

# Règlement Trail'Malling du 03/11/2019

- PARCOURS :

Nous proposons trois nouveaux parcours : 10 – 18 – 30 Km

Parcours du 10km ouvert aux marcheurs nordiques.

- INSCRIPTION :

-Via le site <http://www.couriramalling.fr/inscription> validée dès réception du paiement en ligne, un mail de confirmation vous sera envoyé.

Ouverture des inscriptions en ligne le 07 septembre 2019.

Fermeture des inscriptions en ligne le 01 novembre 2019 à minuit.

-Au magasin Décathlon de Thionville-Yutz le samedi 02 novembre de 14h00 à 18h00

-Sur place, le dimanche 03 novembre jusqu'à 30' impératif avant le départ de chaque course.

Un supplément de 5 € sera demandé pour toutes inscriptions le week end de la course.

- TARIFS :

20€ pour le 30 km, 25€ le week end du trail

15€ pour le 18 km, 20€ le week end du trail

10€ pour le 10 km, 15€ le week end du trail

- DEPARTS et ARRIVEES :

Départs et arrivées au plan d'eau de Malling

Départ : 8h pour le 30 km

Départ : 9h pour le 18 km

Départ : 10h15 pour le 10 km

- **RETRAIT DES DOSSARDS :**

Retraits des dossards le samedi 02 novembre de 14h00 à 18h00 au magasin Décathlon de Thionville- Yutz et le dimanche 03 novembre, au plan d'eau de Malling, au plus tard 30' avant le départ de chaque course.

- **CERTIFICAT MEDICAL :**

Article L 231-3 du code du sport

Tous les participants non-licenciés devront obligatoirement fournir un certificat-médical datant de moins d'un an ou sa photocopie mentionnant l'absence de contre-indication à la pratique de la course à pieds en compétition.

Aucune inscription ne sera validée par l'association organisatrice sans la présentation de ce dit certificat

Pour les participants licenciés merci de présenter la licence et d'inscrire le n° de licence sur le bulletin d'inscription.

- **EQUIPEMENT :**

Les chaussures de trail sont vivement recommandées, ainsi qu'une tenue appropriée à ce type de course.

Eléments obligatoire :

-Un gobelet (de poche) ou flasque ou gourde pour profiter des ravitaillements liquides (des gobelets seront en vente le jour de la course)

-Un téléphone portable (pour les parcours du 18 Km et du 30 Km.

- **BALISAGE des 18 Km et 30 Km :**

Le balisage au sol sera effectué à base de chaux et de peinture BIO de couleur. Il se fera également à l'aide de rubalise accrochée aux arbres. Des panneaux de directions en forme de flèche seront placés à des points bien précis, de couleur bleue pour le 18 km et en jaune pour le 30 km, avec la mention TM (Trail Malling) sur les flèches.

Tout participant doit observer les balisages durant sa course. En cas de non balisage au sol ou aux arbres au-delà de 100 mètres, le traileur devra faire demi-tour et revenir sur ses pas pour corriger son erreur de parcours. Aucune réclamation ne sera recevable.

- **BALISAGE du 10 km :**

Le balisage au sol sera effectué à base de chaux et de peinture bio de couleur. Il se fera également à l'aide de rubalise, et de flèches de couleur blanche.

Tout participant doit observer les balisages durant sa course. En cas non balisage au sol ou aux arbres au-delà de 100 mètres, le traileur devra faire demi-tour et revenir sur ses pas pour corriger son erreur de parcours. Aucune réclamation ne sera recevable.

- **RAVITAILLEMENTS :**

Deux ravitaillements sur le parcours du 18 km : au 6,5 km et au 13 km.

Trois ravitaillements sur le parcours du 30 km : au 8,5km au 15km et 24km.

Un ravitaillement sur le parcours du 10 km, situé au 5km (mi-parcours).

Attention il n'y aura plus de gobelet jetable sur les différents ravitaillements, donc n'oubliez pas de vous équiper de votre propre gobelet, de gourdes, flasques ou sac à eau.

- **COLLATION :**

Pour toutes les courses, après la ligne d'arrivée (grand buffet gratuit).

- **SECURITE :**

La sécurité sera assurée principalement par la croix rouge de Thionville, et des signaleurs bénévoles placés tout au long du parcours à des endroits stratégiques pour la sécurité des coureurs. Ces bénévoles seront équipés de talkie-walkie, téléphone portable pour prévenir les secours le plus rapidement possible en cas de problèmes, et aussi une équipe de vététistes qui sillonnera les parcours.

- **CONSIGNE :**

Vous avez la possibilité de laisser vos affaires à la consigne (gratuite).

Dans le cadre du plan vigie-pirate vous serez amené à ouvrir vos sacs pour contrôle.

- **RECOMPENSES :**

Récompenses aux trois premiers de chaque course : hommes et femmes.

- **SANCTION :**

Tout participant surpris lors de l'épreuve à jeter des papiers ou autres détritrus, faisant preuve d'anti sportivité ou manquant de respect aux bénévoles sera disqualifié. Aucune réclamation possible.

Vous aurez pour obligation de jeter vos déchets lors des ravitaillements dans des poubelles prévues à cet effet. Respectons la nature merci !

- **ASSURANCE ET RESPONSABILITE CIVILE :**

Les organisateurs ont souscrit une assurance responsabilité civile. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par les assurances liées à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement. Les organisateurs ne peuvent être en aucun cas tenus pour responsables en cas d'accident, de défaillance consécutive à un mauvais état de santé ou une préparation insuffisante ou en cas de vol.

- **DROIT A L'IMAGE :**

Le Traileur autorise la publication des images fixes ou audiovisuelles sur tous types de support (notamment sur le site internet de l'association).

**L'organisateur ne peut en aucun cas être tenu pour responsable en cas d'accident, de défaillance consécutive à un mauvais état de santé ou encore en cas de vol**

**BON TRAIL !**