

RÉGLEMENT TRAIL SUD TOURAINE 2025**SOMMAIRE**

1. GÉNÉRALITÉS COMMUNES À TOUTES LES COURSES	2
PREAMBULE.....	3
1.1. ORGANISATION.....	3
1.2. ÉPREUVE ET PARCOURS	3
1.3. LABELS.....	4
1.4. LES INSCRIPTIONS.....	4
1.5. CONDITIONS D'ADMISSION DES CONCURRENTS.....	5
1.5.1. GÉNÉRAL	5
1.5.2. CONDITIONS LIÉES À L'ÂGE	5
1.5.3. DOCUMENTS NÉCESSAIRES À L'INSCRIPTION	5
1.5.3.1. POUR LES PARTICIPANTS MAJEURS LICENCIÉS AUX COURSES TRAIL & À LA MARCHE NORDIQUE COMPÉTITION	5
1.5.3.2. POUR LES PARTICIPANTS MAJEURS NON LICENCIÉS AUX COURSES TRAIL & À LA MARCHE NORDIQUE COMPÉTITION.....	6
1.5.3.3. POUR LES PARTICIPANTS MAJEURS A LA RANDONNÉE	6
1.5.3.4. POUR LES PARTICIPANTS MINEURS.....	6
1.5.3.5. CAS PARTICULIER DES COUREURS ETRANGERS.....	6
1.6. DROITS D'INSCRIPTION	7
1.7. RETRAIT DES DOSSARDS et INSCRIPTIONS SUR PLACE.....	8
1.8. CESSION DE DOSSARD.....	8
1.9. NAVETTES – CONSIGNES.....	8
1.10. DÉPARTS	8
1.11. ARRIVÉES.....	8
1.12. RAVITAILLEMENTS.....	9
1.13. ASSISTANCE EXTÉRIEURE	9
1.14. BALISAGE ET SÉCURITÉ	9
1.15. BARRIÈRES HORAIRES	10
1.16. SANITAIRES, DOUCHES	10
1.17. CONDITIONS GÉNÉRALES	10
1.18. POSTES DE CONTRÔLE.....	10
1.19. SÉCURITÉ ET ASSISTANCE MEDICALE	10
1.20. ABANDON	11
1.21. ÉQUIPEMENT NECESSAIRE.....	11
1.22. ASSURANCE	12
1.23. ANNULATION D'UNE INSCRIPTION	12
1.24. BOURSE AUX DOSSARDS	13
1.25. MODIFICATION D'INSCRIPTION – CHANGEMENT D'ÉPREUVE	13
1.26. CLASSEMENT.....	13
1.27. RÉCOMPENSES	13
1.28. RECONNAISSANCE DES PARCOURS : RANDO – MARCHE NORDIQUE – 12km – 22km – 46km	14
1.29. JURY D'ÉPREUVE.....	14
1.30. CONTRÔLE ANTI-DOPAGE	14
1.31. PORT DU DOSSARD	14
1.32. CHRONOMETRAGE ET PUCES.....	15
1.33. UTMB WORLD SERIES®.....	15
1.34. ITRA.....	15

1.35.	CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX DE TRAIL 2025	15
1.35.	QUALIFICATION FRANCE DE TRAIL 2025	16
1.36.	DROIT A L'IMAGE, CNIL	16
1.37.	ANNULLATION DE L'ÉPREUVE PAR L'ORGANISATEUR.....	16
1.38.	RÈGLEMENT PAR DÉFAUT	17
2.	CONDITIONS PARTICULIÈRES	17
2.1.	ÉPREUVES 46km SOLO ET 46km DUO - DÉPART 15 H 00 à BARROU	17
2.1.1.	SIGNALISATION	17
2.1.2.	MISE HORS COURSE.....	17
2.1.3.	RAVITAILLEMENT	17
2.1.4.	ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE.....	17
2.1.5.	ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ.....	18
2.1.6.	UTILISATION DE BATONS.....	18
2.1.7.	RETRAIT DES DOSSARD – NAVETTES – CONSIGNES	18
2.2.	ÉPREUVES 22KM – DÉNIVELÉ 500m – DEPART 17 H 30 à BARROU.....	18
2.2.1.	SIGNALISATION	18
2.2.2.	MISE HORS COURSE.....	18
2.2.3.	RAVITAILLEMENT	18
2.2.4.	ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE.....	18
2.2.5.	ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ.....	18
2.2.6.	RETRAIT DES DOSSARD – NAVETTES – CONSIGNES	19
2.3.	ÉPREUVES 12KM – DÉNIVELÉ 290m – DEPART 18H à BARROU	19
2.3.1.	SIGNALISATION	19
2.3.2.	MISE HORS COURSE.....	19
2.3.3.	RAVITAILLEMENT	19
2.3.4.	ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE.....	19
2.3.5.	ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ.....	19
2.3.6.	RETRAIT DES DOSSARD – NAVETTES – CONSIGNES	20
2.4.	ÉPREUVES Marche Nordique Chronométrée 11KM – DÉNIVELÉ 220m - DEPART 15H45 à BARROU	20
2.4.1.	PRÉSENTATION	20
2.4.2.	SIGNALISATION	20
2.4.3.	ENGAGEMENT – JUSTIFICATIF.....	20
2.4.4.	RESPECT DES RÈGLES	20
2.4.5.	JURY OFFICIEL.....	21
2.4.6.	PÉNALITÉS	21
2.4.7.	RAVITAILLEMENT	21
2.4.8.	ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE.....	21
2.4.9.	ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ.....	21
2.4.10.	RETRAIT DES DOSSARD – NAVETTES – CONSIGNES	22
2.4.11.	LABEL ET CHALLENGES.....	22
2.4.13.	CONDITIONS DE PARTICIPATIONS AUX FRANCE DE MARCHE NORDIQUE	22
2.5.	ÉPREUVE RANDO CASSE-CROUTE 11KM – DÉNIVELÉ 220 m.....	22
2.5.1.	SIGNALISATION	22
2.5.2.	ENGAGEMENT – CERTIFICAT MEDICAL.....	22
2.5.3.	RAVITAILLEMENT	22
2.5.4.	ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE.....	22
2.5.5.	ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ.....	23
2.5.6.	RETRAIT DES DOSSARD	23

1. GÉNÉRALITÉS COMMUNES À TOUTES LES COURSES

PREAMBULE

Modification du règlement : les organisateurs se réservent le droit de modifier ce règlement à tout moment s'ils y étaient contraints pour des raisons de sécurité ou qui leurs seraient imposées par les autorités compétentes.

En cas de publication d'une nouvelle version du règlement, les modifications entrent en vigueur dès leur mise en ligne sur le site du Trail Sud Touraine ; elles sont imposables aux concurrents dès cet instant.

Il est recommandé aux concurrents de s'assurer périodiquement de l'exactitude et de la pertinence des informations dont ils disposent sur la course à laquelle ils sont inscrits.

Les organisateurs ne pourront en aucun cas être tenus responsables de tout dommage, de quelque nature que ce soit, résultant de l'interprétation ou de l'utilisation d'informations que ne seraient pas d'actualité.

1.1. ORGANISATION

Le Trail Sud Touraine est organisé par l'association loi 1901 « Courir Marcher dans le Sud Touraine » créée en 2014. Son siège est à Chambon (37).

Il est conseillé de consulter notre site internet pour tous les détails pratiques : <https://www.trailsudtouraine.fr>

1.2. ÉPREUVE ET PARCOURS

6 épreuves sont proposées se déroulant sur 4 parcours en milieu naturel, empruntant des sentiers de randonnée et des portions hors-pistes sur des propriétés privées.

Chaque course se déroule en une seule étape, à allure libre et un temps limité et donne lieu à un classement hormis la randonnée.

Pour le confort et la sécurité de tous, le nombre de dossard à attribuer sur l'ensemble des courses est limité à 1390.

Les courses :

Le samedi 1 mars 2025 :

• Trail :

- Le « 46 km Solo » 1100 m de D+ environ qui amènera les concurrents de Barrou à Chambon en passant par Le Grand-Pressigny et Chaumussay. Le parcours est vallonné et technique. Au contact d'une nature sauvage encore préservée, vous longerez la vallée de la Creuse et de la Claise, et traverserez le plateau du Bois des Cours.
Qualificatif pour les Championnats de France de Trails Longs et Courts 2025 / 2 points ITRA / labélisée UTMB® Index dans la catégorie 50KM / Label Bronze FFA (ex Régional) / Support pour les Championnats Départementaux de Trail Long 2025 et inscrite au Trail Tour National 2025.

À partir d'espoir (nés en 2005 et antérieurement).

(Limité à 460 inscrits)

- Le « 46 km Duo » 1100 m de D+ environ se court par équipe de 2 coureurs. Toutes les équipes doivent pointer à tous les postes de contrôle jalonnant le parcours. Les coureurs devront réaliser la totalité du parcours avec leur coéquipier, sous peine de disqualification de leur équipe. Ils doivent pointer ensemble à chaque poste de contrôle, sous peine de pénalités, et bien entendu d'arriver ensemble. Un concurrent dont le coéquipier a abandonné, a la possibilité de terminer la course seul et sera reclassé en tant qu'individuel.

À partir d'espoir (nés en 2005 et antérieurement).

(Limité à 30 équipes de 2)

- Le « 22 km » 500 m de D+ environ qui proposera un parcours un peu plus abordable avec des paysages naturels magnifiques.

Championnat Départemental de Trail Court 2025 / 1 point ITRA / labélisée UTMB® Index dans la catégorie 20KM.

A partir d'espoir (nés en 2005 et antérieurement).

