Règlement La Foulée des 2 Roches Edition 2024 - Les 10 ANS

PARTIE 1: Trail

Article 1 : Participation

Le Puy d'Ebert (trail de 15 km âge minimum 18 ans), la Malvialle (trail de 27 km âge minimum 20 ans), le Marathon du Guéry (trail de 50 km âge minimum 20 ans) et Le Marathon du Guéry en relais à 2 sont ouverts à toute personne, entraînée et médicalement apte à la pratique de la course à pied en compétition.

Article 2 : Inscription

Il est proposé au choix de s'inscrire :

-En ligne en suivant le lien **ERUN 63** jusqu'au vendredi 19 juillet minuit
-Par courrier (fiche individuelle d'inscription disponible sur le site) après acquittement des droits d'engagement (par chèque à l'ordre de "Les Foulées des 2 Roches") et fourniture du certificat médical ou de la copie de la licence.

• Les licenciés devront fournir une photocopie de leur licence en cours de validité à la date de la course, délivrée par une fédération uniquement agrée sur laquelle doit apparaitre par tous les moyens, la non contre-indication à la pratique de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition.
• Etre titulaires d'une licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running ou Pass' J'aime Courir délivrés par la FFA en cours de validité à la date de la course.
• Les non licenciés devront fournir un certificat médical avec la mention obligatoire pas de contre- indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins un an à la date de la course.

Ces documents doivent être joints à la fiche individuelle d'inscription et envoyés par la poste jusqu'au mercredi 17 juillet 2024 inclus : À l'adresse suivante :

Les foulées des 2 roches
MANUBY Romain
3 Rue des Acacias
63870 ORCINES

Quelques inscriptions dans la limite des places restantes disponibles seront possibles sur place le jour de la course de 7h30 à 9h00 (moyennant une majoration de tarif de 3 euros, pas d'inscription le jour même pour le marathon du Guéry).

Les frais d'engagement sont :
- **Le Puy d'Ebert 15 km : 13 €** (majoration de 3 euros si inscription le jour même).
- **La Malvialle 27 km : 23 €** (majoration de 3 euros si inscription le jour même).
- **Le Marathon du Guéry 50 km : 32€** (pas d'inscription le jour même).
- **Le Marathon du Guéry Relais à 2 : 40€** (pas d'inscription le jour même).
- **Course pour les enfants : Gratuit**.

Article 3 : Retrait des dossards

Le retrait des dossards se déroule à la salle polyvalente (le Marchedial)

- le samedi 20 juillet de 14 heures 30 à 19 heures.
- le jour de la course à partir de 6 heures 00.

Le dossard sera attaché avec 4 épingles (fournies par le concurrent) et porté sur la poitrine, il devra être visible durant toute la course.

Article 4 : Annulation d'une inscription

Toute demande d'annulation ne pourra être prise en compte que si elle est accompagnée d'un certificat médical et elle devra être parvenue à l'organisation 10 jours avant l'épreuve.
Aucun remboursement de dossard sera possible pour tout autre cas d'annulation.
L'association se réserve le droit de garder une partie de la somme de l'inscription pour toute annulation (5 euros).
Les réservations de restauration ne sont pas remboursables.

Article 5 : Code de la route

Les concurrents doivent respecter le balisage et les consignes des commissaires de course. L'épreuve emprunte des routes ouvertes à la circulation routière, les concurrents doivent impérativement se soumettre au code de la route. L'organisation se dégage de toute responsabilité en cas de non- respect de cet article.

Article 6 : Sécurité

Des signaleurs équipés de chasubles et de panneaux de signalisation seront présents aux traversées des routes dangereuses et auront pour mission de gérer la circulation routière et la traversée des concurrents. La couverture médicale est assurée par une équipe de secouristes du SDIS 63.
En cas d'abandon, le concurrent doit obligatoirement prévenir le responsable du poste de contrôle le plus proche et y remettre son dossard ou alors le bénévole le plus proche de son point d'abandon, qui lui le signalera au PC course.

Article 7 : Assurance- responsabilité

Responsabilité civile : les organisateurs sont couverts par une police souscrite auprès de la société d'assurances MAAF.
Les licenciés bénéficient des garanties de l'assurance liées à leur licence sportive, il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement pour la pratique de la course.

