

Règlement de la 37^{ème} édition du Cross des Coteaux 10 Septembre 2023



Art 1. Épreuve :

L'association « Les Amis de la Course à Pied », organisation à but non lucratif, organise le 10 Septembre 2023 le 37^{ème} Cross des Coteaux de 8h00 à 13h00 à Crolles.

Art 2. Organisation :

Lieu et horaires :

Tous les départs et arrivées au Gymnase La Marelle 841 Rue Léo Lagrange 38920 Crolles

- 8h00 : départ de la Sky
- 8h30 : départ du Trail
- 9h00 : départ du Cross
- 9h05 : départ de la Marche (11km identique au cross)
- 11h00 : départ de la première course enfants, puis départ toutes les 15min

Dossards :

Les dossards seront à retirer au Gymnase la Marelle de Crolles le dimanche à partir de 7h00.

Parcours :

Le Cross : 11km et 400D+

Dans les coteaux de Crolles et de Bernin.

Le Trail : 21km 1200D+

Montée sur le plateau des Petites Roches pour atteindre le col de Baure.

La Sky : 28km 1900D+

Montée au Bec Charvet en passant par le col du Coq.

Les courses enfants : 3km, 2km, 1km et 500m

Autour de la Marelle et des stades de Crolles

La Marche : 11km 400D+

Même parcours que le Cross

Ravitaillements :

Un poste de ravitaillement pour le Cross, et deux postes pour La Sky et le Trail.

Un ravitaillement sera offert à tous les participants à l'arrivée.

Gobelet personnel obligatoire en course comme à l'arrivée, aucun gobelet sur les ravitaillements.

Barrières horaires et bifurcation:

La Sky : 9h45 au ravitaillement de Saint Pancrasse

Le Trail : 10h30 au ravitaillement de Saint Pancrasse

Les coureurs de la Sky ont la possibilité de bifurquer sur le Trail au kilomètre 9 s'ils le souhaitent, dans les temps d'ouverture de la course (temps des premiers de chaque course et barrières horaires). Ils seront ainsi finisher et classé sur le Trail.

Art 3. Inscriptions, tarifs et catégories

- Les inscriptions pourront se faire uniquement en ligne pour le Cross, le Trail et la Sky sur le site https://inscriptions.perfevent.com/crosscoteauxdecrolles2023/select_competition accessible aussi depuis le site <https://acp-crolles.fr/>
- Aucune inscription ne sera prise par mail, courrier ou téléphone. Tout dossier incomplet et non réglé le samedi 09 sept à 20h00 ne sera pas pris en compte et nous ne pourrons pas donner le dossard.
Pas de justificatif papier le dimanche matin.
- Marche et courses enfants : non chronométrées, inscription sur place jusqu'à 15min avant le départ.

	La Sky	Le Trail	Le Cross	3km	2km	1km	500m	Marche
Tarifs	22€/28€	18€/22€	11€/13€	2€	2€	2€	Gratuit	5€
Catégories	Espoir 2003 et avant	Espoir 2003 et avant	Cadet 2007 et avant	Minimes 2008 et 2009	Benjamins 2010 et 2011	Poussins 2012 et 2013	2014 à 2019	Ouvert à tous

Les tarifs de la Sky, du Trail et du Cross sont fixés jusqu'au dimanche 03 Septembre à 23h59 puis ils seront majorés comme indiqué ci-dessus.

Art 4. Pièces justificatives

Tous les coureurs de la Sky, du Trail et du Cross doivent télécharger avec leur inscription :

Pour les majeurs :

- Soit une photocopie de licence FFA, FFPM, UNSS, UGSEL en cours de validité à la date de la manifestation.
- Soit un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an à la date de la compétition.

Pour les mineurs :

- Une 'autorisation parentale', à récupérer sur le site d'inscription.
- Soit une 'Attestation de Santé', à récupérer sur le site d'inscription, dans le cas où il n'y a aucun 'oui' dans le 'questionnaire de Santé' (également sur le site d'inscription).
- Soit un 'Certificat Médical', dans le cas où il y a un 'oui' dans le 'questionnaire de Santé'.

Aucun dossard ne pourra être délivré sans une licence ou des documents valides.

Art 5. Sécurité

Elle sera assurée par la Croix Rouge Française. Les postes sont en liaison radio avec le PC de la course. Un médecin agréé sera posté à la Marelle, site des départs et arrivées.

Il appartient à chaque coureur de porter assistance à toute personne en danger et de prévenir les secours. En cas d'abandon, les coureurs doivent avertir le point de contrôle le plus proche et impérativement remettre leur dossard et puce au PC course afin d'éviter des recherches inutiles.