(Limité à 410 inscrits)

- Le « 12 km » 290 m de D+ environ emprunte le même parcours que celui du 46 km sur ses 11 derniers kilomètres.

A partir de cadet (nés en 2009 et antérieurement)

(Limité à 210 inscrits)

- La « Marche Nordique Chronométrée 11km » 240 m de D+ environ emprunte le même parcours que celui du 46 km sur ses 10 derniers kilomètres mais sans ses parties techniques.
Qualificatif pour les Championnats de France de Marche Nordique 2025 / Label Bronze de la FFA (ex Régional) et Epreuve inscrite au Challenge Marche Nordique Tour 2024-2025.

A partir de cadet (nés en 2009 et antérieurement)

(Limité à 100 inscrits)

- **Randonnée Casse-croute :**

Une randonnée de 11 km au départ de Chambon emprunte le même parcours que celui du 46 km sur ses 10 derniers kilomètres mais sans ses parties techniques (pause casse-croûte sous abri).

(Limité à 150 inscrits)

Autorisation parentale obligatoire pour les mineurs (randonnée, marche nordique et 12km)

1.3. LABELS

- 46 km Solo : Qualificatif pour les Championnats de France de Trails Longs et Courts 2025 / 2 points ITRA / labélisée UTMB® Index dans la catégorie 50KM / Label Bronze FFA / inscrite au Trail Tour National 2025 / Support pour le Championnat Départemental de Trail Long 2025.
- 22 km : il est support du Championnat Départemental de Trail Court 2025 / 1 point ITRA / labélisée UTMB® Index dans la catégorie 20KM.
- 11 km Marche Nordique : Qualificatif pour les Championnats de France de Marche Nordique 2025 / Label Bronze FFA (ex Régional) / Epreuve inscrite au Challenge Marche Nordique Tour 2024-2025.

1.4. LES INSCRIPTIONS

Les inscriptions se feront :

- Par courrier :

le bulletin est téléchargeable sur notre site <https://www.trailsudtouraine.fr/bulletin2025.pdf>, il est à retourner avant le lundi 24 février 2025.

- Par internet sur la plateforme : <https://onsinscrit.com/2025/trail-sud-touraine>, avec paiement en ligne sécurisé (date limite le lundi 24 février 2025 à 18h).

- AUCUNE INSCRIPTION SUR PLACE : Il n'est pas possible de s'inscrire le jour de la course sauf pour la randonnée casse-croute dans la limite des dossards disponible

Bulletin d'inscription, copie de la licence ou du PPS, autorisation parentale sont à retourner par courrier avec un chèque à l'ordre de : « Courir Marcher dans le Sud Touraine » pour réception au plus tard le lundi 24 février 2025 à l'adresse suivante :

Courir Marcher dans le Sud Touraine
Beaumont – 37290 – Chambon.

Toutes les inscriptions seront visibles sur la plateforme d'inscription en ligne : <https://www.trailsudtouraine.fr>, celles par courrier le seront après leur saisie par l'organisation.

Une inscription ne sera jugée valable que si le dossier est complet (paiement, certificat médical ou licence reconnus par la FFA). La validité des justificatifs, des n° de PPS et des licences fournis sera affichée sur le site internet de la plateforme d'inscription. Il appartiendra à chaque inscrit, tant par courrier que par internet, de s'assurer que le libellé « dossier complet » soit bien présent en face de son nom.

Lorsqu'une course sera complète, une bourse aux dossards sera mise en place par l'organisation. ([voir article 1.24.](#))

Pour la randonnée, un certificat médical ou une licence n'est pas obligatoire. Il ne s'agit pas d'une course de compétition mais bien d'une randonnée de 11 km. Cependant, les participants doivent s'inscrire comme pour une course.

1.5. CONDITIONS D'ADMISSION DES CONCURRENTS

1.5.1. GÉNÉRAL

Les épreuves sont ouvertes à tous :

- Courses Trail et Marche Nordique : aux coureurs(euses) munis(ies) d'un dossard, licenciés(ées) et non-licenciés (ées)
- Randonnée non chronométrée 11km : aux randonneurs(euses) munis(ies) d'un bracelet, licenciés(ées) « FFRP » et non-licenciés (ées).

1.5.2. CONDITIONS LIÉES À L'ÂGE

L'âge minimum de participation varie suivant l'épreuve :

- Nés (es) avant le 31 décembre 2005, pour le **46 km Solo**, le **46 km Duo** et le **22 km**
- Nés (es) avant le 31 décembre 2009, pour le **12 km** et la **Marche Nordique 11 km**
- Nés (es) avant le 31 décembre 2018, pour la **Randonnée pour tous 11 km**, (accompagné d'un adulte et avec autorisation parentale).

Nous rappelons que **les mineurs à la date du 1 mars 2025** restent sous l'entière responsabilité des parents ou de leurs représentants et doivent fournir un questionnaire de santé et une autorisation parentale lors des inscriptions ([voir article 1.5.3.5.](#)).

Seul le représentant légal d'un mineur peut réaliser l'inscription de cet enfant mineur à l'une des courses auxquelles il est autorisé. Si l'autorité parentale est exercée en commun, le représentant légal de l'enfant mineur garantit à l'Organisateur que l'autre titulaire de l'autorité parentale a lu et a accepté sans réserve le présent document.

1.5.3. DOCUMENTS NÉCESSAIRES À L'INSCRIPTION

Dans le cadre de la loi « Sport » du 2 mars 2022 visant à démocratiser la pratique du sport en France, la Fédération Française d'Athlétisme a mis en place son Parcours Prévention Santé (PPS), dispositif se substituant, pour toute personne majeure, à la fourniture du traditionnel certificat médical d'aptitude à la pratique.

Le PPS a vocation à simplifier l'inscription des participants aux différentes courses du calendrier, sans pour autant les soustraire à l'impératif de veiller à pratiquer leur sport en pleine santé. Le principe du PPS permet d'ailleurs de mieux responsabiliser le sportif face aux risques de santé liés à la pratique de l'athlétisme, tout en lui permettant une démarche plus rapide de prise de dossard.

1.5.3.1. POUR LES PARTICIPANTS MAJEURS LICENCIÉS AUX COURSES TRAIL & À LA MARCHÉ NORDIQUE COMPÉTITION

Les participants majeurs licenciés (qui ont déjà suivi le PPS pour la prise de licence) devront déposer dans leur dossier d'inscription en ligne 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).

1.5.3.2. POUR LES PARTICIPANTS MAJEURS NON LICENCIÉS AUX COURSES TRAIL & À LA MARCHE NORDIQUE COMPÉTITION

Depuis le 01/04/2024, le Parcours Prévention Santé (PPS) remplace le certificat médical pour les **coureurs majeurs non licenciés FFA**.

C'est très simple et cela prend 5 minutes :

- Je me connecte sur le site PPS : <https://pps.athle.fr>
- J'indique mes coordonnées
- Je visionne 3 petites vidéos et je confirme
- Je reçois aussitôt mon attestation PPS dans ma boîte mail. Celle-ci est valable 3 mois.

L'attestation PPS justifie simplement que vous avez pris connaissance des risques encourus et inhérents à la pratique du trail.

Votre PPS est valable 3 mois. Vous devrez réaliser votre PPS à partir du : 01/12/2024. Si vous avez déjà un numéro d'attestation PPS mais que l'attestation date de plus de 3 mois à la date de la course, il vous faudra à nouveau suivre le parcours de prévention santé pour renouveler votre attestation.

Lors de votre inscription en ligne, indiquer le numéro d'attestation (la vérification est automatique, pensez à vérifier la saisie de vos nom, prénom et date de naissance à l'identique).

Les participants majeurs non-licenciés inscrits 3 mois avant l'événement devront se connecter entre le 01 décembre 2024 et le 24 février 2025 à la plateforme pps.athle.fr, remplir le questionnaire et déposer l'attestation PPS dans leur dossier en cliquant sur la plateforme : <https://onsinscrit.com/2025/trail-sud-touraine>, rubrique Envoyer un justificatif.

1.5.3.3. POUR LES PARTICIPANTS MAJEURS A LA RANDONNÉE

Pour la randonnée, aucun document n'est à fournir pour les participants majeurs.

1.5.3.4. POUR LES PARTICIPANTS MINEURS

Le PPS n'est pas destiné aux mineurs.

Pour les participants mineurs :

- Inscription d'un mineur sur une course chronométrée (12KM Trail et 11KM Marche Nordique) :
 - **Le sportif mineur et les personnes exerçant l'autorité parentale renseignent conjointement un questionnaire relatif à son état de santé dont le contenu est précisé par arrêté conjoint du ministre chargé de la santé et du ministre chargé des sports. Les personnes exerçant l'autorité parentale sur le sportif mineur attestent auprès de la fédération que chacune des rubriques du questionnaire donne lieu à une réponse négative. A défaut, elles sont tenues de produire un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de la discipline concernée datant de moins de six mois à la date de la compétition, ou de sa copie.** (<https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000043486824>). **Ce questionnaire est téléchargeable ici :** <https://urlr.me/HT8kP>
 - Les athlètes mineurs doivent fournir également une autorisation parentale de participation qui est téléchargeable ici : <https://urlr.me/cyHd7>
- Inscription d'un mineur à la randonnée : une autorisation parentale est obligatoire (téléchargeable ici : <https://urlr.me/cyHd7>).

1.5.3.5. CAS PARTICULIER DES COUREURS ETRANGERS

Depuis le 16 janvier 2024, l'obligation de fournir une attestation PPS concerne tous les participants de l'événement, français et étrangers. Le PPS est disponible en trois

langués: français, anglais et espagnol. L'attestation est en revanche disponible à chaque fois en français.

