

REGLEMENT 2018 TRAIL DE L'ESTUAIRE DE LA DIVES

1. LES EPREUVES

Le trail des 100 marches est une épreuve de 15 km avec un dénivelé positif de 230 m. Elle est ouverte aux coureurs licenciés ou non à partir de la catégorie Junior (2000 et avant). Le départ est fixé à 10h15 le dimanche 15 avril 2018 sur la plage de Cabourg face à Thalazur. Elle empruntera en grande partie les chemins de randonnée, du sable, des marches et traversera 3 communes. L'arrivée se fera à Houlgate devant le Casino.

Inscription en individuel ou Challenge Entreprise, équipe de 5 coureurs à partir de la catégorie Junior dont une femme et un Master (1978 et avant), membres d'un Comité d'Entreprise ou d'une collectivité.

Le trail de la Corniche est une épreuve de 33 km avec un dénivelé positif de 640 m. Elle est ouverte aux coureurs licenciés ou non à partir de la catégorie Espoir (1998 et avant). Le départ est fixé à 9h50 le dimanche 15 avril 2018 sur la plage de Cabourg face à Thalazur. Elle empruntera en grande partie les chemins de randonnée, du sable, des marches et traversera 7 communes. L'arrivée se fera à Houlgate devant le Casino.

Inscription en individuel ou Challenge Entreprise, équipe de 5 coureurs à partir de la catégorie Espoir dont une femme et un Master (1978 et avant), membres d'un Comité d'Entreprise ou d'une collectivité.

Départ des 2 courses : Plage de Cabourg face à Thalazur

Arrivée des 2 courses : Houlgate devant le Casino.

Un feu d'artifice sera tiré à 9h45 avant le départ des courses.

2. CONDITIONS GENERALES

Les épreuves sont ouvertes à toute personne majeure, licenciée ou non.

Sont acceptés, les titulaires d'une licence Athlé délivrée par la FFA, licence compétition FFCO, FFPM, UFOLEP, FF Tri, ou les participants munis d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'athlétisme en compétition, datant de moins de 1 an, le jour de l'épreuve, à joindre à l'inscription.

Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur assurance, les autres participants doivent s'assurer personnellement.

Les organisateurs sont couverts par une assurance responsabilité civile (MAIF).

Tous les concurrents s'engagent à respecter le présent règlement par le seul fait de leur inscription. Les organisateurs déclinent toute responsabilité pour tout incident ou accident pouvant survenir avant, pendant ou après l'épreuve et découlant du non respect du règlement.

3. INSCRIPTIONS

Droits d'inscription :

Trail des 100 marches (15 km) : 11 €

Trail de la Corniche (33 km) : 15 €

Les inscriptions s'effectuent sur le site Klikego jusqu'au 11/04/2018minuit pour les 2 courses.

Possibilité d'inscription par courrier en envoyant le « bulletin d'inscription » rempli et signé, accompagné d'une photocopie de la licence 2017/2018 ou du certificat médical de non contre indication de la pratique de la course à pied en compétition de moins de 1 an le jour de l'épreuve et d'un chèque à l'ordre de l'EDAC. L'ensemble est à adresser à « Conseil Eco-construction, EDAC Trail, avenue des résistants, 14160 DIVES SUR MER ».

Possibilité d'inscription le samedi 14 avril 2018 de 14h à 18h à Thalazur de Cabourg avec une majoration de 2 €. **Aucune inscription le jour de la course.**

Les inscriptions seront validées après vérification des documents fournis. Tout dossier incomplet ne sera pas validé.

4. RETRAIT DES DOSSARDS

Une pièce d'identité sera demandée pour le retrait des dossards. Il s'effectuera pour les 2 courses le samedi 14 avril 2018 de 14h à 18h dans un salon à Thalazur de Cabourg avec un cocktail de bienvenue, 44 avenue Charles de Gaulle (stands de nos partenaires et animation de drones) ou le jour de la course de 7h30 à 9h30 sur le parking de Cap Cabourg. Pas d'inscription le jour de la course.

5. ANIMATIONS

Samedi : Lors du retrait des dossards à Thalazur de Cabourg, cocktail, visite de la thalasso, stands de nos partenaires UGLOW, DIELEN Laboratoire, AKAL FOOD, démonstration et initiation au pilotage de drones à partir de 7 ans.

Dimanche : Départ pyrotechnique à 9h45 face à Thalazur de Cabourg.

Ravitaillement surprise.

Village-expo à l'arrivée sur la promenade Rolland Garros près du Casino de Houlgate, présence de nos partenaires, animation et initiation au pilotage de drones à partir de 7 ans.

Présence de l'école de kinésithérapeutes de Rouen pour un massage d'après course.

