous la responsabilité du coureur, celle-ci est récupérée par l'organisation une fois la ligne d'arrivée franchie.

Toute perte de puce est facturée 10 euros par le chronométrateur.

X. Horaires :

Dimanche 4 Février :

Pour la Reine – 41 km :

- Arrivée conseillée sur parking + retrait des dossards : 7h30
- Briefing de course / Echauffement : 8h20
- Départs coureurs: 8h30

Pour les Ducs – 23.5 km :

- Arrivée conseillée sur parking + retrait des dossards : 8h15
- Briefing de course / Échauffement : 9h20
- Départs coureurs: 9h30

Pour la Duchesse – 12 km :

- Arrivée conseillée sur parking + retrait des dossards : 8h45
- Briefing de course / Échauffement : 9h50
- Départs coureurs: 10h00

Pour la marche nordique - 12 km :

- Arrivée conseillée sur parking + retrait des dossards : 8h45

- Briefing de course / Échauffement : 9h50
- Départs coureurs: 10h00* (juste derrière les coureurs)

Pour la Comtesse – 5 km :

- Arrivée conseillée sur parking + retrait des dossards : 9h15
- Briefing de course / Échauffement : 10h20
- Départs coureurs: 10h30

10h45/11h45 : Premières arrivées estimées

A partir de 12h30 : Podium en fonction des arrivées

12h00: Dernières arrivées estimées pour la Comtesse

13h00: Dernières arrivées estimées pour la Duchesse et les Ducs

14h00: Départ pour les courses enfants (attention site délocalisé à environ 1 km). Départ groupé accompagné.

15h00: Fin de courses enfants.

15h00 : Dernières arrivées estimées pour la Reine (*voir barrière horaire)

18h00: Fin de la manifestation.

XI. Ravitaillements :

Ce trail est organisé en autosuffisance quasi complète.

Il y aura toutefois :

- Trois ravitaillements liquide/solide sur le 41 km au point km 11 (Belvédère de Mandeuire), au point km 22 (Autechaux Roide), au point km 32 (Combe Raimby)
- Deux ravitaillement liquide/solide sur le 23.5 km au point km 11 (Belvédère de Mandeuire), au point km 16 (Combe Raimby)
- Un ravitaillement liquide/solide sur le 12 km au point km 6 (Combe Raimby).

Il n'y aura pas de ravitaillement au cours du parcours pour le 5 km.

Un ravitaillement liquide/solide à l'arrivée sera également assuré.

XII. Matériel obligatoire et recommandé :

Matériel obligatoire :

- Réserve d'eau : 1L minimum obligatoire pour le 41 km et le 23.5 km, 500 ml minimum obligatoire pour le 12 km.
- Un gobelet (pas de gobelets à disposition sur les ravitaillements du parcours)
- Une réserve alimentaire suffisante en fonction de la distance

Des contrôles pourront être effectués le long de la course. En cas de non-respect du règlement, une pénalité de 30 min sera appliquée.

Matériel recommandé :

- Téléphone portable
- Couverture de survie
- Sifflet
- Un coupe-vent ou veste imperméable, gants, tenue adaptée en fonction de la météo

Interdiction d'utiliser des bâtons pour les courses trail.

L'accompagnement par un chien ou une personne à pied ou à vélo n'est pas autorisé.

XIII. Abandons, éliminations, barrières horaires :

Le Trail Des Ducs, notamment pour le 41 et 23.5 km, s'adresse à des coureurs ayant un minimum d'entraînement. Le 12 et le 5 km se veulent être un trail découverte, ouvert et accessible à tous.

En cas d'abandon, le coureur devra se rendre au point de contrôle le plus proche et redonner son dossard à un bénévole qui assurera son retour sur la ligne d'arrivée.

Des pointages seront effectués sur tout le parcours. Toute irrégularité dûment constatée sera éliminatoire (non-respect des consignes de sécurité, manque de fair-play, tricherie, non-respect du milieu naturel, ...).

Les organisateurs peuvent prendre la décision d'arrêter un concurrent sur avis médical.

Il sera mis en place une barrière horaire pour le 41 km. Tout coureur du 41 km qui n'aura pas franchi le point km 11 (ravitaillement Belvedere Mandeure) avant 10h15, soit 1h45 de course, sera réorienté sur le 23.5 km. Tout coureur n'ayant pas franchi le ravitaillement Autechaux Roide au km 22 avant 12h15, soit 3h45 de course, sera arrêté. Tout coureur n'ayant pas franchi le ravitaillement Combe Raimby au km 32 avant 13h45, soit 5h15 de course sera arrêté.

XIV. Classements et récompenses :

Pour être classé, un coureur doit franchir la ligne d'arrivée avec son dossard, la puce électronique, avoir été contrôlé aux différents pointages intermédiaires et respecter l'ensemble de la réglementation.