Vous devrez vous connecter, dans les trois mois précédant la compétition (à partir du 01/12/2024), à la plateforme web dédiée : pps.athle.fr et y suivre les différentes étapes vouées à sensibiliser aux risques, précautions et recommandations liés à la pratique de la course à pied, via du contenu pédagogique.

Ce document devra être déposé sous votre dossier.

Synthèse :

■ POUR LES MAJEURS :

	Trail 46km Solo	Trail 46km Duo	Trail 22km	Trail 12km	Marche Nordique
Licencié FFA "Athlé Compétition" "Athlé Loisir Running" "Athlé Entreprise"	N° licence 2024/2025 Numéro à renseigner dans votre espace inscription à compter du 28/09/2024				
Non licencié	Parcours Prévention Santé Numéro à renseigner dans votre espace inscription à compter du 01/12/2024				

Pour la randonnée, aucun document n'est à fournir pour les participants majeurs.

■ POUR LES MINEURS :

	Trail 12km	Marche Nordique
Licencié FFA "Athlé Compétition" "Athlé Loisir Running" "Athlé Entreprise"	N° licence 2024/2025 Numéro à renseigner dans votre espace inscription à compter du 01/12/2024 + Autorisation parentale (https://urlr.me/cyHd7)	
Non licencié	Questionnaire de santé (https://urlr.me/HT8kP) ou Certificat médical daté de moins de 6 mois + Autorisation parentale (https://urlr.me/cyHd7)	

Inscription d'un mineur à la randonnée : une autorisation parentale est obligatoire (téléchargeable ici : <https://urlr.me/cyHd7>).

Tout dossier incomplet sera mis en attente jusqu'à réception des pièces manquantes. Les dossiers mis en attente ne sont pas comptabilisés dans le nombre maximum de participants. Tous les dossiers incomplets seront annulés si le nombre maximum de participants est atteint.

La liste et l'état des inscriptions sera consultable sur le site internet de l'épreuve.

L'organisateur conservera, selon le cas, la trace de la licence présentée (numéro et fédération de délivrance), l'original ou la copie du certificat médical, le questionnaire médical et l'attestation parentale pour les mineurs, l'attestation PPS ou la preuve de celle-ci pour la durée du délai de prescription (10 ans).

1.6. DROITS D'INSCRIPTION

Le montant de l'inscription est :

- 46km Solo : 43 €, réduction de 2 € pour les licenciés FFA (48 € après le 04/01/2025),
- 46km Duo : 86 € par équipe (96 € après le 04/01/2025),
- 22km : 22 € (24 € après le 04/01/2025),
- 12km : 12 € (14 € après le 04/01/2025),
- Marche Nordique Chronométrée 11km : 13 €, réduction de 2 € pour les licenciés FFA (15 € après le 04/01/2025),
- Rando 11 km Casse-croute : 6 €,
- Navette gratuite.

1.7. RETRAIT DES DOSSARDS et INSCRIPTIONS SUR PLACE

Attention, PAS D'INSCRIPTION LE JOUR J ET LES RETRAITS DES DOSSARDS SE FONT SEULEMENT À CHAMBON.

Les dossards seront à retirer le :

- Vendredi 28 février de 17H à 18H 59 chez notre partenaire Intermarché Yzeures-sur-Creuse (59 Rue Pasteur, 37290 Yzeures-sur-Creuse)
- Samedi 1 mars à la salle des fêtes de Chambon à partir de 12H sur **présentation d'une pièce d'identité** en version papier obligatoirement. Tout retrait est individuel.
 - jusqu'à 14H25 pour le 46km Solo et le 46km Duo
 - jusqu'à 15H10 pour la Marche Nordique Chronométrée 11km
 - jusqu'à 15H40 pour la randonnée
 - jusqu'à 16H45 pour le 22km
 - jusqu'à 17H25 pour le 12km

Par ailleurs, il ne sera pas possible de retirer son dossard sur le lieu de départ de Barrou.

Vous pouvez retirer le dossard d'une autre personne sur présentation d'une photocopie de sa pièce d'identité et de son justificatif médical si son dossier est incomplet. Sinon, aucun retrait ne pourra être effectué par une personne pour le compte d'un groupe ou pour le compte d'une tierce personne.

1.8. CESSION DE DOSSARD

Sauf demande faite auprès de l'organisation (dans les conditions des articles 1.23. et 1.24.), aucun transfert d'inscription n'est autorisé pour quelque motif que ce soit. Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne, sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve. Toute personne disposant d'un dossard acquis en infraction avec le présent règlement pourra être disqualifiée.

1.9. NAVETTES - CONSIGNES

Des navettes seront mises en place pour acheminer des coureurs depuis Chambon jusqu'aux lieux de départs. Elles sont en nombre limité et gratuites ! Pensez à réserver si besoin lors de votre inscription :

- A partir de 13H30 jusqu'à 14H30 pour le départ du 46km Solo et en Duo à 15H00 de Barrou
- A partir de 14H15 jusqu'à 15H15 pour le départ de la Marche Nordique Chronométrée 11km à 15H45 de Barrou
- A partir de 14H30 jusqu'à 15h45 pour la Randonnée pour tous 11km. Départs libres entre 15H50 et 16H à Barrou.
- A partir de 15H30 jusqu'à 16h50 pour le départ du 22km à 17H30 de Barrou
- A partir de 16H30 jusqu'à 17h30 pour le départ du 12km à 18H de Barrou

Un fourgon de l'organisation rapatriera les affaires déposées au départ de Barrou vers le lieu d'arrivée à Chambon. Vos affaires seront anonymées dans un sac identifié avec votre n° de dossard. Attention, il n'y a pas possibilité de déposer une consigne sur le village d'arrivée à Chambon.

1.10. DÉPARTS

Epreuves du Samedi 1 mars 2025 :

- À 15 H 00 à Barrou (place de l'Église) pour le 46 km Solo
- À 15 H 00 à Barrou (place de l'Église) pour le 46 km Duo
- À 15 H 45 à Barrou (place de l'Église) pour la Marche Nordique Chronométrée 11 km
- Départs libres entre 15 H 50 et 16 H 00 à Barrou (place de l'Église) pour la rando pour tous 11 km casse-croûte
- À 17 H 30 à Barrou (place de l'Église) pour le 22 km
- À 18 H à Barrou (place de l'Église) pour le 12 km

1.11. ARRIVÉES

Toutes les arrivées ont lieu à Chambon place de la Mairie.

1.12. RAVITAILLEMENTS

Avec l'appui de notre partenaire Intermarché Yzeures-sur-Creuse, plusieurs ravitaillements seront proposés (eau, boisson sucrée et nourriture). Il appartiendra cependant à chaque concurrent d'avoir sa propre réserve en barres ou poudres énergétiques.

Attention : pour des raisons écologiques (gaspillage de plastique), **il n'y aura pas de gobelets plastiques sur les ravitaillements**. Outre votre sac porte boisson avec poche ou gourdes, vous devez impérativement vous équiper d'un gobelet réutilisable pour profiter des boissons chaudes ou froides sur les tables de ravitaillements. Si vous n'êtes pas déjà équipé, vous pourrez acheter un gobelet réutilisable lors de votre retrait de dossard.

Des zones de propreté seront mises en place par l'organisation. Ces zones seront situées au niveau des ravitaillements et points de contrôles. Elles seront matérialisées en début et fin de zone par une panneautique (de 20m avant le ravitaillement et 100m après).

Pour le 46km Solo et Duo :

- L'Épinat, points d'eau intermédiaire, km 12.4
- Courvaux, ravitaillement en « solide / liquide », km 20.0
- La Prade, ravitaillement en « solide / liquide », km 28.7
- Le Rond des Allais, ravitaillement en « solide / liquide », km 33.0
- La Perrière, ravitaillement en « solide / liquide », km 40.0
- Ravitaillement amélioré à l'arrivée

Pour le 22km :

- Le Rond des Allais, ravitaillement en « solide / liquide », km 8.7
- La Perrière, ravitaillement en « solide / liquide », km 15.7
- Ravitaillement amélioré à l'arrivée

Pour le 12km :

- La Perrière, ravitaillement en « solide / liquide », km 5.6
- Ravitaillement amélioré à l'arrivée

Pour la Marche Nordique et la Randonnée pour tous :

- La Perrière, ravitaillement en « solide / liquide », km 4.6
- Ravitaillement amélioré à l'arrivée

Composition :

- Boissons froides : eau / eau gazeuse / coca ; sirop / jus de fruits
- Boissons chaudes : café / thé / soupe
- Aliments solides sucrés : fruits secs / oranges / bananes ; gâteaux sucrés / chocolat
- Aliments solides salés : gâteaux salés / pain / tartines diverses ; charcuterie ; fromages
- Ravitaillement amélioré à l'arrivée

1.13. ASSISTANCE EXTÉRIEURE

Assistance extérieure possible mais uniquement dans les zones définies par l'organisation : au niveau des ravitaillements et points de contrôles. Elles seront matérialisées en début et fin de zone par une panneautique (de 20m avant le ravitaillement et 100m après). En dehors de ces zones, assistance extérieure interdite sous peine de mise hors course.

1.14. BALISAGE ET SÉCURITÉ

Les parcours des épreuves sont balisés autant que faire se peut avec de la peinture **biodégradable**, dans le respect des règles environnementales, ainsi que par la mise en place de barrières, des panneaux, de balisettes enfoncées dans le sol et composées d'une tige métallique de 60 cm munie au sommet d'un fanion rectangulaire et rubalise **biodégradables**.