L'organisation ne peut en aucun cas être tenue pour responsable en cas d'accident ou de défaillance consécutive à un mauvais état de santé ou à une préparation insuffisante ni même en cas de vol.

Article 8 : Droit à l'image

Tout concurrent renonce expressément à se prévaloir du droit à l'image durant l'épreuve, comme il renonce à tout recours à l'encontre de l'organisation faite de son image.

Article 9 : Esprit courses

• Respecter l'environnement : ne jetez pas de déchets
• Respecter le tracé : ne pas couper, rester sur les chemins
• Venir en aide à un concurrent en situation difficile
• Pas de ravitaillement ou d'aide extérieure en dehors des zones de ravitaillements prévues par l'organisation
• Respecter les bénévoles sans lesquels ces courses ne pourraient avoir lieu

Article 10 : Matériel obligatoire

Gobelet personnel (type éco-tasse) pour les ravitaillements OBLIGATOIRE.

Tout participant s'engage à être équipé d'une tenue sportive adéquate à la pratique de la course à pied.
Il est conseillé de partir avec une réserve d'eau et des barres ou gels énergétiques.
Les bâtons sont autorisés sur le 27 et 50 km.

Pour le Marathon du Guéry 50km : semi-autosuffisance avec obligatoirement :
• Réserve d'eau de 0,75 litre minimum
• couverture de survie
• sifflet
• prévoir une veste en cas de mauvais temps

Article 11 : Parcours, horaires et ravitaillements

Pour une démarche éco-responsable il n'y aura pas de gobelets sur les tables de ravitaillements.

« **Le Puy d'Ebert**» **Trail de 15 km départ 10 heures** place de la Fontaine à Rochefort montagne, deux ravitaillements seront mis en place : un à Montcheneix (10ème kms) et un à l'arrivée.

« **La Malvialle** » **Trail de 27 km départ 9 heures 30** place de la Fontaine à Rochefort montagne, trois ravitaillements seront mis en place (ravitaillements à Douharesse (12ème kms, Montcheneix (23ème kms) et un à l'arrivée)

"**Le Marathon du Guéry**" **Trail de 50 km départ 7 heures** place de la fontaine à Rochefort Montagne six ravitaillements seront mis en place (au Col de Guéry 1 (12ème kms), col du Guéry 2 (24ème kms), Lac Servières (30ème kms), Orcival (36ème kms), Montcheneix (42ème kms) et à l'arrivée)

"**Le Marathon du Guéry Relais à 2**" **Trail de 50 km départ 7 heures** place de la fontaine à Rochefort Montagne six ravitaillements seront mis en place (au Col du Guéry 1 (12ème kms), Col du Guéry 2 (24ème kms), Lac Servières (30ème kms), Orcival (36ème kms), Montcheneix (42ème kms) et à l'arrivée)

À tout moment, l'organisation se réserve le droit de modifier les parcours ou les horaires voir même d'annuler l'épreuve sans aucun remboursement, pour tout motif qui mettrait la vie des concurrents en danger ou tout cas de force majeure.

Article 12 : Marathon du Guéry Relais à 2

Voici la nouveauté pour les 10 ans : Le Marathon du Guéry en relais à 2.

Le relais peut être composé de 2 femmes, 2 hommes ou 1 femme et 1 homme.

Le tarif du relais s'élève à 40€.

Le premier relais effectue environ 24km, de la zone de départ jusqu'au ravitaillement du Guéry ou l'attendra son binôme, qui lui partira pour la seconde partie du Marathon du Guéry jusqu'à l'arrivée pour environ 26km.

Le dossard doit être visible tout au long du parcours pour permettre a l'organisation et aux bénévoles de voir s'il s'agit bien d'un concurrent de l'évènement. Chaque personne du relais aura un dossard avec une couleur différente des autres courses avec le même numéro de dossard mais avec le rajout du numéro 1 pour le 1er relais et du numéro 2 pour le deuxième relais.

