



Règlement MERIBEL TRAIL

1. Organisation :

Méribel Sport Montagne organise en partenariat avec Méribel Tourisme, le dimanche 12 août 2018, MERIBEL TRAIL constitué de 5 parcours : de 45 Km, de 23km, de 10Km, de 5km et de 2,5km.

Les départs et les arrivées ont lieu au Hameau Méribel-Mottaret. Cf : www.meribel-sport-montagne.com

2. Les épreuves :

Les 5 parcours (45Km, 23Km, 10Km, 5km et 2,5km) sont des épreuves de pleine nature, empruntant les sentiers de Méribel, dont une partie dans la **Réserve Naturelle de Tueda**.

- Le Méribel trail: 45km, 3750m de dénivelé positif avec un départ à 6h
- Le 23km, 1700m de dénivelé positif avec un départ à 9h.
- Le 10km, 650m de dénivelé positif avec un départ à 10h.
- Le 5km avec un départ à 10h15(2x la boucle du parcours Découverte).
- Le parcours Découverte : 2,5km avec un départ à 10h15.

3. Les barrières horaires :

Les épreuves se déroulent en une seule étape, à une allure libre, en un temps limité de :

- Pour le Méribel Trail (45Km) le temps limite de course sera de 11h, nous mettrons en place une barrière horaire au KM31 (ravitaillement des Allues) qui arrêtera les coureurs à ce poste au-delà de 9h de course.
- 5h pour le 23km avec 1700m D+.
- 3h30 pour un 10KM avec un dénivelé de 600m D+.

Il n'y a pas de temps limité pour le parcours Découverte (2,5km) et le 5km. Les parcours sont balisés par une signalétique spécifique : marquage au sol, rubalise et panneaux.

4. Les conditions d'admission

Pour participer, il est indispensable :

- d'être en pleine conscience de la longueur et de la spécificité de l'épreuve et d'être parfaitement préparé pour cela.
- d'avoir acquis, préalablement à la course, une réelle capacité d'autonomie personnelle permettant de gérer les problèmes induits par ce type d'épreuve, et notamment :

→ Savoir affronter sans aide extérieure des conditions climatiques pouvant être très difficiles du fait de l'altitude (vent, froid, pluie ou neige).

→ Savoir gérer les problèmes physiques ou mentaux découlant d'une grande fatigue, les problèmes digestifs, les douleurs musculaires ou articulaires, les petites blessures...

→ D'être pleinement conscient que le rôle de l'organisation n'est pas d'aider un coureur à gérer ces problèmes.

→ D'être pleinement conscient que pour une telle activité de pleine nature la sécurité dépend de la capacité du coureur à s'adapter aux problèmes rencontrés ou prévisibles.

5 : L'accessibilité

Conformément aux articles L231-3 du code du sport, et L 3622-2 du code de la santé publique, les inscriptions ne seront enregistrées que sur la présentation d'une licence F.F.A :

→ Athlé compétition, Athlé entreprise, Athlé running ou pass'running et depuis la circulaire n°45, datant du 19/11/08, les licences de la F.F.Triathlon, FF de course d'orientation, ou de la FF de pentathlon sont admises dans les mêmes conditions) en cours de validité.

→ Les autres participants doivent fournir un certificat ou sa photocopie de « non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition » datant de moins d'un an.

En l'absence de l'un ou l'autre de ces documents, les concurrents ne seront pas autorisés à prendre le départ.

5.1 Les Parcours et catégories :

- Le Méribel Trail (45KM) est ouvert à toutes personnes hommes ou femmes nées avant 1999 licenciées ou non, **qualificatif pour les courses UTMB**
Points ITRA : 3 points endurance et 10 points montagne
- Le 23KM est ouvert à toutes personnes, hommes ou femmes nées en 1999 et avant, licenciées ou non
Points ITRA : 2 points endurance et 9 points montagne
- Le 10km est ouvert à toutes personnes, hommes ou femmes, nées en 2001 et avant, licenciées ou non.
- Le 5km est ouvert aux concurrents nés en 2004 et avant (catégorie Minime jusqu'à Vétérans).
- Le parcours Découverte (2,5km) est ouvert aux concurrents nés entre 2007 (10 ans) et 2000 (17 ans) soit des catégories de poussin à cadets.

6. Les inscriptions

Les inscriptions sont ouvertes.

Le nombre de concurrents est limité à :

- 200 pour le parcours Découverte (2,5km) + le 5km
- 500 pour le 10km
- 500 pour le 23km
- 500 pour le Méribel Trail (45km)

6.1 Les moyens d'inscription

→ En ligne à partir du site internet à partir d'une plate-forme bancaire sécurisée. Les inscriptions en ligne seront closes au plus tard le 9 août 2017 à 23h59 (sous réserve de places disponibles).