Sur les carrefours sécurisés par des bénévoles, les coureurs bénéficient d'une priorité de passage. Sur les rares portions ouvertes à la circulation, une voie pour les coureurs sera créée à l'aide de cônes de signalisation ou de afin de les isoler des véhicules.

Des serre-files seront présents pour sécuriser la course. Ils assureront également le débalisage systématique au fur et à mesure de leur progression.

1.15. BARRIÈRES HORAIRES

Il existe une barrière horaire pour le 46 km solo et le 46 km duo (cf. [article 2.1.2.](#)).

1.16. SANITAIRES, DOUCHES

Des vestiaires et des douches chaudes homme-femme seront à la disposition des concurrents à Chambon.

Des toilettes sèches seront mises à disposition au km 19 du 46km ainsi qu'au ravitaillement à la Perrière (commun à toutes les courses).

1.17. CONDITIONS GÉNÉRALES

Le Trail Sud Touraine se déroulera en conformité avec le présent règlement, celui de la FFA et des courses hors stade. Les règles auxquelles on doit de conformer sont celles édictées par la FFA, délégataire ministérielle pour les trails. Ces règles font l'objet d'un document spécifique « réglementation des manifestations hors stade », téléchargeable sur le site de la FFA www.athle.fr rubrique « fédérations /organiseurs ».

Tous les concurrents s'engagent à se soumettre à ces règlements par le seul fait de leur inscription et par la signature du bulletin d'inscription, et dégagent la responsabilité des organisateurs pour tout incident ou accident pouvant survenir du fait du non-respect de ces règlements.

L'acceptation de ce règlement est un préalable incontournable à la participation au Trail Sud Touraine. Il sera demandé à chaque participant de signer son bulletin d'inscription pour indiquer qu'il accepte ce règlement (en cochant la case prévue à cet effet lors de son inscription par internet, ou sur le bulletin d'inscription courrier).

Par ailleurs, chaque concurrent doit formellement être très respectueux de l'environnement, d'autant que la plupart des parcours s'effectuent en pleine forêt. **Ne rien jeter sur les chemins sous peine de disqualification.**

Il est interdit de suivre les coureurs à moto, vélo ou autre moyen. Ravitaillement hors zone non autorisé.

Les bâtons sont autorisés.

L'organisateur se réserve le droit de modifier le parcours ou les horaires de départ suivant les conditions climatiques, voire d'annuler les épreuves prévues, sans remboursement possible.

1.18. POSTES DE CONTRÔLE

Des postes de contrôle permettront de guider et de vérifier que les coureurs font le parcours sur lequel ils sont inscrits. Il ne sera pas possible d'être classé en cas de changement de parcours une fois le dossard délivré.

1.19. SÉCURITÉ ET ASSISTANCE MEDICALE

Une équipe de sécurité sera composée de :

- Un médecin et une infirmière présent sur la ligne de départ puis sur la ligne d'arrivée.
- De secouristes de la Croix-Rouge française de Haute Touraine. Ils sont installés au départ sur la place de l'Eglise à Barrou ainsi qu'aux lieux-dits suivants (en bleu le kilométrage du 46km, en rouge celui du 22km et en jaune le 12km ainsi que la marche nordique) : l'Épinat (**km 12,4**), Courvaux (**km 20.0**), La Prade (**km 28,7**), le Rond des Allais (**km 33.0 ; km 8,7**), la Perrière (**km 40.0 ; km 15.7 ; km 5,5**) et à l'arrivée. Le médecin n'interviendra qu'en cas de nécessité sur appel.
- 2 ambulances et 1 véhicule de secours
- 3 contrôleurs positionnés sur les parcours

Les secouristes ou le médecin peuvent arrêter un concurrent dans le cas où ils jugent que celui-ci n'est pas en mesure de poursuivre sans risque pour sa santé ou sa vie, en lui enlevant son dossard. Ils sont habilités à faire évacuer par tout moyen à leur convenance les coureurs qu'ils jugeront en danger. En cas de nécessité, pour des raisons allant toujours dans l'intérêt de la personne secourue, il sera fait appel à la brigade de pompiers ; à ce moment-là, la direction des opérations mettra en œuvre tous moyens appropriés. Les frais résultants de l'emploi de ces moyens exceptionnels seront

supportés par la personne secourue qui devra également assurer son retour du point où elle aura été évacuée. Elle pourra alors présenter un dossier auprès de son assurance individuelle accident personnelle. Tout coureur faisant appel à un médecin ou un secouriste se soumet de fait à son autorité et s'engage à accepter ses décisions.

20 radios assureront la couverture radio de tout le parcours et préviendra les secours.

1.20. ABANDON

En cas d'accident d'un concurrent, il est obligatoire que les autres concurrents lui portent secours, et préviennent l'organisation.

Si les conditions météo, l'état physique ou le mauvais comportement d'un concurrent l'exigent, les serre-files, l'équipe médicale, et/ou le comité de course ont tout pouvoir pour contraindre un concurrent à l'abandon, ou de l'exclure de la course.

En cas d'abandon, le coureur doit remettre son dossard à l'arrivée, ou signaler au plus proche poste de signaleur son retrait de la course et restituer son dossard. **Cette information est primordiale afin de ne pas déclencher des recherches inutiles.**

Si un concurrent ne prévient pas de son abandon, et que l'organisation procède à des recherches, des poursuites judiciaires pourront être engagées à son encontre pour le remboursement des frais occasionnés.

Nous rappelons que les serre-files cheminent sur le parcours de sorte qu'ils ne doublent jamais un concurrent. Cela ne veut pas dire qu'ils suivent de près le dernier concurrent. Ils ne sont pas là pour aider tel ou tel, ils sont sur le parcours simplement pour s'assurer que personne n'a de problème en toute fin de peloton. Par ailleurs, si un concurrent fait fausse route en ne suivant pas le balisage, si il persiste alors qu'il ne voit plus de rubalise, le serre file peut ne pas s'apercevoir de l'erreur du concurrent (à plus forte raison si le concurrent n'était pas à la fin du peloton). Par ce fait le concurrent qui se serait égaré pourra se trouver derrière le serre-file si il revient plus tard sur le parcours, qui sera de plus débalisé ! Ce cas est impossible à résoudre.

Un téléphone portable est très utile dans ce cas là.

1.21. ÉQUIPEMENT NECESSAIRE

Durant les courses, chaque concurrent doit obligatoirement être en possession d'un matériel obligatoire qui diffère suivant les courses (cf. le tableau des équipement obligatoires ci-dessous et les conditions particulières).

Un concurrent non muni de ces accessoires peut se voir refuser de prendre le départ par le comité de course. Il appartient à chaque coureur de vérifier le bon fonctionnement de son matériel.

Pour le 46km Solo et le 46km Duo, 10' de pénalité sera appliqué par élément manquant.

Équipements	46 km Solo	46km Duo	22km	12km	11km MN	Rando
Sac d'hydratation ou ceinture ventrale	✓	✓	✓	✓		
Réserve d'eau, minimum 1 litre	✓	✓	✓			
Réserve d'eau minimum 0,5 litre				✓	Conseillé	Conseillé
Coupe vent imperméable	✓	✓	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Vêtements chauds en cas de mauvais temps ou de froid	✓	✓	Conseillé	Conseillé		Conseillé
Lampe frontale*	✓	✓	✓	✓		
Gobelet	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Couverture de Survie	✓	✓	Conseillé	Conseillé	Conseillé	
Téléphone portable avec N° de sécurité de l'orga	✓	✓	Conseillé	Conseillé	Conseillé	
Sifflet	✓	✓	Conseillé	Conseillé	Conseillé	
Dossard (les renseignements complets y seront inscrits).	✓	✓	✓	✓	✓	
Bâtons**	Optionnel	Optionnel	Optionnel	Optionnel	✓	Optionnel
Réserve alimentaire	✓	✓	Conseillé	Conseillé		Conseillé
Casquette	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Pièce d'identité	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Bracelet (donné au retrait des dossards)						✓
Chaussures de marches						Conseillé

* Les lampes frontales peuvent être testées lors du retrait des dossards.

** Pour le 11km Marche Nordique des bâtons

1.22. ASSURANCE

- L'épreuve est couverte par une assurance responsabilité civile n°4209109P auprès de la MAIF en ce qui concerne l'organisation et la couverture des organisateurs et des bénévoles. Cette assurance ne couvre pas les risques pour chaque concurrent.

- Les organisateurs rappellent aux concurrents l'intérêt qu'ils ont à souscrire une assurance personnelle, couvrant les dommages corporels auxquels leur pratique sportive peut les exposer (article L. 321-4 du code du sport).

1.23. ANNULATION D'UNE INSCRIPTION

– POUR RAISON MÉDICALE :

Seuls les remboursements sur présentation d'une attestation médicale sont autorisés. Remboursement complet des frais d'inscription à l'exception des frais prélevés par le prestataire de la plateforme en ligne. Un remboursement doit être demandé **au plus tard une semaine avant la course**. Après ce délai les remboursements ne peuvent plus être considérés.

– POUR TOUTE AUTRE RAISON :

Chaque engagement est ferme et définitif. Cependant, l'organisation accepte des changements de coureurs. Il vous est donc possible de céder votre dossard à un remplaçant à condition que vous ayez contacté l'organisateur pour communiquer le nom, prénom, date de naissance, certificat médical du remplaçant.

Une bourse au dossard sera mise en place dès qu'une course est complète. Les inscrits de cette course souhaitant annuler leurs inscriptions pourront revendre leur dossard sans frais de dossier. Si le dossard n'est pas vendu via cette bourse une semaine avant la course, aucun remboursement ne sera effectué.

