

# Règlement Tignes Trail 2019

## ORGANISATION & DESCRIPTION

Tignes Développement organise le Tignes Trail en collaboration avec l'association l'AS Croiss.

Le Tignes Trail est un événement au sein duquel sont proposées plusieurs épreuves de pleine nature empruntant des sentiers.

Chaque épreuve se déroule en une seule étape, à allure libre mais en un temps de course limité.

- La Tignes Hard : Un parcours sur 600 mètres de dénivelé.  
Le concept est simple, réaliser le plus de montées possibles dans un temps limite de 3h. La descente se fait en télécabine.  
Départ le samedi 17 août en solo ou en duo (relais).
- Le Tignes Trail Enfants :  
Un parcours de 3kms (Lac – Lavachet – Savouna – Lac). Départ le samedi 17 août.
- Le Tignes Trail :
  - Un parcours de 12kms, 650m D+-  
Départ le dimanche 18 Août  
Temps limite autorisé : 4h
  - Un parcours de 26kms (nouveau tracé), 1800m D+-  
Départ le dimanche 18 Août  
Temps limite autorisé : 6h

## MATÉRIEL

### Obligatoire :

- Pour la Tignes Hard et le Tignes Trail 12kms : une réserve en eau (0,5l minimum), en-cas, et un sac à dos ou un porte bidon.
- Pour le Tignes Trail 26kms : une réserve en eau (0,5l minimum), une réserve alimentaire, un coupe-vent, un sifflet, un sac à dos ou un porte bidon, un téléphone portable (chargé, allumé, qui fonctionne sur le réseau français, avec numéro de secours enregistré), et une couverture de survie.
- Pour le Tignes Trail Enfants : pas de matériel obligatoire

**Chaque coureur devra conserver dans son sac de course l'ensemble du matériel obligatoire exigé par l'organisation. Des contrôles inopinés pourront être réalisés par la direction de course sur la ligne d'arrivée en cas de doute sur un coureur n'ayant pas sur lui ou sur elle le matériel obligatoire demandé !**

**Tout manque de matériel fera l'objet d'une sanction de la part de la direction de course (pénalité de temps ou disqualification du coureur selon le cas).**

**Conseillé :** Crème solaire, lunettes de soleil.

**Attention >> Les bâtons sont interdits, excepté pour la Tignes Hard.**

Tout manque de matériel fera l'objet d'une sanction de la part de la direction de course (pénalité de temps ou disqualification du coureur selon le cas).

## **BRIEFING DE COURSE**

### **Tignes Trail 12/26kms :**

Cette course est ouverte à toute personne âgée de plus de 16 ans, homme ou femme, licenciée ou non.

Pour les mineurs (entre 16 et 18 ans), un certificat et une autorisation parentale sont obligatoires.

### **Tignes Hard :**

Cette course est ouverte à toute personne âgée de plus de 18 ans, homme ou femme, licenciée ou non.

### **Tignes Trail Enfants :**

Cette course est ouverte à toute personne âgée entre 7 et 15 ans, garçon ou fille, licenciée ou non.

## **LES DIFFÉRENTES CATÉGORIES**

Master 4 : 1949 et avant

Master 3 : 1950 à 1959

Master 2 : 1960 à 1969

Master 1 : 1970 à 1979

Sénior : 1980 à 1996

Espoir : 1997 à 1999

Junior : 2000 et 2001

Cadet : 2002 et 2003

## **RETRAIT DES DOSSARDS**

Pour les deux jours, le retrait des dossards se fera la veille ou le matin même sur le village départ qui sera installé sur la place centrale de Tignes le lac.

Les horaires précis seront communiqués ultérieurement.

Le dossard doit être visible en toute circonstance. Il peut être porté soit sur la poitrine, soit à la cuisse.

Chaque dossard sera remis individuellement contre signature et sur présentation d'une pièce d'identité. Cet émargement fait preuve de départ du coureur et d'acceptation du règlement dans sa totalité. En cas de non départ du trailer, il est impératif de prévenir l'organisation et de remettre le plus rapidement possible le dossard à une personne de l'organisation.

Merci de prévoir des épingles.

## **SECOURS, SÉCURITÉ, ABANDON**

Ils seront assurés par des signaleurs, des secouristes et une équipe médicale. Un poste médical avancé et un PC course seront mis en place sur le village. Les signaleurs et les secouristes seront en liaison radio ou téléphonique avec le PC course.

