



TRAIL DU MASCARET 2013
Bulletin d'inscription individuel

NOM.....
 PRENOM.....
 DATE DE NAISSANCE.....
 ADRESSE

.....
 CLUB

AFFILIATION

N° de licence

E-Mail

Femme

Homme

TRAIL 32km 11€ TRAIL 15km 9 € Randonnée et marche nordique 15km 6€

Tout concurrent qui s'inscrit, reconnaît prendre connaissance du règlement et l'accepter en totalité sans aucune réserve. Joindre les documents demandés dans le règlement de la course.

DATE ET SIGNATURE :

INSCRIPTIONS ET REGLEMENTS A ADRESSER AVANT LE 2 JUILLET 2013 à :

Club Athlétique Cauchois
 Jean Vivet, 7 rue Abbé du Déroit, 76190 Allouville-Bellefosse

Règlement par chèque à l'ordre du Club Athlétique Cauchois

RENSEIGNEMENTS : www.cacauchos.com

Gilles Marelle
 8 la Mare Filleul 76190 Allouville-Bellefosse
 Tel 02 35 95 82 87 ou 06 23 74 38 99 e-mail traildumascaret@gmail.com
 Inscription sur place le jour de la course majorée de 3€ (sauf randonnée).
 Clôture des inscriptions à 8H30.

Retrait des dossards le jour de la course, place d'Armes à Caudebec-en-Caux à partir de 7H00 et jusqu'à 8h30.
 Départ sur les quais, en face de la Mairie à 9 h00
 Arrivée Place d'Armes de Caudebec-en-Caux

CA Cauchois - www.cacauchos.com



Caudebec en Caux (76)



Trail du Mascaret 2013

7 JUILLET

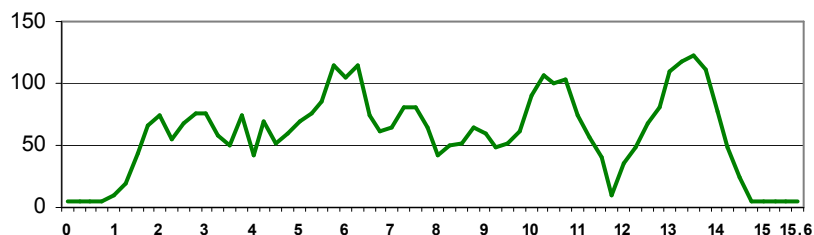
**Départ 9h - 32 km 960m D+ - 15km 430m D+
 15km rando et marche nordique**



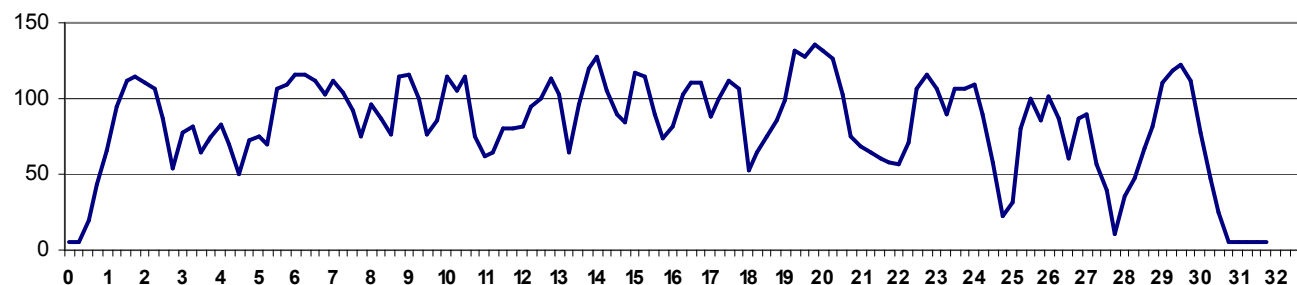
6ème étape du TRAIL TOUR 76
Challenge Trail Tour 76



TRAIL 15,6 KM - dénivelé positif 430 m



2013 TRAIL 32 KM - dénivelé positif 960 m



Règlement des épreuves

ART1 Organisation

Le club athlétique Cauchois organise la 11^{ème} édition du Trail du Mascaret le dimanche 7 juillet 2013. Les deux épreuves de Trail comptent pour la 6^{ème} étape du Challenge Tour 76 2013.

ART2 Epreuves sportives type « Trail », marche nordique et randonnée, ouvertes à tous, licenciés ou non

Trail 15,6 km : course en forêt accessible à tous y compris débutants, en une seule boucle, dénivelé positif de 430m, départ à 9h sur les quais à Caudebec en-Caux. Trail 32 km : course en forêt réservée aux coureurs confirmés, en une seule boucle, dénivelé positif de 960m. Départ sur les quais à 9 h à Caudebec en Caux. Une barrière horaire est mise en place à 16,5 km, fixée à 2 h de course. Les coureurs qui n'auront pas atteint ce pointage, seront rabattus sur un parcours de 23 km. Ils ne seront pas classés. Marche Nordique et Randonnée sans classement de 14 km en une seule boucle, départ à 9h15 sur les quais à Caudebec en-Caux. Lot à chaque arrivant. Les participants (coureurs et marcheurs) n'ayant pas franchi l'arrivée après 13h15 ne seront plus sous la responsabilité de l'organisation. Les enfants de moins de 14 ans peuvent participer gratuitement sous la responsabilité d'accompagnateurs adultes mais ne sont en aucun cas sous la responsabilité de l'organisation, ni susceptibles de bénéficier de récompenses.