ANNULATION / REMPLACEMENT DE L'INSCRIPTION D'UN COUREUR EN DUO :

Si un coureur d'un duo complet n'est plus en état de courir, les modalités d'annulation et de remboursement sont identiques pour une équipe que pour un coureur en solo.

Si un coureur d'un duo ne peut participer : il sera possible de remplacer le concurrent blessé jusqu'au 24 février. Passé ce délai, le concurrent dont le coéquipier s'est blessé a la possibilité de participer à la course seul et sera reclassé en tant qu'individuel sur le 46km solo.

Les remboursements seront traités, au maximum 2 mois après l'épreuve.

Les demandes d'annulation d'engagement devront être faites via l'adresse contact@trailsudtouraine.fr

1.24. BOURSE AUX DOSSARDS

Lorsqu'une course sera complète, une bourse aux dossards sera mise en place par l'organisation. Elle permettra aux coureurs qui ne souhaitent plus participer à la course de remettre en vente leurs dossards. Elle se trouvera sur la plateforme onsincrit.com et sera accessible depuis l'onglet « Inscriptions » du site internet.

Depuis votre compte onsincrit.com, vous pourrez choisir de mettre en vente votre dossard à tous les coureurs ou de le vendre à la personne de votre choix.

La bourse aux dossards ouvrira quelques jours/semaines après qu'une course soit complète. L'organisation se réserve le droit d'ouvrir et de fermer la bourse aux dossards, pour quelque raison que ce soit.

Si le dossard n'est pas vendu via cette bourse une semaine avant la course, aucun remboursement ne sera effectué.

1.25. MODIFICATION D'INSCRIPTION – CHANGEMENT D'ÉPREUVE

– D'une course vers une course à plus faible kilométrage ou une randonnée aucun remboursement.

– D'une randonnée ou d'une course vers une course à plus fort kilométrage paiement de la différence suivant le tarif en cours.

Aucune modification ne sera possible sur place les 28 février et 1 mars 2025. Les demandes de changement devront être reçues par courrier/mail au plus tard le 24/02/2025 et dans la limite des dossards disponibles.

1.26. CLASSEMENT

Classement variant suivant les courses :

- Pour le 46km Solo et le 22 km, classement chronométrique par catégorie ancienne version (**nous n'appliquerons pas les nouvelles tranches d'âge de la FFA**) : Espoirs (U23 : 2003 à 2005), Séniors (1991 à 2002), M0 (1986 à 1990), M1-M2 (1976 à 1985), M3-M4 (1966 à 1975), M5-M6 (1956 à 1965), M7-M8 (1946 à 1955) et M9-M10 (1945 et avant) et scratch, pour les femmes et pour les hommes.
- Pour le 46km Duo, classement par équipe au scratch uniquement pour les équipes :
 - Hommes : 2 hommes
 - Femmes : 2 femmes
 - Mixtes : 1 homme + 1 femme
- Pour le 12 km, classement chronométrique par catégorie ancienne version (**nous n'appliquerons pas les nouvelles tranches d'âge de la FFA**) : Cadets (U18 : 2008 et 2009), Juniors (U20 : 2006 et 2007), Espoirs (U23 : 2003 à 2005), Séniors (1991 à 2002), M0 (1986 à 1990), M1-M2 (1976 à 1985), M3-M4 (1966 à 1975), M5-M6 (1956 à 1965), M7-M8 (1946 à 1955) et M9-M10 (1945 et avant) et scratch, pour les femmes et pour les hommes.
- Pour la Marche Nordique Chronométrée 11km classement chronométrique par scratch pour les femmes et pour les hommes.

Sur le 46km Duo, un concurrent dont le coéquipier a abandonné a la possibilité de terminer la course seul et sera reclassé en tant qu'individuel sur le 46km solo.

La randonnée est non chronométrée. Elle ne donne pas lieu à un classement.

Pour tous les concurrents des 46km Solo, Duo, 22km et des 12km, classements, diplômes et vidéo individuelle d'arrivée consultables et téléchargeables sur notre site internet.

1.27. RÉCOMPENSES

Récompenses variant suivant les courses :

- Pour le 46km Solo, le 22 km et le 12 km : seront récompensés les 3 premiers masculins et les 3 premières féminines du classement scratch, ainsi que les premiers et premières de chaque catégorie ancienne version (**nous n'appliquerons pas les nouvelles tranches d'âge de la FFA**).

- Pour le 46km duo : seront récompensés la première équipe féminine, la première équipe mixte et la première équipe masculine du classement scratch
- Pour la Marche Nordique Chronométrée 11km : seront récompensés les 3 premiers masculins et les 3 premières féminines du classement scratch, ainsi que la première équipe mixte (4 participants dont deux femmes et deux hommes) et au maximum un muté ou un étranger. Le club ou l'association la plus représentée sur l'ensemble des courses sera également récompensée.

⇒ Pas de cumul : Un concurrent qui pourrait cumuler 2 podiums (exemple pour 22km classement scratch et premier M0) ne se verra attribuer qu'une récompense pour le titre le plus prestigieux (dans notre exemple : le scratch).

Il n'y a pas de récompense pour la randonnée.

Chaque coureur et randonneur recevra au retrait des dossards une dotation coureur. Le détail sera publié sur notre site internet (non contractuel).

Des lots seront tirés au sort à l'issue de la remise des prix.

1.28. RECONNAISSANCE DES PARCOURS : RANDO - MARCHÉ NORDIQUE - 12km - 22km - 46km

Aucune reconnaissance de parcours avant l'épreuve ne sera possible, chacun de ces parcours traversant des parcelles privées. Néanmoins, il est toujours possible pour le coureur de se donner un aperçu de nos parcours en empruntant uniquement les chemins balisés par les communes. (Voir parcours sur le site <https://www.trailsudtouraine.fr>)

1.29. JURY D'ÉPREUVE

L'Évènement bénéficie du label FFA Bronze, attribué selon le règlement de la FFA. Le jury officiel est composé d'un juge arbitre de la FFA, dont le pouvoir de décision est sans appel.

Pour les épreuves du Samedi 1 mars, le jury se compose :

- du directeur de course
- des juges arbitres désignés par la FFA (pour le 46km Solo et la Marche Nordique uniquement)
- de 2 chronométreurs
- d'1 starter
- d'1 juge courses
- d'1 responsable anti-dopage
- de 3 escortes hommes et 3 escortes femmes
- d'un représentant de la CDR 37
- du responsable de l'équipe médicale,
- des responsables des zones de contrôle concernées,
- et toute personne choisie pour ses compétences par le directeur de course

Le jury est habilité à prendre toutes décisions pour le bon déroulement de la course, et à statuer dans le délai compatible avec les impératifs de la course sur toutes les réclamations formulées durant l'épreuve.

Les décisions sont sans appel.

1.30. CONTRÔLE ANTI-DOPAGE

L'organisation du Trail Sud Touraine s'inscrit pleinement dans la démarche destinée à traquer la tricherie et met en œuvre la procédure prévue par l'AFLD sous contrôle de la FFA, si l'une de ses épreuves devait être retenue pour un contrôle.

Tout compétiteur peut être soumis à un contrôle anti-dopage avant, pendant ou après l'arrivée de l'épreuve. En cas de refus ou d'abstention, le sportif sera sanctionné de la même façon que s'il était convaincu de dopage. Le choix des compétiteurs contrôlés appartient au médecin désigné et ne cible pas forcément l'élite, les licenciés ou les non licenciés. Le médecin définit également le nombre de contrôles à réaliser pour l'ensemble de l'évènement.

Chaque concurrent s'engage à informer le Conseil Médical de l'Organisation en cas d'utilisation d'une prescription soumise à une Autorisation d'Usage à des fins Thérapeutique (AUT).

1.31. PORT DU DOSSARD

Chaque participant devra présenter une pièce d'identité avec photo au moment du retrait de l'enveloppe dossard en contrepartie de quoi lui sera remis son dossard.

Sous peine de disqualification, les règles suivantes s'appliquent au port du dossard :

Le port du dossard fixé sur la poitrine est obligatoire (fixé par 4 épingles ou par tout autre moyen). Cependant, les ceintures porte-dossards sont acceptées. Le dossard doit être visible en permanence

et en totalité pendant toute l'épreuve. Il doit donc être toujours positionné au-dessus de tout vêtement et ne peut en aucun cas être fixé sur le sac ou une jambe. Le nom et le logo des partenaires ne doivent être ni modifiés, ni cachés.

Pour le 11KM MARCHE NORDIQUE CHRONOMÉTRÉE : 2 dossards entièrement visibles seront portés sur l'avant (celui avec puces) et l'arrière du maillot.

Le dossard est le laissez-passer nécessaire pour accéder aux navettes, zone de ravitaillement et retrait des sacs.

1.32. CHRONOMETRAGE ET PUCES

Chaque participant est muni d'une puce électronique fixée au dossard permettant les pointages aux postes de contrôle et sur la ligne d'arrivée.

Les règles de chronométrage qui s'appliquent sur le Trail Sud Touraine sur toutes les épreuves sont les suivantes : Temps officiel (déclenchement du chronomètre au signal de départ, commun à tous).

Le chronométrage sera effectué grâce à un système de puces collées au dossard. Tous les inscrits se verront remettre un dossard avec une puce collée qui servira à mesurer le temps du participant sur la totalité de la distance. Des tapis de chronométrage seront installés sur les différents points du parcours. Un concurrent ne parcourant pas la totalité de la distance ne pourra être classé à l'arrivée. Le participant s'engage sur l'honneur à ne pas anticiper le départ et à parcourir la distance complète avant de franchir la ligne d'arrivée.