Si les mesures de sécurité maximales sont prises, il n'en demeure pas moins que le milieu traversé ne permet pas de disposer des moyens d'intervention aussi rapide qu'en milieu urbain,

vosre sécurité dépendra alors de la qualité des affaires que vous avez mise dans votre sac. Les frais résultant de l'emploi de moyens de secours ou d'évacuation exceptionnels seront supportés par la personne secourue qui devra également assurer son retour de l'endroit où elle a été évacuée. Les postes de secours sont destinés à porter assistance à toute personne en danger avec les moyens propres à l'organisation ou conventionnés.

Sauf dans le cas où l'état de santé du coureur nécessite une évacuation d'urgence, un coureur ne doit pas abandonner la course ailleurs que sur un point de contrôle offrant une solution de rapatriement.

Il appartient à un coureur en difficulté ou sérieusement blessé de faire appel aux secours :

- En appelant le PC course
- En demandant à un autre coureur de prévenir les secours
- En appelant le 112

Il appartient à chaque coureur de porter assistance à toute personne en danger et de prévenir les secours. En cas de manquement avéré, le coureur qui n'aura pas porté assistance à un autre coureur en détresse sera disqualifié.

Les secouristes et le médecin officiel sont habilités à mettre hors course (en invalidant le dossard) tout concurrent inapte à continuer l'épreuve, à faire évacuer par tout moyen à leur convenance les coureurs qu'ils jugeront en danger. En cas d'abandon, il est impératif et obligatoire de le signaler au point de contrôle le plus proche et de remettre son dossard.

L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident ou de défaillance consécutifs à un mauvais état de santé.

En cas d'abandon avant un point de contrôle, il est impératif de revenir au point de contrôle précédent et de signaler son abandon au signaleur. Si, lors de ce retour en arrière, le coureur rencontre les fermiers, ce sont ces derniers qui invalident le dossard. Le coureur n'est alors plus sous le contrôle de l'organisation.

Tout coureur mis hors course et voulant poursuivre son parcours ne pourra l'effectuer qu'après avoir restitué son dossard, sous sa propre responsabilité et en autonomie complète.

## **RAVITAILLEMENTS ET POSTES DE CONTRÔLES**

Le principe de course individuelle en semi autosuffisance est la règle. La semi-autosuffisance est définie comme étant la capacité à être autonome entre 2 points de ravitaillement en termes d'alimentation. Le coureur aura acquis cette autonomie nécessaire à travers ses expériences antérieures.

- Sur la Tignes Hard : 1 ravitaillement complet (boissons, thé, biscuits sucrés et salés, fruits...) au sommet de Tovière, avant l'embarquement de la télécabine pour la descente.
- Sur les Tignes Trail 12/26kms :
  - 1 ravitaillement complet (boissons, thé, biscuits sucrés et salés, fruits...) au niveau du village départ-arrivée
  - 1 ravitaillement boissons (eau, jus de fruits, sodas) au sommet de Tovière pour les 2 distances et 1 autre ravitaillement boissons au sommet de Palafour pour le 26kms.
- Tignes Trail Enfants : pas de ravitaillement

Plusieurs postes de contrôle seront disposés tout au long des parcours. Ils veilleront à ce que la course se déroule dans de bonnes conditions. Ils pourront arrêter tout coureur qui ne respectera les règles de sécurité, le règlement, ou qui sera hors délai par rapport aux barrières horaires définies pour chaque course (limite de temps autorisé).

## **ASSISTANCE DES COUREURS**

L'assistance pour les coureurs sur les parcours est tolérée là où il y a les points de ravitaillement complet. Cette assistance devra se faire maximum 20m avant ou après le ravitaillement. Les personnes étant chargées de ces assistances veilleront à ne pas gêner le bon déroulement de la course. Des pénalités seront appliquées en cas de non-respect de ce point de règlement envers les coureurs concernés !

## **VESTIAIRES / DOUCHES / CONSIGNES**

Des douches et des vestiaires seront à la disposition des coureurs à Tignespace sur simple présentation du dossard. En revanche, pas de consigne prévue.

## **REMISE DES PRIX / LOTS**

Les remises des prix du Tignes Hard et du Tignes Trail Enfants auront lieu samedi 17 août à 17h00.

La remise des prix des deux parcours Tignes Trail 12kms et 26kms aura lieu dimanche 18 août à 15h00.

Pour chaque épreuve, un classement général hommes/femmes sera établi.

Un lot sera remis aux 3 premiers du classement général de chaque course (toutes catégories confondues).

Le 1<sup>er</sup> de chaque catégorie sera également récompensé.

