



# RÈGLEMENT

## APÉRO TRAIL D'ESPALION

14/09/2024



### **ARTICLE 1 : ORGANISATION**

L'Apéro Trail d'Espalion est une épreuve sportive et conviviale organisée pour la deuxième année consécutive par l'association Espalion Apéro Trail (EAT).

Cette manifestation est inscrite au calendrier des Courses Hors Stade de l'Aveyron. Elle est donc soumise au règlement de la Commission Nationale des Courses Hors Stade.

La participation à l'Apéro Trail d'Espalion 2024 implique l'acceptation expresse par chaque concurrent de ce présent règlement figurant, comme toutes les informations relatives à cette épreuve (Carte et profil du parcours, partenaires, soirée...), sur le site de notre association : [www.espalionaperotrail.fr](http://www.espalionaperotrail.fr)

### **ARTICLE 2 : CADRE DE L'ÉPREUVE**

L'Apéro Trail d'Espalion est un trail nature comportant des portions semi-urbaines se tenant sur la commune d'Espalion. Les concurrents suivent un parcours balisé. En cas d'interruption de balisage, revenir au dernier point de balisage et le cas échéant, prévenir l'organisation.

### **ARTICLE 3 : ÉPREUVES**

4 épreuves sont au programme :

- **Trail Solo : 17,5 kms et 590m D+**
- **Trail Duo (En relais) : Relayeur 1 : 8,8 kms et 360m D+  
Relayeur 2 : 8,7 kms et 230m D+**

*Limité à 200 coureurs (100 équipes).*

- **Randonnée libre : 8,2 kms et environ 345 m D+.**  
Non chronométré, parcours fléché sous la responsabilité des participants. Retour prévu par itinéraire bis ou en bus, depuis le château de Calmont jusqu'au Foirail dès 18h.  
La visite du Château de Calmont est proposée aux randonneurs à 16h30 (en supplément).

- **Bambino Trail :**
  - Course 400 m pour les enfants nés en 2018-2017
  - Course 800 m pour les enfants nés en 2016-2015
  - Course 1.5 km pour les enfants nés en 2014-2013
  - Trail de 3 kms (70m D+) pour les enfants nés en 2012-2011
  - Trail de 5 kms (100m D+) pour les enfants nés en 2010-2009

### **ARTICLE 3BIS : TARIFS**

Le montant de l'inscription (hors frais plateforme) est de :

- **Trail Solo : 25 €** ( 1 Repas Farçou-Saucisse-Frites-Tarte + 1 verre de bière inclus + consigne Ecocup incluse).
- **Trail Duo (En relais) : 40 €** ( 2 Repas Farçou-Saucisse-Frites-Tarte + 2 verres de bière + 2 consignes Ecocup incluses + A/R en bus inclus).
- **Randonnée : 5 €** (Goûter d'arrivée + retour en bus inclus si besoin).  
Visite du Château de Calmont : + 4€
- **Bambino trail :** participation libre entièrement reversée aux APE d'Espalion.
- Repas accompagnant ou randonneur : Farçou-Saucisse-Frites-Tarte - 12 €
- Repas accompagnant enfant (Jusqu'à 12 ans) : 6 €

### **ARTICLE 4 : DATE ET HORAIRES**

La deuxième édition aura lieu le **samedi 14 septembre 2024**. Les départs s'effectueront à la salle des fêtes d'Espalion (Centre Francis Poulenc, 21 avenue d'Estaing, 12500 Espalion) et au foirail.

**Au préalable, un briefing où la présence de chacun est obligatoire sera effectué par l'organisation :**

#### **Solo et Duo relais**

**17h15** Briefing au centre Francis Poulenc

**17h20** Échauffement collectif jusqu'à l'arche de départ au Foirail

**17h30** Départ de la course au Foirail et des bus pour les Relais 2.

Retour Relais 1, libre par itinéraire bis ou navette dès 18h

#### **Randonnée 8.8 km**

**12h30/13h15** Rdv au Foirail (possibilité d'inscription rando et repas)

**13h30** Briefing et départ de la randonnée

**16h30** Visite du Château de Calmont

Retour libre itinéraire bis ou navette dès 18h

#### **Bambino Trail :**

**A partir de 13h00** Rdv au foirail pour les inscriptions

14h30 : départ du 400m

14h45 : départ du 800m

15h00 : départs échelonnés du 1,5 km, puis du 3 kms et du 5 kms simultanément.