Le participant ne pourra pas être chronométré dans les cas suivants :

- non port de la puce
- perte de la puce
- dégradation de la puce
- port de la puce non conforme

1.33. UTMB WORLD SERIES®

Dans le nouveau système de qualification de L'UTMB®, le 46km solo et le 22km du Trail Sud Touraine sont des courses labellisées "UTMB World Series Qualifier". Les finishers de chacune des courses pourront s'inscrire aux "UTMB World Series Event" sur un format de course similaire ou inférieur. Ces événements labellisés "UTMB World Series Event" permettent eux d'engranger des points pour se qualifier aux "UTMB World Series Finals" à Chamonix.

1.34. ITRA

Être finisher du 46km solo du Trail Sud Touraine permet d'obtenir un indice de performance ITRA ainsi que des 2 points ITRA. Les finishers du 22 km recevront, quant à eux, 1 point ITRA. Ces points sont obtenus après publication des résultats des courses sur le site de L'ITRA.

1.35. CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX DE TRAIL 2025

Le Trail Sud Touraine est le support des championnats de Départementaux de Trail 2024 d'Indre-et-Loire.

Sont proposés :

- Un trail format long de 46 km / 1100mD+
- Un trail format court de 22 km / 500mD+

Ces championnats départementaux de Trail court et long sont ouvertes à tous les licenciés Compétition des clubs FFA. Le Port du maillot du Club est obligatoire.

Titres décernés :

Trail format long :

- Champion d'Indre-et-Loire de Trail format long Homme sur le 46km
- Championne d'Indre-et-Loire de Trail format long Homme sur le 46km

Trail format court :

- Champion d'Indre-et-Loire de Trail format court Homme sur le 22km
- Championne d'Indre-et-Loire de Trail format court Homme sur le 22km

1.35. QUALIFICATION FRANCE DE TRAIL 2025

Le 46km solo du Trail Sud Touraine sert de base de qualification pour les Championnats de France de TRAIL court et long qui auront lieu à Val d'Isère (73) les 12 & 13 juillet 2025.

Les qualifications aux championnats de France de Trail court et long sont ouvertes à tous les licenciés Compétition des clubs FFA.

Les athlètes Espoirs, Séniors, Masters 0, Masters 1, Masters 2, Masters 3, Masters 4 devront avoir réalisé une performance correspondant aux minima de la cote VK trail de leur catégorie.

Les athlètes Masters 5, Masters 6, Masters 7, Masters 8, Masters 9 et Masters 10 devront avoir participé et terminé le 46km solo.

Minima 2025 Trail		
Catégories	VK Trail Hommes	VK Trail Femmes
Espoirs	4.30	5.50
Séniors	4.30	5.50
Masters 0	4.50	6.00
Masters 1	5.10	6.10
Masters 2	5.20	6.20
Masters 3	5.40	6.30
Masters 4	6.00	6.40
Masters 5	Participation <u>obligatoire</u> sur un Trail labellisé (trail court ou long) de 30km/effort pendant la période de qualification	
Masters 6		
Masters 7		
Masters 8		
Masters 9		
Masters 10		

1.36. DROIT A L'IMAGE, CNIL

« J'autorise expressément les organisateurs « Trail Sud Touraine », ainsi que leurs ayant-droit tels que les partenaires et médias, à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles je pourrais apparaître, prises à l'occasion de ma participation au Trail Sud Touraine, sur tous supports y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires, pour la durée la plus longue prévue par la loi, les règlements, les traités en vigueur, y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée. ».

CNIL : Les informations que vous nous communiquez sont nécessaires pour votre participation au Trail Sud Touraine (inscription). Elles font l'objet d'un traitement informatique et sont destinées au secrétariat de l'association. En application des articles 39 et suivants de la loi du 6 janvier 1978 modifiée, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent. Si vous souhaitez exercer ce droit et obtenir communication des informations vous concernant, veuillez-vous adresser à Courir Marcher dans le Sud Touraine, Beaumont, 37290 CHAMBON.

1.37. ANNULATION DE L'EPREUVE PAR L'ORGANISATEUR

L'organisateur se réserve le droit d'annuler sa manifestation soit sur requête de l'autorité administrative, soit dans la mesure où il serait dans l'impossibilité de pouvoir remplir ses obligations, du fait d'évènements imprévisibles, irrésistibles et extérieurs à sa volonté (cas de force majeure).

Ces situations peuvent être d'ordre climatique, bactériologique, militaire, politique, informatique...

A titre d'exemple, il peut s'agir de pandémie, tornades, inondations, ouragans, tremblements de terre, éruptions volcaniques, propagation d'une infection bactérienne de tel stade, utilisation par un État ou un groupe terroriste d'armes de toute nature perturbant la continuité des relations commerciales, mouvements sociaux d'ampleur nationale, déclaration de la loi martiale, décision d'un gouvernement, avec la participation ou non de ses alliés, de mettre en place un blocus maritime, aérien et/ou terrestre, ou encore toute décision d'un gouvernement interdisant les rassemblements pour quelque motif que ce soit, ... (liste non exhaustive).

Dans ces conditions particulières, le participant sera informé immédiatement par l'organisateur de l'impossibilité qui lui est faite d'organiser son évènement.

Aucune indemnité ne pourra être versée à ce titre. Les participants ne seront pas remboursés de leurs frais d'engagement, et le participant ne pourra prétendre à aucune autre indemnité à ce titre.

1.38. RÉGLEMENT PAR DÉFAUT

Ce règlement est établi en fonction des règlements FFA et Préfecture connus à ce jour. Si la réglementation devait changer, nous serions tenus de l'appliquer et de changer le règlement et l'organisation du Trail Sud Touraine pour tenir compte des éventuelles nouveautés. Pour tout point non prévu dans ce règlement, le comité de courses statuera sur la décision à prendre. DU FAIT DE SON ENGAGEMENT Le concurrent reconnaît avoir pris connaissance et accepté le présent règlement et donne à l'organisation un pouvoir tacite pour utiliser toutes photos ou image le représentant. À tout moment, l'organisation se réserve le droit de modifier le parcours ou les horaires des épreuves. Elle se réserve également le droit d'annuler une épreuve pour tous motifs qui mettraient la vie du coureur en danger ou en tous cas de force majeure. En cas d'annulation de l'épreuve pour force majeure, aucun droit d'inscription ou autres frais ne peuvent être remboursés

Le bureau de Courir Marcher dans le Sud Touraine

2. CONDITIONS PARTICULIÈRES

2.1. ÉPREUVES 46km SOLO ET 46km DUO - DÉPART 15 H 00 à BARROU

2.1.1. SIGNALISATION

La couleur dominante est le **BLEU**.

Le fléchage majoritairement vertical, sera complété par quelques marquages au sol et de balisettes enfoncées dans le sol composées d'une tige métallique de 60 cm munie au sommet d'un fanion triangulaire **BLEU**.

2.1.2. MISE HORS COURSE

- Non-respect du parcours
- Abandon de détritrus en dehors des zones de ravitaillement
- Il faut OBLIGATOIREMENT que les coureurs du 46km Solo ou les équipes de 2 pour le 46km Duo repartent du point de contrôle de : le Rond des Allais (km 33) à 20H30 (soit 6 km/h) ; ils seront mis hors course et rapatriés par un véhicule qui les ramènera à Chambon. En cas de refus de leur part et après en avoir informé le poste de commandement, ils seront mis de ce fait hors course et ne seront plus sous la responsabilité de l'Organisation. En cas d'accident qui pourrait intervenir à l'issue de ce refus, la responsabilité de l'association ne pourra en aucun cas être engagée.
- Toutes les équipes du 46km Duo se doivent de pointer à tous les postes de contrôle jalonnant le parcours. Les coureurs devront réaliser la totalité du parcours avec leur coéquipier sous peine de disqualification de leur équipe. Ils se doivent de pointer ensemble à chaque poste de contrôle, sous peine de pénalités, et bien entendu d'arriver ensemble. Un concurrent dont le coéquipier a abandonné à la possibilité de terminer la course seul mais ne sera pas reclassé en tant qu'individuel. Son équipe sera disqualifiée.
- Tout participant arrivant après 22H45 ne sera pas classé. Pour des raisons d'assurance, de couverture médicale et d'organisation, le chrono sera désinstallé à 22H45. En cas de dépassement de ce temps, le coureur sera mis hors course automatiquement et son dossard sera récupéré.

2.1.3. RAVITAILLEMENT

- Présence d'1 poste de ravitaillement en « liquide » : Km 12.4 ; et de 4 postes de ravitaillement en « solide / liquide » : Km 20 ; Km 28.7 ; Km 33 ; Km 40 et 1 ravitaillement amélioré à l'arrivée (Km 46).

2.1.4. ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE

- Sac d'hydratation ou ceinture ventrale
- Une réserve d'eau et alimentation personnelle sont obligatoires.
- Une lampe frontale à batterie (ne pas oublier de partir avec des batteries chargées) ou à piles (prévoir piles de rechange)
- Un coupe-vent imperméable
- Un sifflet
- Une couverture de survie
- Un Ecocup ou Gobelet personnel

- Un téléphone portable (installer dans son répertoire le n° de sécurité de l'organisation et ne pas masquer son numéro personnel et ne pas oublier de partir avec des batteries chargées)
- Prévoir vêtements chauds en cas de mauvais temps ou de froid.
- Les renseignements complets et lisibles seront inscrits sur le dossard.