## **ENVIRONNEMENT**

Les participants, les accompagnants et le public sont dans des espaces naturels protégés où existe une réglementation spécifique. Ils pourront se renseigner auprès des Maisons de Tignes afin d'évoluer au mieux dans cet environnement et, de ce fait, respecter les règles suivantes :

- Interdiction de laisser des déchets et détritrus. Des poubelles de tri sont disposées en grand nombre sur chaque poste de ravitaillement et doivent impérativement être utilisées.
- Interdiction d'utiliser des moyens ou objets qui, par leur bruit, sont de nature à déranger les animaux ou à troubler le calme et la tranquillité des lieux. Le sifflet ou autre appareil sonore restent autorisés dans le cadre de secours effectifs.
- Nécessité absolue de respecter les mises en défens et l'interdiction de couper les lacets du sentier pour limiter les risques d'érosion.

## **SANCTIONS**

Les chefs de poste des différents points de contrôle et de ravitaillement sont habilités à faire respecter le règlement et à appliquer immédiatement une disqualification en cas d'infraction au règlement :

- Coupe représentant un raccourci important
- Jet de détrit (acte volontaire) par un concurrent et/ou un membre de son entourage
- Non-respect des personnes (organisation ou coureurs)
- Non-assistance à une personne en difficulté
- Triche (exemple : utilisation d'un moyen de transport, partage de dossard...)
- Absence de passage à un point de contrôle
- Refus d'obtempérer à un ordre de la direction de la course, d'un chef de poste, d'un médecin ou d'un secouriste
- Passage sur un point de contrôle au-delà de l'heure limite
- Non-respect des consignes particulières de courses
- Tout autre manquement au règlement fera l'objet d'une sanction décidée par le jury de course
- Défaut de matériel obligatoire

## **ASSURANCES**

### Responsabilité civile :

L'organisateur souscrit une assurance responsabilité civile MMA pour la durée de l'épreuve. Cette assurance responsabilité civile garantit les conséquences pécuniaires de sa responsabilité, de celle de ses préposés et des participants.

### Individuelle accident :

Chaque concurrent doit être en possession d'une assurance individuelle accident couvrant d'éventuels frais de recherche et d'évacuation en France. Une telle assurance peut être souscrite auprès de tout organisme au choix du concurrent.

Les évacuations hélicoptérées sont payantes. Le choix de l'évacuation dépend exclusivement de l'organisation, qui privilégiera systématiquement la sécurité des coureurs.

## **MODIFICATION / ANNULATION INSCRIPTION**

### **Annulation d'une inscription :**

Toute annulation d'inscription doit être faite, soit en ligne sur le site d'inscription, soit par e-mail ou par courrier. Aucun désistement n'est enregistré par téléphone ou fax.

Des frais d'annulation de 5€ seront demandés.

Aucun échange, session ou revente de dossard n'est possible, ni avant, ni pendant la course. Le désistement d'un coureur ne donne pas le droit d'échanger, de céder ou de revendre le dossard à quelqu'un. Les coureurs inscrits n'ont pas le droit de se faire remplacer ni représenter par une personne tierce.

### **Annulation d'une inscription en cas de blessure :**

En cas de blessure du coureur, et uniquement dans ce cas, survenue après l'inscription et non complètement guérissable pour le jour de la course, l'organisation recommande au coureur

blessé de ne pas se mettre inutilement en danger, d'annuler son inscription et de faire une demande de report de sa course à l'année suivante.

Toute demande de report doit nous parvenir, accompagnée du dossier médical, au plus tard dans les 10 jours qui suivent la manifestation. Les demandes sont traitées dans les deux mois qui suivent l'épreuve.

## **MODIFICATION / ANNULATION DE LA COURSE**

L'organisation se réserve le droit de modifier à tout moment les horaires de départ et les barrières horaires, le parcours, les emplacements des postes de secours et de ravitaillements, sans préavis.

En cas de conditions météo défavorables ou pour des raisons de sécurité, l'organisation peut être amenée à basculer l'ensemble des concurrents du Tignes Trail vers un parcours de repli. En cas de conditions extrêmes, l'organisation se réserve le droit d'arrêter une épreuve en cours. Elle se réserve également le droit d'annuler totalement et sans préavis l'ensemble des épreuves. Dans ce cas précis, les participants seront remboursés de 50% du montant de leur inscription.

## **RÉCLAMATIONS**

Toute réclamation doit être formulée par écrit uniquement par le coureur incriminé. Le coureur incriminé doit déposer sa réclamation au PC course dans un délai maximum de 30 minutes après son arrivée.

Aucune réclamation ne sera acceptée de la part d'un accompagnateur ou d'un spectateur.

## **DROIT À L'IMAGE**

Tout concurrent renonce expressément à se prévaloir du droit à l'image durant 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.

Toute communication sur l'événement ou utilisation d'images de l'événement devra se faire dans le respect du nom de l'événement, des marques déposées et avec l'accord officiel de l'organisation.