## **ARTICLE 5 : INSCRIPTIONS ET RETRAIT DES DOSSARDS**

Pour le Trail Solo et le trail Duo, les inscriptions se feront exclusivement sur le site internet :

<https://chronometrage.com/events/aperotraildespalion2024>

La date limite d'inscription en ligne est fixée au **mercredi 11 septembre, 23h59**.  
Pas d'inscription internet après, ni d'inscription papier !

### **Remise des dossards Trail Duo et Solo :**

- **Le jour même, de 13h30 à 17h15 à la salle Francis Poulenc (Espalion)**
- **Au magasin L'Ambassade du Trail de Rodez (Jeudi 12/09 de 10h à 13h et de 14h à 19h)**
- **A Decathlon Onet le Château (Vendredi 13/09 de 12h à 16h)**

Concernant la randonnée, les inscriptions s'effectuent en ligne et sur le lieu de départ (Foirail d'Espalion) le jour même à partir de 12h30.

Concernant le Bambino Trail, les inscriptions s'effectuent sur le lieu de départ (Foirail d'Espalion) le jour même à partir de 13h00.

## **ARTICLE 6 : LES CONCURRENTS**

**La course SOLO** est ouverte à tous, hommes, femmes, licencié(e)s ou non, âgés de **plus de 18 ans** (Juniors, Espoirs, Séniors et Masters), et médicalement aptes à la pratique de la course à pied en compétition.

**La course DUO** est ouverte à tous, hommes, femmes, licencié(e)s ou non, âgés de **plus de 16 ans** (Cadets, Juniors, Espoirs, Séniors et Masters), et médicalement aptes à la pratique de la course à pied en compétition.

Pour pouvoir s'inscrire, vous devez obligatoirement télécharger sur le site d'inscription :

- **Une photocopie d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'Athlétisme, du trail ou de la course à pied en compétition datant de moins d'un an,**
- **OU d'un PPS (Parcours Prévention Santé) authentique et datant de moins de 3 mois,**
- **OU une licence délivrée par la FFA (Compétition, Athlé Running, Athlé Entreprise, Pass-Running).**
- **Pour les mineurs, un questionnaire de santé**

Toute personne qui s'inscrit à une épreuve, assure d'être suffisamment entraînée.

Les organisateurs déclinent toute responsabilité pour les accidents physiques, psychologiques et physiologiques, immédiats ou ultérieurs, qui pourraient survenir aux participants au cours de l'épreuve et suite à l'épreuve.

**Le Bambino Trail** est ouvert à tous les enfants nés avant 2018. Participation des enfants après signature d'une autorisation parentale et validation d'un questionnaire de santé.

### **ARTICLE 7 : PARCOURS**

Le parcours est identique pour le Trail DUO et pour le Trail SOLO. Il est disponible sur :

[www.espalionaperotrail.fr](http://www.espalionaperotrail.fr)

La randonnée emprunte sensiblement le même parcours que le relais 1 du trail DUO jusqu'au château de Calmont, où les randonneurs pourront suivre s'ils le souhaitent une visite du château à 16h30, puis redescendre au lieu de départ par la navette mise à leur disposition ou par leurs propres moyens, par un itinéraire bis fléché jusqu'au point de départ.

Les parcours du Bambino trail sont balisés différemment de l'apéro trail. Un meneur d'allure guidera les enfants.

Les parcours sont à 70 % nature. Les épreuves empruntant parfois des courts passages ouverts à la circulation routière, les concurrents doivent impérativement se soumettre au code de la route. L'organisation mettra en place des signaleurs.

Pour des raisons de sécurité et/ou en cas d'intempéries, les organisateurs se réservent le droit de modifier le parcours.

### **ARTICLE 8 : EQUIPEMENTS**

Chaque concurrent fixera son dossard afin qu'il soit parfaitement identifiable.

Il n'y a pas de liste de matériel obligatoire ; les concurrents doivent être équipés convenablement pour ce genre d'épreuve.

L'organisation recommande vivement à chaque participant au trail Solo et Duo d'être en possession d'une réserve d'eau minimale de 250 ml. Une lampe frontale est aussi conseillée aux coureurs du trail Solo et du relais 2 du trail Duo.

