

RÈGLEMENT DU TRAIL DES 6 COMMUNES.

ART. 1 : PARTICIPATION

Le C.O.H.M. organise 2 courses le dimanche 7 juillet 2019 ouvertes aux licenciés et non licenciés :

- Le trail des 6 communes (21km) et le mini trail des chamois (9 km) empruntant sentiers et chemins ..
- Une marche nordique sur le parcours du mini trail.

L'inscription implique l'acceptation pour chaque inscrit(e) du présent règlement.

- Chaque participant(e) devra prendre le départ de la course dans le meilleur état d'esprit.
- Il ou elle s'engage en s'inscrivant à l'épreuve, à respecter l'itinéraire et les directives imposées par les organisateurs : respect des chemins balisés, ne pas jeter papiers ou détritux dans la nature.
- Les bâtons télescopiques sont autorisés pour les deux trails.
-
- Chaque coureur du 21kms aura au minimum 1l de boisson ainsi que de la réserve alimentaire. Il est vivement conseillé d'avoir un téléphone portable, un sifflet ainsi qu'une couverture de survie pour raison de sécurité.
- Il est interdit de courir torse-nu sous peine d'exclusion.

- **Tout athlète COUREUR, dont l'horaire de passage au ravitaillement de Basse sur le Rupt (Planois) sera supérieur à 11 h30, sera stoppé.**
- **Aucun remboursement** des frais d'engagement ne sera effectué quel qu'en soit la cause.
- **La manifestation aura lieu quel que soit le temps sauf décision préfectorale contraire.**
- Il sera établi un classement pour chaque course.

Assurance :

- Les organisateurs sont couverts par une assurance responsabilité civile. Les athlètes licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Les non licenciés devront s'assurer personnellement.

Assistance médicale :

- Assurée par la Croix Rouge Française, une ambulance et un médecin.

Sécurité :

- Assurée par des signaleurs.
- Les coureurs devront veiller à leur propre sécurité et respecter les règles du code de la route sur les parties routières. Ils devront également respecter le code de l'environnement sur les chemins et sentiers

Ravitaillement :

- Au 10^{ème} kilomètre à Basse sur le Rupt et à l'arrivée

Dossards :

- Retraits des dossards au départ, au Col des Hayes à Saulxures sur Moselotte.
- Présentation d'une licence sportive en cours de validité pour les licenciés FFA et reconnu FFA : UFOLEP, UNSS.
- Pour les licenciés d'autres fédérations ou les non licenciés, fournir obligatoirement un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied y compris en compétition, datant de moins d'un an.

Droits d'inscription :

- T6C : 15€ pré-inscription, 20€ sur place.
- Mini-trail des Chamois : 10€ pré-inscription, 15€ sur place.
- Marche nordique : 6€ inscription uniquement sur place.
- Courses jeunes : gratuit.

Inscriptions :

- Sur www.le-sportif.com
- Sur www.couriraveclectohm.com
- Sur cohm.athle.com
- Par courrier avant le 5 juillet 2019 à :

Pierre MOUGEL

2 chemin du Tandenet

88290 THIEFOSSÉ

Tél : 03 29 61 75 59

Port : 06 70 41 00 35

Mél : narcisse.mougel@orange.fr

Programme :

- Ouverture du secrétariat au Col des Hayes : 7h30
- 9h30 : Trail des 6 communes
- 10h30 : Mini trail des chamois
- 10h35 : Marche nordique sur le parcours du mini-trail
- 11h30 : Courses jeunes (1 boucle ou 2 de 900m selon les catégories)
- 13h00 : Remise des prix.

Droit à l'image :

Chaque participant(e) autorise l'organisation à utiliser pour ses supports de communication toute photo prise durant la manifestation à des fins exclusives de promotion de ses activités et à des fins non commerciales. Ce droit est effectué à titre gratuit.

AVIS IMPORTANT

- Ne pas jeter de débris, bouteilles ou autres déchets pendant la manifestation.
- Des poubelles seront présentes sur place et au point de ravitaillement.
- Dans un bon état d'esprit, merci de respecter les passants et autres personnes présentes sur le parcours.

Pour tout renseignement ou toute question merci de contacter le Responsable :

Christian POIROT

Portable : 06 49 07 68 39

Mail : poirot.kiki@orange.fr