→ Sur place ;

Le samedi 11 août de 8h00 à 9h30 sur les lieux de départ du Kilomètre Vertical devant l'office du tourisme du Mottaret .

Le samedi 11 août de 14h00 à 18h00 sur les lieux du repas du Kilomètre Vertical et de départ Méribel Trail à Méribel Mottaret le Hameau.

Le dimanche 12 août de 5h00 à 9h30 sur les lieux de départ du Méribel Trail à Méribel Mottaret le Hameau.

Les inscriptions sur place sont uniquement possibles pour la 2,5km, 5km et 10 km, 23km et 45 kms le samedi 11 et uniquement pour le 2,5km,5km,10km et 23km le dimanche 12. (présentation certificat médical ou licence agréée) sous réserve de place disponibles.

La liste des inscrits sera consultable sur le site internet de la course :

La signature parentale pour les mineurs est obligatoire pour leur participation à la course du 2,5km, 5km et 10km.

6.2 Les tarifs

Le montant de l'inscription est fixé à :

- **Méribel trail 45km : 38€ jusqu'au 30 mai 2018 puis 43€**
- **Le 23km : 19€ jusqu'au 30 mai 2018 puis 24€**
- **Le 10km : 10€ jusqu'au 30 mai 2018 puis 15€**
- **Les 2,5km et 5km : 7€**

7. Les modifications d'inscription

→ Toute annulation d'inscription doit être faite par courrier avec un certificat médical joint. **Aucun désistement n'est enregistré par mail, téléphone ou fax.**

L'annulation devra être faite avant le jeudi 9 Août 2018.

Le montant du remboursement sera de 50% du prix payé.

Aucun remboursement ne sera effectué avant le 20 Août.

Aucun échange de dossard n'est possible (course ou coureur).

8. L'annulation de la course

En cas de force majeure, d'événement climatique, de catastrophe naturelle ou toute autre circonstance mettant en danger la sécurité des concurrents, l'organisation se réserve le droit de modifier le circuit ou d'annuler l'épreuve sans que les concurrents puissent prétendre à un quelconque remboursement.

9. La Remise des dossards

Les dossards seront distribués :

Le samedi 11 août de 8h00 à 9h30 sur les lieux de départ du Kilomètre Vertical devant l'office du tourisme du Mottaret .

Le samedi 11 août de 14h00 à 18h00 sur les lieux du repas du Kilomètre Vertical et de départ Méribel Trail à Méribel Mottaret le Hameau.

Le dimanche 12 août de 5h00 à 9h30 sur les lieux du départ du Méribel Trail à Méribel Mottaret le Hameau.

Chaque dossard est remis individuellement à chaque coureur.

Le dossard doit être porté sur la poitrine ou le ventre et doit être visible en permanence et en totalité pendant toute la course. 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.

10. L'équipement

→ Attention, il peut faire froid en altitude. Pour le 45 et 23 km :

- réserve alimentaire **obligatoire**
- un gobelet **obligatoire**
- un sifflet **obligatoire**
- réserve d'eau 500mL minimum **obligatoire**
- téléphone portable **obligatoire** avec le numéro du PC course préenregistré
- un vêtement de protection (coupe-vent) **obligatoire**
- couverture de survie **obligatoire**

Pour les autres distances pas de matériel spécifique obligatoire hormis un gobelet obligatoire pour le 10 km et le téléphone portable fortement conseillé également pour le 10 km.

11. Les circuits

11.1 Le Balisage

Les organisateurs mettront en place les indications nécessaires pour permettre aux concurrents de suivre correctement les parcours : flèches directionnelles, peinture temporaire, rubalise.

11.2 Le Chronométrage

Il sera assuré par une société spécialisée dans ce domaine affiliée FFA.

11.3 Contrôle et ravitaillement

20 points de contrôles sont établis par l'organisation afin d'assurer la régularité et la sécurité de l'épreuve.

Concernant les ravitaillements sur les parcours :

Pas de ravitaillement pour le parcours découvert (2,5 km) et le 5km.

1 ravitaillement pour le 10km

2 ravitaillements pour le 23km

4 ravitaillements pour le Méribel Trail (45km)

Seuls les coureurs porteurs d'un dossard visible et dûment contrôlés ont accès aux postes de ravitaillement.

Ceux-ci sont approvisionnés en boisson et nourriture à consommer sur place. Le coureur doit veiller à disposer, au départ de chaque poste de ravitaillement, de la quantité d'eau et d'aliments qui lui sont nécessaire pour finir le parcours.

Le tableau des coordonnées techniques de la course identifiera la liste précise des points de ravitaillement et postes de secours.