Un contrôle sera effectué au départ sur tous les concurrents.

Pour le 46km Solo et le 46km Duo, 10' de pénalité sera appliqué par élément manquant.

Il peut également être effectué sur n'importe quel point du parcours par des membres accrédités de l'organisation. Tout manquement entraînera une mise hors course immédiate.

2.1.5. ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

- Une casquette
- Une Pièce d'identité

2.1.6. UTILISATION DE BATONS

L'usage des bâtons est autorisé.

2.1.7. RETRAIT DES DOSSARD – NAVETTES – CONSIGNES

TOUS LES RETRAITS DES DOSSARDS SE FONT À CHAMBON (sauf la veille chez notre partenaire Intermarché Yzeures-sur-Creuse) :

- Retrait des dossards la veille Vendredi 28 février de 17H à 19H chez notre partenaire Intermarché Yzeures-sur-Creuse (59 Rue Pasteur, 37290 Yzeures-sur-Creuse) et le jour de la course le Samedi 1 mars à partir de 12H **jusqu'à 14H25**
- Des navettes seront mises en place pour acheminer des coureurs depuis Chambon jusqu'au lieu de départ (Barrou sur la Place de l'église) :
A partir de 13H30 jusqu'à 14H30 pour le départ du 46km Solo et Duo

Elles sont en nombre limité et gratuites !

Pensez à réserver si besoin lors de votre inscription. Un ticket vous sera demandé à la montée de la navette. Ce dernier vous sera remis avec le dossard.

- Un fourgon de l'organisation rapatriera les affaires déposées au départ de Barrou vers le lieu d'arrivée à Chambon. Vos affaires seront anonymées dans un sac identifié avec votre n° de dossard.

2.2. ÉPREUVES 22KM – DÉNIVELÉ 500m – DEPART 17 H 30 à BARROU

2.2.1. SIGNALISATION

La couleur dominante est le **ROUGE**.

Le fléchage majoritairement vertical, sera complété par quelques marquages au sol, de la rubalise et de balisettes enfoncées dans le sol composées d'une tige métallique de 60 cm munie au sommet d'un fanion rectangulaire **ROUGE**.

2.2.2. MISE HORS COURSE

- Non-respect du parcours
- Abandon de détritrus en dehors des zones de ravitaillement

2.2.3. RAVITAILLEMENT

Présence de 2 postes de ravitaillement en « solide / liquide » aux Km 8,7 ; Km 15,7 et 1 ravitaillement amélioré à l'arrivée (Km 22).

2.2.4. ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE

- Une lampe frontale à batterie (ne pas oublier de partir avec des batteries chargées) ou à piles (prévoir piles de rechange)
- Un Ecocup ou Gobelet personnel
- Les renseignements complets et lisibles seront inscrits sur le dossard.

Un contrôle sera effectué au départ sur des concurrents choisis au hasard. Il peut également être effectué sur n'importe quel point du parcours par des membres accrédités de l'Organisation. Tout manquement entraînera une mise hors course immédiate.

2.2.5. ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

- Sac d'hydratation ou ceinture ventrale
- Une réserve d'eau 1L mini et une réserve alimentaire
- Un coupe-vent imperméable

- Un sifflet
- Une couverture de survie
- Une casquette
- Prévoir vêtements chauds en cas de mauvais temps ou de froid.
- Une Pièce d'identité
- Un téléphone portable (installer dans son répertoire le n° de sécurité de l'organisation et ne pas masquer son numéro personnel et ne pas oublier de partir avec des batteries chargées)

2.2.6. RETRAIT DES DOSSARD – NAVETTES – CONSIGNES

TOUS LES RETRAITS DES DOSSARDS SE FONT À CHAMBON (sauf la veille chez notre partenaire Intermarché Yzeures-sur-Creuse) :

- Retrait des dossards la veille Vendredi 28 février de 16H à 19H chez notre partenaire Intermarché Yzeures-sur-Creuse (59 Rue Pasteur, 37290 Yzeures-sur-Creuse) et le jour de la course le Samedi 1 mars à partir de 12 H **jusqu'à 16H45**.
- Des navettes seront mises en place gratuitement pour acheminer des coureurs depuis Chambon jusqu'aux au lieu de départs à Barrou :
A partir de 15H30 jusqu'à 16H50
- Les navettes sont en nombre limité et gratuites ! Pensez à réserver si besoin lors de votre inscription. Un ticket vous sera demandé à la montée de la navette. Ce dernier vous sera remis avec le dossard.
- Un fourgon de l'organisation rapatriera les affaires déposées au départ de Barrou vers le lieu d'arrivée à Chambon. Vos affaires seront anonymées dans un sac identifié avec votre n° de dossard.

2.3. ÉPREUVES 12KM – DÉNIVELÉ 290m – DEPART 18H à BARROU

2.3.1. SIGNALISATION

La couleur dominante est le **JAUNE**.

Le fléchage majoritairement vertical, sera complété par quelques marquages au sol, de la rubalise et de balisettes enfoncées dans le sol composées d'une tige métallique de 60 cm munie au sommet d'un fanion rectangulaire **JAUNE**.

2.3.2. MISE HORS COURSE

- Non-respect du parcours
- Abandon de détritux en dehors des zones de ravitaillement

2.3.3. RAVITAILLEMENT

Présence d'un poste de ravitaillement en « solide / liquide » au Km 5,6 et 1 ravitaillement amélioré à l'arrivée (Km 12)

2.3.4. ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE

- Une lampe frontale à batterie (ne pas oublier de partir avec des batteries chargées) ou à piles (prévoir piles de rechange)
- Un Ecocup ou Gobelet personnel
- Les renseignements complets et lisibles seront inscrits sur le dossard.

Un contrôle pourra être effectué au départ sur des concurrents choisis au hasard. Il peut également être effectué sur n'importe quel point du parcours par des membres accrédités de l'organisation. Tout manquement entraînera une mise hors course immédiate.

2.3.5. ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

- Sac d'hydratation ou ceinture ventrale
- Une réserve d'eau 0,5L mini et une réserve alimentaire
- Un coupe-vent imperméable
- Un sifflet
- Une couverture de survie
- Une casquette
- Prévoir vêtements chauds en cas de mauvais temps ou de froid.
- Un téléphone portable (installer dans son répertoire le n° de sécurité de l'organisation et ne pas masquer son numéro personnel et ne pas oublier de partir avec des batteries chargées)
- Une Pièce d'identité

2.3.6. RETRAIT DES DOSSARD – NAVETTES – CONSIGNES

TOUS LES RETRAITS DES DOSSARDS SE FONT À CHAMBON (sauf la veille chez notre partenaire Intermarché Yzeures-sur-Creuse) :

- Retrait des dossards la veille Vendredi 28 février de 17H à 19H chez notre partenaire Intermarché Yzeures-sur-Creuse (59 Rue Pasteur, 37290 Yzeures-sur-Creuse) et le jour de la course le Samedi 1 mars à partir de 12 H **jusqu'à 17H25**.
- Des navettes seront mises en place gratuitement pour acheminer des coureurs depuis Chambon jusqu'aux au lieu de départs à Barrou :
A partir de 16H jusqu'à 17H30
- Les navettes sont en nombre limité et gratuites ! Pensez à réserver si besoin lors de votre inscription. Un ticket vous sera demandé à la montée de la navette. Ce dernier vous sera remis avec le dossard.
- Un fourgon de l'organisation rapatriera les affaires déposées au départ de Barrou vers le lieu d'arrivée à Chambon. Vos affaires seront anonymées dans un sac identifié avec votre n° de dossard.

2.4. ÉPREUVES Marche Nordique Chronométrée 11KM – DÉNIVELÉ 220m - DEPART 15H45 à BARROU

2.4.1. PRÉSENTATION

Le 11km Marche Nordique chronométrée est une vraie compétition avec un départ séparé et son classement spécifique qui aura lieu sur le circuit des 10 km. Cette épreuve est inscrite au Challenge National Marche Nordique Tours, est qualificative pour les Championnats de France de Marche Nordique 2025, a obtenu le Label Bronze et a été retenue pour le Challenge 37 Marche Nordique 2025. La marche nordique sera chronométrée dans le respect des règles de la Marche Nordique FFA ([voir article 2.4.4](#)) avec bâtons obligatoires. Elle sera encadrée par des Juges Marche Nordique Compétition, avec pénalité « temps », en cas de non-respect du règlement ([voir article 2.4.6](#)).

2.4.2. SIGNALISATION

La couleur dominante est le **JAUNE**.

Le fléchage majoritairement vertical, sera complété par quelques marquages au sol, de la rubalise et de balisettes enfoncées dans le sol composées d'une tige métallique de 30 cm munie au sommet d'un fanion triangulaire **JAUNE**.

2.4.3. ENGAGEMENT – JUSTIFICATIF

Les inscriptions à la Marche Nordique Chronométrée se font exclusivement en ligne, il n'y aura aucunes inscriptions sur place. Attention le nombre de participants sera limité à 100 marcheurs au total, et les inscriptions seront clôturées le lundi 26 février à 18h.

Les inscriptions seront impérativement réservées aux marcheurs nordiques avec **une licence délivrée par la FFA** valable toutes pour **la pratique en compétition** ou une **attestation PPS** daté de moins de 3 mois.

2.4.4. RESPECT DES RÈGLES

La Marche Nordique s'adresse à des personnes préalablement initiées à l'activité selon le règlement Sportif de la Marche Nordique en Compétition. Le parcours s'effectuera en total respect avec l'éthique FFA Marche nordique.

