**TRAIL DES GRISEMOTTES RÈGLEMENT 2020**

Article 1 : PARCOURS

Trois parcours sont proposés :

- 12 km en nature : Départ / Arrivée : Salle polyvalente de Quincié-en-Beaujolais

- 20 km en nature : Départ / Arrivée : Salle polyvalente de Quincié-en-Beaujolais

- 32 km en nature : Départ / Arrivée : Salle polyvalente de Quincié-en-Beaujolais

- 32 km en équipe de 2 coureurs (avec un relais de 20km et un relai de 12km) : Départ / Arrivée : Salle polyvalente de Quincié-en-Beaujolais

Article 2 : PARTICIPATION

L’épreuve est ouverte aux athlètes hommes et femmes licenciés FFA, ou non licenciés, - nés en 2004 et avant pour le parcours de 12km (autorisation parentale nécessaire pour les coureurs mineurs) - nés en 2002 et avant pour les parcours de 20 et 32 km.

Les non licenciés doivent fournir un certificat de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d’un an. Autorisation parentale obligatoire pour les athlètes mineurs.

Article 3 : HORAIRES ET CHRONOMÉTRAGE

Départ des courses le Dimanche 18 octobre 2020, à la salle polyvalente de Quincié :

- à 9h00 pour les 20 , 32 km et relais, - à 10h00 courses enfants - 10h20 pour le 12 km -

Article 4 : RAVITAILLEMENTS

Sur le parcours de 12 km : 1 ravitaillement solide et liquide km 6

Sur le parcours de 20 km : 1 ravitaillement solide et liquide km 9

Sur le parcours de 32 km : 3 ravitaillements solide et liquide km 6, km 20 et km 26

Porte-bidon toutefois conseillé sur cette course nature.

Ravitaillement solide et liquide à l’arrivée pour tous les parcours.

Respectez la nature : Ne jetez rien en dehors des zones de ravitaillement - Disqualification si non respect de ce point du règlement.

Article 4 : SÉCURITÉ

La sécurité sera assurée jusqu’à 14h30 (cibistes, secouristes, ambulance, médecin, commissaires de course). Chaque athlète participera à l’épreuve sous sa propre responsabilité et doit souscrire une assurance en responsabilité civile en cas d’accident.

Article 5 : ASSURANCE

L’épreuve sera assurée conformément aux dispositions du règlement national des courses sur route en Responsabilité Civile. Les licenciés FFA bénéficient des garanties accordées par l’assurance liée à leur licence FFA.

Article 6 : ENGAGEMENTS

Le coût de l’engagement est fixé à :

Parcours 12 km (repas inclus) : 15 € (majorés de 5 € à partir du Lundi 5 octobre 2020)

Parcours 20 km (repas inclus) : 17 € (majorés de 5 € à partir du Lundi 5 octobre 2020)

Parcours 32 km (repas inclus) : 20 € (majorés de 5 € à partir du Lundi 5 octobre 2020)

Relais équipe de 2 coureurs (repas inclus) : 30€ (majorés de 5 € à partir du Lundi 5 octobre 2020)

Course enfant : gratuite (inscriptions sur place)

Les inscriptions peuvent se faire :

Par internet : https://www.traildesgrisemottes.com/

ou

https://www.yaka-inscription.com/trailgrisemottes2020

ou

Le samedi après midi de 15h à 18h sur site de départ et le jour de la course jusqu’à 30 minutes avant le départ, dans la limite des places disponibles.

Article 7 : RETRAIT DES DOSSARDS

A la salle polyvalente de Quincié-en-Beaujolais : Samedi 17 octobre 2020 de 15h à 17h30 et le Dimanche 18 octobre 2020 de 7h30 à 10h15

Article 8 : Relais 32 Kms

Il n’y aura qu’un seul dossard pour le binôme relais. **Il est donc fortement conseillé de prévoir un porte dossard à se transmettre au passage du relais.**

Une pastille sur le dossard distinguera les coureurs relais des coureurs individuels.

Le coureur 1 s’engagera sur une distance de 20 Kms et le coureur 2 sur les 12 derniers Kms.

Il faudra préciser quel coureur fera la partie 20 Kms. Pour rappel un coureur de moins de 18 ans ne pourra pas s’engager sur la partie 20 Kms.

Article 9 : Challenge Grimpeur :

 Pour les coureurs inscrits sur les parcours du 12km et 32km uniquement, un maillot à pois récompensera les meilleurs grimpeurs homme et femme à savoir les premiers sur une zone définie d’ascension chronométrée. Distance du grimpeur : 1.2km pour 140m D+

Les départs et arrivée de chaque challenges seront clairement signalés. Pour valider leur participation aux challenges, les coureurs ont obligation de terminer les courses avant **13h00**, heure à partir de laquelle la remise des maillots aura lieu.

Article 10 : CLASSEMENT - RÉCOMPENSES

Une Bouteille de Beaujolais à tous les arrivants.

Paniers garnis et lots aux trois premiers au Scratch (Féminines et Masculins) sur chaque course individuelle ainsi qu’à l’équipe ou organisation la plus représentée sur l’ensemble des courses.

Les 1ers au scratch relais homme, 1ers au scratch relais mixte et 1ers au scratch relais femme ainsi que le meilleur relais entreprise seront également récompensés.

Remise des prix à partir de 12h30.

**Un repas beaujolais est prévu à l’arrivée et est inclus dans le prix des courses.**