6. PARKING – NAVETTES

Le jour de la course, possibilité de stationnement parking Cap Cabourg au niveau du retrait des dossards.

Navettes gratuites après la course au départ de Houlgate vers Cap Cabourg.

7. EQUIPEMENT OBLIGATOIRE

Sur les 2 parcours, brassard réfléchissant de sécurité.

Pour le 33 km, 1 couverture de survie, 1 téléphone portable, 1 réserve d'eau, 1 éco-gobelet, 1 sifflet.

8. RAVITAILLEMENTS

Le principe des épreuves est l'autosuffisance alimentaire, néanmoins, des postes approvisionnent les participants en boissons et nourriture de type « marathon ». Entre ces points de ravitaillement, les participants sont en autonomie complète et doivent utiliser leur boisson et réserve alimentaire.

Un ravitaillement sur le trail des 100 marches au km9.

Deux ravitaillements sur le trail de la Corniche aux km 9 et 20.

Un ravitaillement à l'arrivée pour les 2 courses.

9. CLASSEMENT

Classement scratch Homme et Femme sur les 2 courses, et les 3 premiers de chaque catégorie (J, E, S, M1, M2, M3, M4) Homme et Femme.

1^{ère} équipe du Challenge trail sur les 2 courses.

10 RECOMPENSES

Une médaille est remise à chaque arrivant.

La remise des prix aura lieu le jour même à l'issue des épreuves devant le Casino de Houlgate. Seuls les concurrents présents sur le podium peuvent prétendre aux récompenses.

Trail des 100 marches :

1^{er} prix en individuel : Forfait 1 soin d'hydrothérapie + accès à l'espace marin Thalazur (valable pour 2 personnes)

Challenge Entreprise, équipe gagnante : 5 entrées à l'espace marin Thalazur pour 1 personne

Trail de la Corniche :

1^{er} prix en individuel : 2 Forfaits Détente Thalazur (4 soins d'hydrothérapie dont un modelage + un accès à l'espace marin)

Challenge Entreprise, équipe gagnante : 5 séances de cryothérapie + accès à l'espace marin Thalazur

Tirage au sort :

Un tirage au sort avec de nombreux lots à gagner aura lieu suite à la remise des prix. Présence obligatoire pour la remise du lot.

1^{er} lot : **Escale Réveil Sportif en junior suite, en ½ pension pour 2 personnes à Thalazur, valeur 2000€**

11 ABANDON

Le comité d'organisation assure la fermeture des parcours derrière les derniers concurrents. En cas d'abandon, le concurrent doit prévenir impérativement le signaleur le plus proche, et devra lui remettre son dossard. Les frais de recherche sont à la charge du concurrent s'il quitte la course par ses propres moyens sans signaler l'abandon.

12. ASSISTANCE MEDICALE

Une équipe de secouristes sera présente durant toute la durée de l'épreuve. Elle est habilitée à mettre hors course tout concurrent inapte à continuer l'épreuve mettant en danger tant sa sécurité personnelle que la sécurité générale de l'épreuve. Un médecin assure la protection médicale sur l'ensemble des parcours.

13. REGLEMENTATION SUR ROUTE ET CHEMINS

Les trails de l'Estuaire de la Dives empruntent des parties bitumées pour relier les chemins, chaque concurrent s'engage à respecter le code de la route piéton, à faciliter la circulation automobile et à courir sur l'accotement pour assurer sa sécurité. Sauf avis contraire, il est recommandé de courir « côté droit » de la route.

Les concurrents s'engagent à respecter toutes les consignes qui sont fournies sur le parcours par les signaleurs.

Chaque traversée de passage à niveau sera sous l'autorité des signaleurs. Le non respect des consignes entraînera une disqualification immédiate du concurrent.

14. ENVIRONNEMENT ET RESPECT

Les concurrents s'engagent à respecter les sites traversés (espaces publics et privés). Il appartient à chaque concurrent de conserver les emballages et débris jusqu'au ravitaillement suivant où les déchets peuvent être déposés.

Les concurrents s'engagent à respecter la nature. Tout manquement manifeste et constaté à cette règle fera l'objet d'une mise hors course immédiate.

Les organisateurs se réservent le droit d'arrêter la course à tout moment en cas d'accident corporel grave ou multiple, ou d'intempéries exceptionnelles susceptibles de mettre en danger les participants. Les coureurs devront respecter les consignes de sécurité données par les signaleurs. Aucun remboursement d'engagement ne sera effectué.

L'acceptation de ce règlement vaut autorisation expresse pour les organisateurs du Trail de l'Estuaire de la Dives, ainsi que pour les ayants droits tels que les partenaires et médias, à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles le coureur pourrait apparaître, sur tous les supports et documents promotionnels (pour la durée la plus longue prévue par la loi, les règlements et traités en vigueur).