Des membres de l'organisation seront présent sur la zone relais pour assurer le bon fonctionnement du passage de relais. Tout membre de l'organisation présent dans la zone, pourra arrêter un relais si ce dernier n'est pas dans la limite du temps des barrières

horaires et si il ne respecte pas le règlement de la course. Si tricherie ou autre le binôme pourra être sanctionner d'une disqualification.

Le départ est à 7h00 en même temps que les solos et les ravitaillements sont les mêmes que le Marathon du Guéry ainsi que les barrières horaires.

Aucune navette ne sera mise en place pour acheminer les coureurs sur la zone de relais au Lac du Guéry. Le binôme doit s'organiser en amont de la course afin d'être en place à temps pour prendre son relais.

Pour faire simple il suffit que le relais 2 monte en voiture jusqu'au Parking du Lac de Guéry puis qu'il attende l'arrivée du relais 1, qui lui reviendra avec le véhicule sur la zone d'arrivée. Par contre n'oubliez pas de donner les clés du véhicule a votre binôme sinon vous serez bien embêté. Le covoiturage est conseillé pour limiter le nombre de véhicules sur la zone du Guéry.

Vous pouvez vous garer sur le parking du Lac de Guéry. Les véhicules doivent être garés correctement et ne pas empêcher la circulation.

Pour plus de spectacle et pour être félicité par les nombreux spectateurs, le relais peut finir les 200 derniers mètres et franchir la ligne d'arrivée main dans la main.

Article 13 : Barrières horaires

Deux barrières horaires sur le Marathon du Guéry 50km et le Marathon du Guéry Relais à 2 sont établies :

• au km 24 (ravitaillement du Guéry) afin de stopper les coureurs qui ne seraient pas dans les temps impartis fixés par l'organisation. L'horaire de passage limite est fixé à 12h00 soit 5h00 après le départ.
• au km 42 (ravitaillement de Montcheneix) l'horaire de passage limite est fixé à 15h00 soit 8h00 après le départ.

Cette année vous aurez la chance pour le Marathon du Guéry et le Marathon du Guéry Relais à 2 de gravir la Banne d'Ordanche en aller-retour. Il sera positionné au sommet des escaliers un passage obligatoire avec un système de chronométrage et de bip grâce à la puce de votre dossard. Toute personne ne franchissant pas le système mis en place par notre chronométreur ERUN 63, sera disqualifiée par l'organisation et n'apparaitra pas dans les classements.

Article 14 : Récompenses

1 t-shirt technique sera offert aux 400 premiers inscrits, toutes courses confondues.

Podiums scratchs 3 premières Femme et 3 premiers Hommes pour toutes les courses.
Podiums pour le 1er relais Femme, 1er relais Homme et 1er relais Mixte sur le Marathon du Guéry Relais à 2.

Récompenses pour les 1 er/1ère de chaque catégories (CA - JU - ES - SE - M0/M1 - M2/M3 - M4/M5 - M6/M7 - M8/M9) remis en main propre par l'organisation à la fin des courses.

Pour recevoir son lot podium ou sa récompense, le ou la participant(e) devra être présent(e) impérativement lors de la cérémonie des récompenses car aucun lot ne sera remis ou envoyé ultérieurement ou même donné à une connaissance.

Article 15 : Acceptation complète du règlement

Le fait de s'engager et de participer à cette épreuve implique pour les coureurs, la connaissance et l'acceptation sans restriction ni réserve du présent règlement affiché au droit de la remise des dossards et disponible sur le site internet de la course.

PARTIE 2: Courses enfants

RÈGLEMENT LES PETITES FOULÉES

Les Petites Foulées, courses pour enfants âgés de 6 à 11 ans sans classement ni chronométrage comprenant 2 parcours ludiques :

- De 9 à 11 ans (nés en 2014 – 2013 - 2012) : 1 200 m environ
- De 6 à 8 ans (nés en 2017 - 2016 – 2015) : 600 m environ

COURSES GRATUITES AVEC RÉCOMPENSES À L'ARRIVÉE (Médaille, bonbons…)

Les départs sont fixés le dimanche 21 juillet 2024 de 10h15 à 10h30 de la salle polyvalente du Marchedial. Les parcours se dérouleront autour des stades municipaux, du gymnase et de la salle polyvalente en toute sécurité. Un balisage sera mis en place pour faciliter le déroulement de la course.