### **ARTICLE 9 : RAVITAILLEMENT ET RELAIS**

**ECOCUP personnelle OBLIGATOIRE.**  
**Pas de gobelet plastique sur les ravitaillements.**

Un ravitaillement gourmand liquide et solide est prévu au Château de Calmont d'Olt (kilomètre 8.5) où se déroulera le passage de relais pour le Trail DUO.

Pour autant, nous conseillons néanmoins à chaque concurrent d'être en autosuffisance et à prévoir son propre ravitaillement adapté à sa condition physique et aux conditions climatiques. Aucun ravitaillement n'est autorisé en course au moyen d'une aide extérieure.

A l'arrivée, un ravitaillement sera offert aux coureurs. Le repas suivra la remise des récompenses et la soirée se poursuivra par un apéro/concert ouvert à tous.

### **ARTICLE 9Bis : TRAIL DUO ET RELAIS**

Le Trail DUO se court en relais de deux participants : **Le Château de Calmont, qui accueille le passage de relais, étant à plusieurs kilomètres du lieu de départ et d'arrivée, l'organisation a mis en place une navette qui partira du foirail immédiatement après le départ des relayeurs n°1 et qui déposera les relayeurs n°2 au pied du château de Calmont.**

La possibilité est toutefois laissé au relayeur n°2 de se rendre sur place par ses propres moyens, après le briefing général et le départ du relayeur n°1, et de transmettre la clé de la voiture ou d'un autre moyen de locomotion au relayeur n°1 qui devra revenir à la salle Francis Poulenc par ses propres moyens.

**Une fois leur relais couru, les relayeurs n°1 profitent du ravitaillement gourmand et du point de vue sur Espalion, puis sont invités à reprendre la navette qui les ramène au centre Francis Poulenc où ils pourront assister à l'arrivée de leur co-relayeur et avoir accès aux douches.**

### **ARTICLE 10 : RESPONSABILITÉ DU COUREUR**

Chaque concurrent doit respecter le milieu naturel et humain dans lequel il va évoluer. La responsabilité des concurrents peut être engagée en cas d'accident. De nombreux sites et sentiers étant, ou communaux, ou privés, les concurrents s'engagent à ne rien jeter et à respecter l'environnement dans lequel ils évoluent.

Toute conduite ou attitude portant préjudice à l'environnement sera susceptible d'entraîner la disqualification de son auteur

### **ARTICLE 11 : SÉCURITÉ ET ASSURANCE**

Les concurrents doivent respecter le balisage (de couleur) et les consignes des responsables de l'épreuve. Des signaleurs seront présents sur le parcours. La couverture médicale sera assurée par un organisme compétent. Cette couverture médicale est présente pour porter assistance à toute personne en danger.

Il appartient au coureur en difficulté ou sérieusement blessé de faire appel au secours :

En se présentant à un membre de l'équipe de couverture médicale,

En appelant le PC course (au 06 83 34 57 47),

En demandant à un autre coureur ou marcheur de prévenir les secours.

Il appartient à chaque coureur ou marcheur de porter assistance à toute personne en danger et de prévenir les secours. Un coureur ou marcheur faisant appel à un médecin ou un secouriste se soumet de fait à son autorité et s'engage à accepter ses décisions.

Les médecins et secouristes sont habilités à mettre hors course (en invalidant le dossard) tout concurrent jugé inapte à continuer l'épreuve et/ou à faire évacuer par tout moyen les concurrents qu'ils jugeront en danger.

Responsabilité civile : les organisateurs sont couverts par une police souscrite.

Individuelle accident : Les licenciés bénéficieront des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

La possession d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition **authentique et datant de moins d'un an** ou d'un PPS (Parcours Prévention Santé) **authentique et datant de moins de 3 mois**, est obligatoire pour bénéficier de la couverture des assurances.

Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de défaillance due à un mauvais état de santé et en cas de vol.

## **ARTICLE 12 : CHRONOMÉTRAGE, DOTATIONS ET CLASSEMENTS**

Le chronométrage des courses sera effectué par une entité spécialisée (Chronometrage.com). Chaque coureur se verra remettre un dossard comportant une puce personnelle.

A l'issue de la course, un classement sera édité pour la catégorie "Trail Solo", et pour la catégorie "Trail Duo" d'autre part. Ce classement sera mis à disposition des participants sous format papier sur place et pourra être consulté dès que possible sur le site internet :

[www.espalionaperotrail.fr](http://www.espalionaperotrail.fr)

**La remise des prix aura lieu à 20h.** Les 3 premiers (hommes et femmes) du Trail solo et les trois premiers binômes (homme, femme et mixte) seront récompensés dans la catégorie Trail Duo.