Respectons l'environnement, pensez à jeter vos emballages dans les poubelles mises à disposition sur les ravitaillements et le point d'arrivée.

A l'arrivée, un repas chaud consistant sera servi aux concurrents.

11.4 Abandon

Sauf blessure, un coureur ne doit pas abandonner ailleurs que sur un point de contrôle.

Le concurrent doit obligatoirement prévenir le responsable du poste de ravitaillement ou de contrôle le plus proche et lui remettre le dossard.

11.5 Sécurité et assistance médicale

Des postes de secours sont implantés en divers points des parcours. Ces postes sont en liaison radio ou téléphonique avec le PC de la course. Une équipe médicale de régulation est présente pendant toute la durée des épreuves au PC course de Méribel Mottaret.

Les postes de secours sont destinés à porter assistance à toute personne en danger avec les moyens propres à l'organisation ou conventionnés.

Il appartient à un coureur en difficulté ou sérieusement blessé de faire appel aux secours :

- en se présentant à un poste de secours
- en appelant le PC course ou les pompiers directement (112)
- en demandant à un autre coureur de prévenir les secours

Il appartient à chaque coureur de porter assistance à toute personne en danger et de prévenir les secours.

N'oubliez pas que des aléas de toutes sortes, liés à l'environnement et à la course, peuvent vous faire attendre les secours plus longtemps que prévu. Votre sécurité dépendra alors de la qualité de ce que vous avez mis dans votre sac.

Un coureur faisant appel à un médecin ou un secouriste se soumet de fait à son autorité et s'engage à accepter ses décisions.

Les secouristes et médecins officiels sont en particulier habilités :

- à mettre hors course (en invalidant le dossard) tout concurrent inapte à continuer l'épreuve
- à faire évacuer par tout moyen à leur convenance les coureurs qu'ils jugeront en danger

En cas d'impossibilité de joindre le PC course, vous pouvez appeler directement les organismes de secours au 112.

Une infirmerie sera ouverte à Méribel Mottaret pendant toute la durée des épreuves. Les coureurs ayant un problème médical sévère pourront s'y adresser.

12. L'après course

12.1 : Les sanitaires

Ils seront situés sur le lieu de la course.

Des douches sont disponibles au Parc Olympique de Méribel.

12.2 : Les récompenses :

Aucune prime d'argent n'est attribuée.

Pour tous les participants, un lot d'inscription sera remis ainsi qu'un ticket pour le repas

La remise des prix se fera à partir de 14h30 sur l'aire d'arrivée.

Pour le classement individuel, le premier des catégories (juniors, espoirs, vétérans) hommes et femmes seront récompensés ainsi que les 3 premiers au scratch.

Les lauréats ne seront récompensés qu'une seule fois.

Pour le 5km et le parcours découverte (2,5km), seuls les 3 premiers hommes et femmes seront récompensés.

12.3 Le droit à l'image

« J'autorise expressément les organisateurs du « Méribel Trail », ainsi que leurs ayants 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 Méribel Trail, sur tous supports y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires, dans le monde entier et 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 »

13 .Disqualification

Le non-respect des règles ci-dessous entraînera une disqualification du concurrent :

- Triche : aide extérieure de toute nature (partage de dossard, utilisation de moyen de transport).
- Non-respect du parcours (coupe représentant un raccourci important).
- Absence de passage à un point de contrôle.
- Jet de détritrus (acte volontaire) par un concurrent.
- Mise en danger de sa propre sécurité, celle d'autrui ou de non-assistance à un concurrent.
- Non-respect des personnes (organisateur et coureurs).
- Refus d'obtempérer à un ordre de la course, chef de poste, médecin ou secouriste.

14. L'acceptation du règlement et la charte de la course

La participation aux courses entraîne l'acceptation sans réserve du présent règlement
Des poubelles de tri sont disposées en grand nombre sur chaque poste de ravitaillement et doivent impérativement être utilisées.

Il est impératif de suivre les chemins tels qu'ils sont balisés, sans couper et ne pas jeter vos détritrus. En effet, couper un sentier provoque une érosion dommageable du site. Respectons l'environnement.

15. Assurance :

Responsabilité civile :

L'organisateur souscrit une assurance responsabilité civile pour la durée de l'épreuve. Cette assurance responsabilité civile garantie les conséquences pécuniaires de sa responsabilité, de celle de ses préposés et des participants.

Individuelle accident : Chaque concurrent doit être en possession d'une assurance individuelle accident couvrant d'éventuels frais de recherche et d'évacuation. Une telle assurance peut être souscrite auprès de tout organisme au choix du concurrent, et notamment auprès de la Fédération Française d'Athlétisme via la souscription d'une licence.