À savoir :

- le pas de course n'est pas autorisé,
- le centre de gravité ne doit pas être baissé anormalement,
- il ne doit pas y avoir deux pieds ni deux bâtons en l'air en même temps,
- les bâtons doivent être utilisés en poussée,
- la main et le coude du bras d'attaque doivent passer devant le buste puis derrière la fesse en fin de poussée (amplitude du geste),
- la jambe d'attaque ne doit pas être tendue lors de son passage à la verticale du bassin. L'alignement articulaire est obligatoire : pied, genou, bassin, épaule et tête doivent être alignés,
- l'aide et l'accompagnement extérieurs en dehors des zones prévues sont interdits (ravitaillement, matériel...).

Ces règles sont édictées dans le cadre de cette discipline sur un sol plat. Les juges habilités par l'Organisation circuleront sur le parcours. Ils se doivent de tenir compte dans leur jugement, du terrain accidenté : montée, descente, etc. afin d'apprécier le respect de la réglementation.

2.4.5. JURY OFFICIEL

Il est composé d'un juge arbitre de la FFA dont le pouvoir de décision est sans appel. Il est assisté de juges et de commissaires de course également désignés par la FFA.

Seul le juge-arbitre sera compétent en cas de problème technique et pour l'interprétation du règlement des épreuves.

Les juges pourront informer, conseiller les marcheurs, pour ajuster leur technique de marche. Ils seront souverains pour prendre les décisions concernant les pénalités. Les juges seront placés sous l'autorité d'un Chef juge. En cas d'incident particulier (altercation entre marcheurs et juges), le Chef juge prendra les décisions nécessaires en fonction de la gravité de l'incident (exclusion).

2.4.6. PÉNALITÉS

Les juges surveilleront les marcheurs en compétition et les préviendront de toute faute commise en leur annonçant à voix haute le numéro de dossard ainsi que la faute commise tout en présentant le carton jaune. Ce carton jaune représentera la faute sous forme de pictogramme.

Le marcheur pénalisé, devra s'arrêter instantanément à l'annonce de sa faute par le juge. L'arrêt est d'une minute. En cas de refus d'arrêt, le marcheur sera disqualifié par le chef juge.

Une vidéo du départ devra être enregistrée par un juge marche nordique nommément désigné par le chef juge. Le chef juge analysera l'enregistrement vidéo et pénalisera pendant l'épreuve par un arrêt de deux minutes ou ultérieurement par un ajout de deux minutes au temps final du marcheur.

En cas de faute sur la zone des 150 mètres avant l'arrivée, il sera ajouté une minute au temps final du marcheur. A la 4^{ème} pénalité, le marcheur aura un carton rouge par le chef juge ; il sera disqualifié et devra remettre son dossard à un juge et quitter le circuit.

La course caractérisée sera sanctionnée directement par un carton rouge par le chef juge.

Un athlète pourra être informé de sa disqualification après l'arrivée s'il n'a pas été possible de lui signifier durant l'épreuve.

La mise "hors marche" pourra être prononcée par l'organisation si l'état de santé d'un marcheur lui paraît incompatible avec la poursuite de la compétition.

Les réclamations sont recevables par écrit dans les 30 minutes après l'affichage des résultats (horaires notifiés). Le jury (Organisateur) est habilité à statuer dans le délai compatible avec les impératifs de la course sur tous les litiges ou disqualifications survenus durant l'épreuve.

2.4.7. RAVITAILLEMENT

Présence d'1 poste de ravitaillement en « solide / liquide » Km 4,6 et 1 ravitaillement amélioré à l'arrivée.

2.4.8. ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE

- Une paire de bâtons de marche nordique
- Un Ecocup ou Gobelet personnel
- 2 dossards entièrement visibles seront portés sur l'avant (celui avec puces) et l'arrière du maillot.

Un contrôle pourra être effectué au départ sur des concurrents choisis au hasard. Il peut également être effectué sur n'importe quel point du parcours par des membres accrédités de l'organisation. Tout manquement entraînera une mise hors course immédiate.

2.4.9. ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

- Une réserve d'eau 0,5L mini et une réserve alimentaire
- Un coupe-vent imperméable
- Un sifflet
- Une couverture de survie
- Une casquette
- Prévoir vêtements chauds en cas de mauvais temps ou de froid.
- Un téléphone portable (installer dans son répertoire le n° de sécurité de l'organisation et ne pas masquer son numéro personnel et ne pas oublier de partir avec des batteries chargées)
- Une Pièce d'identité

2.4.10. RETRAIT DES DOSSARD – NAVETTES – CONSIGNES

TOUS LES RETRAITS DES DOSSARDS SE FONT À CHAMBON (sauf la veille chez notre partenaire Intermarché Yzeures-sur-Creuse) :

- Retrait des dossards la veille Vendredi 28 février de 17H à 19H chez notre partenaire Intermarché Yzeures-sur-Creuse (59 Rue Pasteur, 37290 Yzeures-sur-Creuse) et le jour de la course le Samedi 1 mars à partir de 12 H **jusqu'à 15H10.**
- Des navettes seront mises en place gratuitement pour acheminer des coureurs depuis Chambon jusqu'aux au lieu de départs à Barrou :
A partir de 14H30 jusqu'à 15H15
- Les navettes sont en nombre limité et gratuites ! Pensez à réserver si besoin lors de votre inscription. Un ticket vous sera demandé à la montée de la navette. Ce dernier vous sera remis avec le dossard.
- Un fourgon de l'organisation rapatriera les affaires déposées au départ de Barrou vers le lieu d'arrivée à Chambon. Vos affaires seront anonymées dans un sac identifié avec votre n° de dossard.

2.4.11. LABEL ET CHALLENGES

Pour 2025, la Marche Nordique Chronométrée 11km est une épreuve régionale labélisée, faisant partie du Challenge Marche Nordique Tour 2024 / 2025.

Elle est aussi inscrite au CHALLENGE DÉPARTEMENTAL 37 DE MARCHE NORDIQUE 2025.

Toutes les infos (classement, calendrier et règlement du Challenge) sont sur le site internet des organisateurs disponible en suivant ce lien : <https://vu.fr/aDmh>

2.4.13. CONDITIONS DE PARTICIPATIONS AUX FRANCE DE MARCHE NORDIQUE

Seront autorisés à participer aux Championnats de France de Marche Nordique tous les athlètes qui remplissent les conditions suivantes :

- Être licencié athlète compétition dans un club FFA la veille de l'épreuve,
- Avoir été classé, avec une licence Athlète Compétition, à 3 épreuves du Marche Nordique Tour dont deux MNC Circuit, entre le 22 mars 2024 et le 2 mars 2025 (date de la dernière compétition enregistrée)

2.5. ÉPREUVE RANDO CASSE-CROUTE 11KM – DÉNIVELÉ 220 m

DEPARTS LIBRES ENTRE 15 H 50 et 16 H 00 (pas de départ possible après 16H) à BARROU

Une randonnée de 11 km au départ de Barrou emprunte le même parcours que celui du 46 km sur ses 10 derniers kilomètres (pause casse-croûte sous abri).

Pour ne pas occasionner de bouchons sur le parcours, tous randonneurs **arrivant après 18h au km8,6 seront dirigés vers une variante afin de regagner le village d'arrivée.**

2.5.1. SIGNALISATION

Deux membres de notre association munis d'un gilet jaune seront chargés d'ouvrir la randonnée et de la fermer. Le fléchage majoritairement vertical, sera complété par quelques marquages au sol, de la rubalise et de balisettes enfoncées dans le sol composées d'une tige métallique de 60 cm munie au sommet d'un fanion rectangulaire **JAUNE.**

2.5.2. ENGAGEMENT – CERTIFICAT MEDICAL

Les inscriptions à la randonnée se feront en ligne, ou sur place le jour J dans la limite des dossards disponible.

Un certificat médical ou une licence « FFRP » n'est pas obligatoire.

Il ne s'agit pas d'une course de compétition mais bien d'une randonnée de 11 km. Cependant, les participants doivent s'inscrire comme pour une course.

Attention, la randonnée est limitée à 150 inscrits.

2.5.3. RAVITAILLEMENT

Présence de 2 postes de ravitaillement en « solide / liquide » Km 4,6 et à l'arrivée.

2.5.4. ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE

- Un Ecocup ou Gobelet personnel

- Les renseignements complets et lisibles seront inscrits sur votre Bracelet (donné au retrait des dossards).

Les chiens **munis obligatoirement d'une laisse** sont acceptés sur la randonnée.

2.5.5. ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

- Un gobelet
- Une réserve d'eau 0,5L mini et une réserve alimentaire
- De chaussures de marche en bon état à tige montante et semelles cramponnées
- Un coupe-vent imperméable
- Prévoir vêtements chauds en cas de mauvais temps ou de froid.
- L'utilisation des bâtons est autorisée.
- Un téléphone portable (installer dans son répertoire le n° de sécurité de l'organisation et ne pas masquer son numéro personnel et ne pas oublier de partir avec des batteries chargées)

2.5.6. RETRAIT DES DOSSARD

LES RETRAITS DES DOSSARDS (UN BRACELET POUR LA RANDONNÉE) ET DES DOTATIONS SE FONT À CHAMBON (sauf la veille chez notre partenaire Intermarché Yzeures-sur-Creuse) :

Retrait des dossards la veille Vendredi 28 février de 17H à 19H chez notre partenaire Intermarché Yzeures-sur-Creuse (59 Rue Pasteur, 37290 Yzeures-sur-Creuse) et le jour de la course le Samedi 1 mars à partir de 12 H **jusqu'à 15H40**.