L'équipe (ou club/entreprise/association) le/la plus représenté-e gagnera le challenge JustDoEAT.

Des cadeaux supplémentaires sont susceptibles d'être distribués par les organisateurs.

Chaque participant recevra, en outre et dans la mesure des stocks disponibles, un cadeau coureur à la remise de son dossard.

Bambino Trail : Le chronométrage des courses sera effectué par les bénévoles et un classement sera publié pour les collégiens courant le 3kms et le 5kms.

Les 3 premiers (garçons et filles) de chaque course seront récompensés.

La remise des prix aura lieu à 15h45.

### **ARTICLE 13 : ABANDON ET BARRIÈRES HORAIRES**

Tout concurrent souhaitant abandonner devra obligatoirement se présenter à un poste de ravitaillement, de signaleurs, ou en dernier cas à l'arrivée, afin d'y remettre son dossard et sa puce personnelle et permettre ainsi de recenser tous les participants.

L'heure limite d'arrivée au Château de Calmont est fixée à 19h30, et à la salle Francis Poulenc à 21h00.

### **ARTICLE 14 : CONDITIONS D'ANNULATION / ECHANGES DE DOSSARDS**

L'inscription pourra être remboursée, sous présentation d'un justificatif faisant foi, pour les motifs suivants : maladie, accident, ou décès d'un membre de la famille ou un proche.

Tout remplacement d'un relayeur par un autre doit être signalé au plus tard la veille lors du retrait des dossards afin que le chronométreur puisse prendre en compte les modifications. Pas de modifications possibles le jour de la course.

### **ARTICLE 15 : CONDITIONS D'ANNULATION DE LA MANIFESTATION**

En cas de dégradations importantes des conditions météorologiques (tempête, chutes de neige importantes, pluie intensive, orage, ...) les organisateurs se réservent le droit d'annuler les manifestations afin d'assurer la sécurité, et l'intégrité physique des participants et aucun remboursement ne pourra être exigé.

### **ARTICLE 16 : ANNULATION DE L'ÉPREUVE OU REPAS SUITE À DES ÉVÉNEMENTS EXTÉRIEURS**

En cas d'annulation de l'épreuve ou du repas suite à des contraintes liées à la pandémie de COVID ou autres, un remboursement des droits d'inscriptions sera effectué sur demande. Ce montant sera fixé par l'association Espalion Apéro Trail de

façon à permettre de faire face à l'ensemble des frais irrécupérables et déjà engagés à la date de l'annulation.

### **ARTICLE 17 : DROIT À L'IMAGE**

Par sa participation à l'épreuve, chaque concurrent autorise l'organisation à utiliser ou à faire utiliser ou à reproduire son nom, son image, sa voix et sa prestation sportive dans le cadre de cette course en vue de toute exploitation directe ou sous forme dérivée de l'épreuve, et ce sur tout support dans le monde entier, par tous les moyens connus ou inconnus à ce jour, et pour toute la durée de protection actuellement accordée à des exploitations directes ou dérivées par les dispositions légales ou réglementaires.

### **ARTICLE 18 : RGPD : OBLIGATIONS LIÉES À LA LOI « INFORMATIQUE ET LIBERTÉS »**

Conformément aux dispositions de la loi n° 78-17 du 11 janvier 1978 modifiée dite « informatique et libertés », chaque organisateur de courses Hors Stade s'engage à informer les participants à leur compétition que les résultats pourront être publiés sur le site internet de l'épreuve. Si des participants souhaitent s'opposer à la publication de leur résultat, ils doivent expressément en informer l'organisateur.

Conformément à la loi, chaque participant dispose d'un droit d'accès et de rectification aux données personnelles le concernant. Il suffit de nous écrire en nous indiquant vos nom, prénom, adresse complète, par mail à [espalionaperotrail@gmail.com](mailto:espalionaperotrail@gmail.com) ou par courrier : 10 chemin de Combals, 12500 Espalion.

*Le terme "Apéro" promeut des valeurs épicuriennes de partage et de convivialité.*

*Il n'incite en aucun cas à la consommation d'alcool. L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération.*

La Team EAT