ART 3 Certificats médicaux et âge minimum

Les coureurs licenciés FFA, FSGT ou autres, devront joindre leur numéro de licence saison 2012-2013 sur leurs bulletins d'inscription. Pour les non licenciés, un certificat médical de moins d'un an attestant de la non contre-indication à pratique de sport en compétition sera joint au bulletin d'inscription. La responsabilité des organisateurs étant directement engagée, aucune inscription ne sera enregistrée si la preuve n'est pas faite de l'existence du certificat médical (par sa présentation directe ou celle d'une licence). La randonnée et la marche nordique sans classement ne sont pas concernées. Limite d'âges : Course 15 km, catégorie cadets, 16 ans— Course 32 km, catégorie espoir, 20 ans.

ART4 Parcours, signalisation

Les circuits empruntent quelques portions de routes, chemins et sentiers tout terrain en grande partie en forêt domaniale et privée, balisés par rubanises et panneaux directionnels. Les concurrents devront respecter le code de la route et les consignes données par les signaleurs aux intersections de routes. Ils pourront faire office de pointeurs. L'organisation dégage toute responsabilité en cas de non respect.

ART 5 Dossards

Les dossards sont à retirer le jour de l'épreuve à partir de 7h jusqu'à 8h30. Le dossard devra toujours être visible tout au long de l'épreuve.

ART 6 Respect de la Nature

Chaque participant se doit de respecter l'environnement : pas de jets de déchets en dehors des ravitaillement, rester impérativement sur les sentiers balisés et ne pas dégrader la flore. Les personnes surprises à outrepasser ces règles seront mises hors course immédiatement.

ART 7 des ravitaillements en liquide et solide sont prévus

Sur le 15 km, au 7^{ème} km et à l'arrivée Sur le 32 km, au 11^{ème}, 22^{ème} km et à l'arrivée. Le parcours reste néanmoins physique, n'hésitez pas à prendre sur vous eau et solide en supplément.

ART 8 Accompagnateur

Aucun accompagnateur ni véhicule, y compris vélo non accrédité, ne sera autorisé sur les parcours.

ART 9 Sécurité.

La sécurité de la course est assurée par un médecin et 1 poste de secouristes Croix Rouge avec ambulance.

ART 10 Assurance Responsabilité civile

Conformément à la loi, les organisateurs ont souscrit une assurance couvrant les conséquences de leur responsabilité civile, celles de leurs préposés et de tous les participants au Trail du Mascaret. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

Les concurrents devront respecter le code de la route et se conformer aux règlements FFA en matière de course hors stade. L'organisateur se dégage de toute responsabilité en cas d'accident, de défaillance physique et physiologique immédiate ou future, ou technique, de perte, de vol d'objets ou de matériel. Les concurrents s'engagent également à n'exercer aucune poursuite envers les organisateurs pour tout incident ou accident pouvant résulter de leur participation à cette épreuve.

ART 11 Annulation

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

ART 12 Vestiaires

Des vestiaires non gardés avec sanitaires et douches seront à votre disposition dans l'enceinte du complexe sportif du stade de Football.

ART 13 Résultats et récompenses

Résultats à l'arrivée place d'Armes à 10h30 (Trail 15km) et 13h (Trail 32km). Classement scratch, premier de chaque catégorie hommes et femme (non cumulable) Résultats disponibles sur internet : www.cauchois.com. Lot aux 600 premiers inscrits.

ART 14 Droit à l'image

Les participants autorisent expressément les organisateurs ainsi que leurs ayants droit tels que partenaires et médias à utiliser sans contre partie financière les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles ils pourraient apparaître, prises à l'occasion de leur participation au Trail du Mascaret sur tous supports y compris les documents promotionnels et publicitaires.

ART 15 Aide aux concurrents

Vous devez assistance à toute personne en danger quelque soit votre intérêt au classement final. En cas de détresse alertez ou faite alerter l'organisation qui dispose de moyens d'intervention. Ne laissez pas un blessé seul ! Des points de secours numérotés sur le parcours permettent de localiser les interventions.

ART 16 Contrôles anti dopage

Des contrôles anti-dopage inopinés peuvent avoir lieu à l'initiative de la FFA sans que ce soit à l'initiative de l'organisation ou qu'elle puisse s'y opposer. Conformément à la législation tout participant désigné, licencié ou non, doit s'y soumettre, sous peine des sanctions prévues par la loi.

ART 17 Connaissance du règlement

Tout concurrent qui s'inscrit reconnaît prendre connaissance du règlement et l'accepter en totalité sans aucune réserve.

ART 18 Obligation de garder le sourire !!