Inscriptions en ligne sur le site internet de **ERUN 63** ou via notre site internet a partir du 1er Mars 2024. Inscription possible sur place le jour J.

Cette animation ne nécessite pas de certificat médical mais reste soumise à une autorisation parentale (bulletin mis à disposition sur internet et sur place le jour de la course).

PARTIE 3: VTT

REGLEMENT DE LA RANDONNEE VTT
« LA SERVIERES » 4EME EDITION

Article 1 : Organisateur

L'association « LES FOULÉES DES 2 ROCHES » organise le Dimanche 21 Juillet 2024, une randonnée VTT avec un parcours. Il s'agit d'une randonnée VTT à but sportif et ludique, non chronométrée et sur sentiers balisés, ouverte à tous, hommes ou femmes, licenciés ou non. Cette manifestation est une randonnée. Elle sera réalisée individuellement ou en groupe, à allure libre.
Aucun accompagnateur motorisé ne sera admis sur le parcours.
Convivialité, respect des autres et entraide, respect de la nature et bon esprit sont les qualités que nous souhaitons mettre en œuvre et voir appliquées par l'ensemble des participants.

Article 2 : Présentation

Un parcours VTT est proposé aux participants :
• **LA SERVIERES +/- 45 kms** : **dénivelé positif de 1100 m**, le parcours pour les VTTistes avertis, nécessitant bonne condition physique et une bonne maitrise du VTT, pour un maximum de plaisir et de découverte.
L'ensemble du parcours proposé est situé sur les communes de ROCHEFORT-MONTAGNE, ORCIVAL, PERPEZAT...

Article 3 : Horaires et lieux

Départ et arrivée au Stade Municipale de Rochefort-Montagne, aire de stationnement sur place ainsi qu'une aire de lavage pour vélo.
Inscription et Retrait des plaques : Dimanche 21 juillet à partir de 7h00 jusqu'à 8h20.
Départ de « La Servieres » à 8h30.

Article 4 : Conditions d’admission

L’inscription à la randonnée VTT implique la connaissance et l’acceptation du présent règlement : Les participants doivent rouler dans le cadre d’une gestion rationnelle de leur possibilité et/ou de leur forme physique.
La randonnée VTT se déroule sur des sentiers, des pistes forestières et des parties de route. L'engagement du participant est fait sous son entière responsabilité. Son état de santé lui permet de participer à la randonnée et décharge les organisateurs de toute responsabilité.
Une autorisation parentale signée et datée est obligatoire pour les mineurs qui devront être accompagnés s'ils ont moins de 18 ans. L'âge minimum de participation est fixé à 16 ans.
La port du casque est obligatoire. Le port de gants et lunettes de protection est vivement conseillé.
Une autonomie minimale en eau est recommandée (1 ravitaillement sur le parcours 45 kms). Ravitaillement sur l'aire d'arrivée. Le VTT devra être en bon état de fonctionnement et pourvu du nécessaire de réparation (crevaison) et d'une pompe ou équivalent.
La participation à l’épreuve se fait sous l’entière responsabilité des participants avec renonciation à tous recours contre les organisateurs en cas de dommages et séquelles durant et après la randonnée (défaillance physique...)

L'Association des FOULÉES DES 2 ROCHES , organisatrice de la manifestation, se réserve le droit d'annuler sans préavis. En cas de trop mauvaises conditions météorologiques le jour de la randonnée, les organisateurs se réservent le droit d'annuler l'épreuve, de proposer un parcours de repli ou d'en réduire certaines portions particulièrement exposées.
La randonnée empruntant ponctuellement des chemins et terrains privés, il est fortement déconseillé, voire pour certains, interdit, de les emprunter durant le reste de l’année.
Tout engagement est personnel, ferme et définitif. Il ne pourra pas faire l'objet d'un remboursement pour quelque motif que ce soit. Aucun transfert d'inscription n'est autorisé pour quelque motif que ce soit. Toute personne rétrocédant sa plaque à une tierce personne, sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant la manifestation. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation.