Le code de la route et le balisage doivent être respectés par les concurrents.

La sécurité routière sera assurée avec le soutien de la police municipale.

Des passages de marche obligatoire pourront être installés sur le parcours. **Le non-respect de ces consignes entrainera la disqualification du coureur.**

Art 6. Contrôles

Des postes de contrôle seront mis en place en différents points du parcours.

Les concurrents seront éliminés pour cause de :

- Absence de dossard (sur la poitrine, l'abdomen ou la cuisse)
- Absence de pointage effectué en plusieurs points du parcours.
- Non-respect du milieu naturel et de l'environnement traversé et jet de détritux en dehors des zones de ravitaillement.

Art 7. Récompenses.

Un lot sera offert aux 300 premiers inscrits ainsi qu'un verre de bière locale à l'arrivée.

La remise des récompenses aura lieu à partir de 11h30 le jour de la course.

Pour les 3 courses (Sky, Trail et Cross) un classement scratch hommes et femmes toutes catégories, dans l'ordre d'arrivée sera établi.

Des récompenses seront attribuées aux 3 premières femmes et 3 premiers hommes de ce classement.

Un classement par catégories FFA (de Cadet jusqu'à Master 10), hommes et femmes, dans l'ordre d'arrivée sera établi. Des récompenses seront attribuées aux premiers hommes et femmes des catégories Cadets, Juniors, Espoirs, Seniors, Master 0-1, M2-3, M4-5, M6-M7, M8 et +, s'ils ne sont pas déjà récompensés au scratch ; si tel est le cas, alors les seconds seront récompensés à la place des premiers.

Seuls les présents pourront prétendre aux récompenses.

Art 8. Equipements

L'utilisation des bâtons est autorisée uniquement sur la Sky et le Trail. Ils devront être conservés par le coureur du début à la fin de l'épreuve.

Une réserve d'eau de minimum 0.5l est obligatoire pour les coureurs de la Sky et du Trail.

Art 9. Droits

Tout concurrent renonce à se prévaloir du droit à l'image relatif à l'épreuve, comme il renonce à tout recours à l'encontre de l'organisateur et de ses partenaires agréés pour l'utilisation faite de son image et adresse mail, il autorise sans réserve l'organisation et ses partenaires à communiquer sous forme de newsletters.

Conformément à la loi n° 78-17 « informatique et liberté » du 6 janvier 1978 relative à l'informatique, aux fichiers et aux libertés, vous disposez d'un droit d'accès (article 34 à 38) de rectification et de suppression (article 26) des données qui vous concernent.

Pour l'exercer, vous devez contacter l'organisation et ses partenaires. Vous pouvez également à tout moment demander de ne plus recevoir de mail. L'organisation se réserve le droit de communiquer le fichier contact de tout coureur à ses partenaires, sauf refus signifié du concurrent.

Art 10. Acceptation du règlement

Tous les concurrents s'engagent à se soumettre aux règles spécifiques de l'épreuve et à l'éthique de course par le seul fait de leur inscription et dégagent la responsabilité des organisateurs pour tout incident ou accident pouvant survenir avant, ou après l'épreuve, découlant du non-respect de ces règlements. Le comité d'organisation se réserve le droit de modifier le règlement à tout moment.

Art 11. Soutien à une association

Comme chaque année, nous reverserons 1€ par inscription sur les 3 courses à une association. Cette année nous soutiendrons l'association **Dunes d'Espoir** qui permet à des enfants porteurs de handicap de participer à des courses en joëlette.

Art 12. Cas de force majeure

Les organisateurs se réservent le droit de modifier le parcours si les conditions météorologiques l'imposent et d'annuler ou interrompre la course en cas de force majeure.

Art 13. Environnement.

Les organisateurs veillent depuis plusieurs années à réduire l'impact environnemental : Signalisation réutilisable, marquage neutre et temporaire, jerrycans réutilisables pour la distribution d'eau, nombreux produits bio et locaux sur les ravitaillements....

Les coureurs sont invités à laisser le parcours propre en conservant leurs déchets.

Art 14. Mesures sanitaires COVID 19.

Les règles sanitaires imposées pour le Cross des Coteaux seront les règles gouvernementales en vigueur au moment de l'évènement (Pass sanitaire, masques et/ou autres contraintes).

En cas de non-respect du protocole sanitaire par le participant, le dossard ne pourra pas être retiré, le coureur ne pourra pas participer à l'évènement, aucun remboursement de frais d'inscription, de déplacement ou d'hébergement ne pourra être demandé.