Les récompenses sont les suivantes :

- Lot souvenir
- Dotation en lots pour les récompensé(e)s. Aucune dotation en argent ne sera remise aux coureurs.
- Cérémonie des podiums à l'arrivée dès le franchissement de la ligne

Récompensé(e)s :

- 3 premières femmes et trois premiers hommes au scratch
- 1er des catégories suivantes regroupées :
 - Les Jeunes: Junior/Cadet
 - Espoir/Sénior
 - Master 0 à 3
 - Les expérimenté(e)s: Master 4 et +

Pas de cumul possible !

XV. Réclamation et jury

Elles seront recevables par écrit dans les 30 minutes après l'affichage des résultats provisoires. Les décisions sont sans appel.

XVI. Charte du Trail Des Ducs

L'organisation se réserve le droit de disqualifier un coureur si ce dernier ne respecte pas une des règles suivantes :

- Gestion des déchets des coureurs :

Les déchets (emballages alimentaires, etc.) doivent être conservés par les coureurs ou NÉCESSAIREMENT déposés à l'endroit des points de ravitaillements mis en place par l'organisation.

- Comportement des coureurs :

En toutes circonstances, le comportement de chaque coureur doit rester exemplaire : respect, courtoisie, calme et non-violence à l'encontre des autres concurrents, de l'équipe d'organisation ou de toute personne du public.

- Traversées de routes :

Les coureurs sont tenus de ne pas s'écarter du tracé.

Les coureurs sont tenus de respecter le code de la route (notamment lors des traversées de route).

Les traversées de routes se font NÉCESSAIREMENT à l'endroit indiqué par les signaleurs dédiés à cette tâche et SEULEMENT S'ILS EN DONNENT LEURS ACCORDS.

Compte tenu du dispositif de sécurité mis en place sur chaque passage et traversées de routes, les signaleurs peuvent demander aux coureurs de S'ARRÊTER POUR UNE QUELCONQUE RAISON.

Par exemple, pour fluidifier la circulation automobile, les signaleurs ont toute initiative pour stopper les coureurs. Cet arrêt ne pourra en aucun cas justifier d'une quelconque réclamation auprès de l'organisation.

- Assistance :

Chaque coureur s'engage à venir en aide en cas de défaillance ou d'accident d'un tiers coureur en contactant au plus vite le PC secours, dont le contact a été délivré dans le sac inscription coureur, et toute personne de l'organisation située au plus proche de l'incident.

- Bâtons :

Les bâtons sont autorisés uniquement pour le 41 km et la marche nordique.

XVII. Annulation, modification de parcours, remboursement, mauvais temps:

L'organisateur se réserve, au regard des conditions de courses, des conditions météorologiques, pour des raisons de sécurité ou circonstances exceptionnelles, le droit d'arrêter l'épreuve en cours, de modifier le parcours, les barrières horaires, de modifier l'emplacement des postes d'assistance sans préavis voire d'annuler les épreuves, pour garantir la sécurité des coureurs et de l'équipe d'organisation.

En cas d'annulation, l'organisateur s'engage à rembourser les droits d'inscriptions en gardant 5€ par coureur affectés aux financements engagés.

En cas de report, l'organisateur s'engage à proposer une date de repli (pouvant être de quelques jours à plusieurs mois en fonction des disponibilités des prestataires, de la salle, ...) avec un report de l'inscription automatique et une possibilité de remboursement pour les personnes ne pouvant être disponible à la nouvelle date dans le mois suivant la date initiale.

XVIII. Assurance et responsabilité :

Pays de Montbéliard Triathlon, en tant qu'organisme organisateur, a souscrit une assurance responsabilité civile pour l'organisation de la manifestation.

Cependant, chaque participant doit être couvert personnellement par une assurance individuelle accident couvrant d'éventuels frais de recherche et d'évacuation jugés nécessaires par l'organisme de secours (les licenciés FFA sont couverts par l'assurance de leur licence).

L'organisation décline toute responsabilité en cas de vols, blessures ou accidents provoqués par une déficience physique lors de l'épreuve.

La responsabilité de l'organisateur sera dérogée dès le retrait du dossard pour abandon, disqualification ou encore sur décision médicale ou du directeur de course.

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.

Tout coureur s'engage à se soumettre aux règles spécifiques de l'épreuve par le seul fait de l'inscription. La participation se fait sous l'entière responsabilité des concurrents avec renonciation de tout recours contre les organisateurs en cas de dommages et séquelles ultérieures qui pourraient survenir du fait de l'épreuve.

Chaque concurrent se doit d'évoluer en respectant le milieu naturel et humain.

XIX. Droit à l'image :

Les concurrents du fait de leurs engagements autorisent les organisateurs à utiliser, pour toute opération promotionnelle, ou sur le site internet du Trail Des Ducs, toute photo ou image concernant l'événement.

XX. Acceptation du règlement :

Les participants s'engagent sous leur responsabilité. De par leur inscription, ils acceptent de respecter le règlement de l'épreuve.

Version validée le 05/12/2023 en comité d'organisation.

Règlement déposé en sous-préfecture de Montbéliard le 05/12/2023.

Règlement modifié le 05/12/2023 par rapport à la version originale de Septembre 2023 suite au report de la manifestation