Article 5 : Inscription et tarif

Vous pourrez vous inscrire directement sur le site de ERUN 63 ou en suivant le lien sur notre site internet. Inscriptions sur place le jour du départ à partir de 7h00 a la salle des fêtes de ROCHEFORT- MONTAGNE. Afin de gagner du temps lors de l'inscription, le bulletin d'inscription pourra être au préalable téléchargé sur le site internet des Foulées des 2 Roches (http://www.foulees-des-2-roches.fr). Des bulletins d'inscription seront disponibles sur place le jour de la randonnée.
Le tarif de participation fixé par les organisateurs est le suivant:
• **Tarif 45km : 12 euros**

Article 6 : Plaque

Chaque plaque est remise individuellement à chaque participant. La plaque doit être portée sur le cintre du vélo et doit être visible en permanence et en totalité pendant toute la randonnée. Cette plaque pourra être conservée par chaque randonneur en souvenir.

Article 7 : Ravitaillement

Des ravitaillements seront présents à l'arrivée, au point kilométrique 16 et 25 sur le parcours du 45 kms. Ils seront composés d'eau, de fruits, et divers en-cas.
Chaque vététiste doit veiller à disposer, au départ de chaque zone de ravitaillement, de la quantité d'eau et d'aliments qui lui est nécessaire pour rallier le point de ravitaillement suivant.

Article 8 : Assurance

Les organisateurs sont couverts par une police d'assurance responsabilité civile (Assurance MAAF). Les frais de secours ou d'assistance en cas d'accident, autres que ceux imposés pour l'organisation de la manifestation ou qui ne seraient pas liés à une carence ou une faute engageant les responsabilités de l'organisation restent à la charge des participants en cas de facturation de ces frais par les services de secours.
Les licenciés FFCT bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement. Chaque participant doit être en possession d'une assurance individuelle accident.*

Article 9 : Vol, perte ou détérioration du matériel

L'organisation décline toute responsabilité en cas de perte, de vol ou de détérioration du matériel ou de l'équipement individuel lors de la manifestation.

Article 10 : Sécurité

Le port du casque est obligatoire.
Une gourde ou un sac à eau est vivement recommandé pour chaque participant.
Toute forme d'accompagnement avec des personnes non inscrites est formellement interdite sur la totalité du parcours.
Le participant s'engage à n'emprunter que le parcours balisé. Toutes les routes empruntées restent ouvertes à la circulation. Les participants sont tenus de respecter en tous points les prescriptions du code de la route, des arrêtés préfectoraux, départementaux ou municipaux réglementant la circulation et d'obéir aux injonctions que les services de sécurité (bénévoles), de police ou de gendarmerie pourraient leur donner,

dans l’intérêt de la sécurité et de la circulation. Sur les parties de parcours empruntant la voie publique, les participants ne seront en aucun cas prioritaires sur un véhicule.
La sécurité sera assurée par des signaleurs et des panneaux d'avertissement placés tout au long du parcours en des endroits stratégiques.
Tout participant se doit d'apporter assistance aux autres participants la nécessitant et se doit de signaler un autre participant en difficulté au poste le plus proche. Un numéro de téléphone d'appel d'urgence et de l'organisation est remis à chaque participant. Les parcours seront ouverts et fermés par des Vttistes de l'organisation.

Article 10 : Droit à l’image

Les participants autorisent expressément l'organisation de « LES FOULÉES DES 2 ROCHES », ainsi que leurs ayants droit tels que les partenaires et médias, à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles ils pourraient apparaître, prises à l'occasion de leur participation à la manifestation, sur tous les supports y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires.

Article 11 : Partenaires et sponsors

La liste officielle des partenaires sera communiquée à l’occasion du retrait des plaques. L’acceptation du présent règlement implique que chaque participant s’engage en toutes circonstances à avoir une attitude positive vis-à-vis de l’ensemble des partenaires.

Article 12 : Abandon

En cas d'abandon, le participant doit obligatoirement prévenir les organisateurs soit à un ravitaillement, soit à un poste de sécurité, soit à un bénévole le plus proche ou soit à l'arrivée.
L'organisation décline toute responsabilité si ce signalement n'a pas été effectué.
Le paiement de l’inscription vaut acceptation pleine et entière de l’ensemble des articles du présent règlement.