

REGLEMENT 2022

- 1- La **COURSE NATURE de la BONNE HEURE** est organisée par le Comité des fêtes de Millançay. Elle se déroulera le 22 mai 2022. Les départs seront fixés :
 - A 9 h30 pour le 15 Km, le RUN BIKE, le 10 Km, la marche nordique
- 2- Ces épreuves se dérouleront sur les distances de :
 - i. 15 km
 - ii. 10 Km
- 3- Les concurrents du 15 km et du 10 km courent en autonomie sur des chemins et sentiers balisés, 2 points d'eau sont prévus aux km :
 - a. Pour le 10 Km → au Km6
 - b. Pour le 15 Km → au Km 6 et 11
- 4- La remise des dossards s'effectuera le 22 mai, de 8H à 9h15, dans la salle des fêtes de Millançay.
- 5- Pour des raisons de sécurité, les suiveurs en VTT, autres que les concurrents du Run Bike, ne sont pas autorisés.
- 6- Les concurrents s'engagent à ne pas s'écarter du tracé du parcours.
- 7- Chaque participant devra déposer au plus tard le jour de l'épreuve un certificat médical de moins d'un an de non-contre-indication à la course pédestre en compétition, ou d'une licence selon l'article ci dessous :
- 8 - Toute participation à une compétition est soumise à la présentation obligatoire par les participants à l'organisateur d'une licence en cours de validité à la date de la manifestation délivrée par :
 - la FFA : Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running ou d'un Pass' Running,
 - une licence sportive valide fournie par une fédération agréée sur laquelle doit apparaître la non-contre-indication à la pratique du sport, de l'athlétisme ou de la course à pied « en compétition »
 - Ou d'une licence délivrée par l'UNSS ou l'UGSEL, en cours de validité à la date de la manifestation, et dans la mesure où l'engagement est valablement réalisé par l'établissement scolaire ou l'association sportive scolaire.
 - Ou d'un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de l'Athlétisme ou de la course à pied en compétition, datant de moins d'un an à la date de la compétition, ou de sa copie.
 - Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la possession du certificat médical.Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la possession du certificat médical. L'organisateur conservera, selon le cas, la trace de la licence présentée (numéro et fédération de délivrance), l'original ou la copie du certificat, pour la durée du délai de prescription (10 ans).

Les participants étrangers sont tenus de fournir un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de l'athlétisme ou de la course à pied en compétition, même s'ils sont détenteurs d'une licence compétition émise par une fédération affiliée à l'IAAF. Ce certificat doit être rédigé en langue française, daté, signé et permettre l'authentification du médecin, que ce

dernier soit ou non établi sur le territoire national. S'il n'est pas rédigé en langue française, il doit être fourni une traduction en français.

9- L'organisateur est couvert par une police souscrite auprès d'une compagnie d'assurance garantissant sa responsabilité civile. Néanmoins, les concurrents reconnaissent le risque lié à une telle compétition.

10- Les concurrents s'engagent à COURIR PROPRE, et dans l'esprit des courses nature. AUCUN DECHET NI EMBALLAGE NE SERA TOLERE SUR LE PARCOURS. Tout concurrent étant surpris par l'organisation à jeter volontairement un quelconque déchet, se verra exclu de l'épreuve.

11- Droits d'inscriptions ; Catégories d'âge et Heure de départ

Courses	X	Tarifs	Départ 9 H 30
15 km → de Junior à Vétéran		12 €	
Run & Bike 15 km → Cadet à Vétéran (équipe)		18 €	
10 km → de Cadet à Vétéran		10 €	
10 Km Marche Nordique → Tous		6 €	

12- Equipement imposé :

- Réserve d'eau de 500ml par participant pour le 15 Km
- Casque et bombe anti-crevaison pour le Run Bike.
- Info : Run & Bike, le concurrent BIKE doit, obligatoirement, toujours être derrière le concurrent RUN

13- Droit à l'image :

Les résultats de la course seront publiés sur les sites d'Autour de la Bonne Heure, de la FFA, Facebook ainsi que les revues spécialisées.

Autour de la Bonne Heure se réserve le droit d'utiliser d'éventuelles images de la manifestation sur son site et sur Facebook.

14- RECOMPENSES :

3 premiers masculins au Scratch

3 premières féminines au Scratch

3 premiers au RUN & BIKE au scratch + 1^{ère} équipe mixte + 1^{ère} équipe féminine

Le 1^{er} de chaque catégorie (Masculin et Féminin)

Tous les participants recevront un lot de produit du terroir en échange du dossard

Un briefing sera fait 5 mn avant le départ de la course.

LE FAIT DE S'ENGAGER IMPLIQUE L'ACCORD ET LE RESPECT DE CE REGLEMENT, AINSI QUE DES CONDITIONS DE COURSE SUR LES CHEMINS FORESTIERS, EN CONNAISSANCE DES RISQUES ET BLESSURES POSSIBLES. DANS CE CAS LE CONCURRENT S'ENGAGE A NE PAS POURSUIVRE L'ORGANISATEUR.

