

Règlement de la Course du 1er mars 2026

Article 1 : définition et engagement

1.1 Définition

Le 1er mars 2026 aura lieu la 1ere édition du Trail de Four.

Cette épreuve sera disputée conformément au code sportif de la Fédération Française d'Athlétisme ainsi que le présent règlement.

L'organisateur, l'association Trail de Four est la seule autorité compétente pour l'application du présent règlement.

1.2 Engagement

En s'inscrivant à la course, le coureur s'engage à :

- Connaître et respecter strictement le présent règlement
- Être prêt à concourir à la course, savoir faire face aux aléas d'une course de trail-running,
- Savoir abandonner si sa santé est en jeu
- Respecter, ainsi que ses accompagnants, le lieu, l'organisateur, les bénévoles, les résidents, l'environnement...
- Doit porter secours à toutes personnes le nécessitant

Article 2 : Inscription

2.1 Critères d'inscription

2.1.1 Âge minimum

L'épreuve de 21 km est ouverte à tous les compétiteurs et compétitrices ayant au minimum 18 ans dans l'année en cours (nés avant le 31/12/2008).

L'épreuve de 12 km est ouverte à tous les compétiteurs et compétitrices ayant au minimum 16 ans dans l'année en cours (nés avant le 31/12/2010).

L'épreuve de 5 km est ouverte à tous les compétiteurs et compétitrices ayant au minimum 14 ans dans l'année en cours (nés avant le 31/12/2012).

2.1.2 Justificatifs

Personnes mineures avoir soit :

- Licence Athlé Compétition en cours de validité
- Licence Athlé Entreprise en cours de validité
- Licence Athlé Running en cours de validité
- Questionnaire État de santé (rempli conjointement entre parents et enfants) "non" obligatoire partout
- Sinon certificat médical de non contre-indication à la pratique du trail (datant de moins de 6 mois)

Autorisation parentale obligatoire

Personnes majeures avoir soit :

- Licence Athlé Compétition en cours de validité
- Licence Athlé Entreprise en cours de validité
- Licence Athlé Running en cours de validité
- Attestation PPS datant de moins de 3 mois

2.2 Prix de l'inscription

Les droits d'inscription s'élèveront aux prix suivant :

- **5 km** : 10 €
- **12 km** : 16 €
- **21 km** : 26 €

Pas d'inscription sur place

Les frais d'inscriptions comprennent :

- L'accès à la course, au chronométrage, au classement...
- Tous les secours nécessaires à cet évènement
- Une restauration à l'arrivée (1 hot dog + une frite)
- Le ravitaillement (1 sur le 21km)
- Une expérience unique !

2.3 Transferts et annulations

Aucun transfert de dossard n'est possible

L'organisation met en place un option annulation au moment de l'inscription :

- Son coût est fixé à :
 - 2€ pour le 5km
 - 3€ pour le 12km
 - 4€ pour le 21km
- **Sans option annulation** n'entraînera pas de remboursement
- **Avec une option annulation** prise lors de l'inscription, une demande d'annulation entraînera un **remboursement intégral** (hors frais engagé) si elle est faite **avant le 15 février 2026 à 8h30**, soit deux semaines avant le départ de la course. Il n'y aura plus aucun remboursement ensuite.
- Toutes les annulations doivent être faites en faisant la demande à : traldefour@gmail.com

2.4 Assurances

L'organisateur a souscrit une assurance multirisque couvrant sa responsabilité civile. Sauf s'ils y ont renoncé, les athlètes licenciés FFA sont couverts par une assurance dommages corporels. Il est vivement conseillé aux autres athlètes de souscrire une assurance personnelle couvrant les dommages corporels auxquels leur pratique sportive peut les exposer.

2.5 Dossards

2.5.1 Retrait

Le retrait des dossards se fait auprès de l'équipe de l'organisation, pendant les périodes définies dans l'article 3 de ce présent règlement et au lieu précisé par l'organisateur. Au préalable, les participants doivent obligatoirement transmettre leur licence FFA pour l'année en cours ou leur Parcours Prévention Santé valide en date de la course **obligatoirement 48h avant le début de la course.**

Les concurrents arrivés après les horaires de remise des dossard ne pourront accéder à la course.

2.5.1 Port du dossard

Le dossard doit être porté sur la poitrine ou le ventre et doit être visible en permanence et en totalité pendant toute la course. Il doit donc être toujours positionné au-dessus de tout vêtement et ne peut en aucun cas être fixé sur le sac ou une jambe.

Article 3 – COURSE

3.1 Parcours

3 épreuves sont proposées aux coureuses et coureurs :

5 km / 101m D+ /101m D-
12 km / 236m D+ / 236m D-
21km / 360m D+ / 360m D-

De légers ajustements peuvent être mis en place afin d'optimiser l'expérience. La course n'ayant pas lieu sur route, les tracés peuvent être plus long, jusqu'à 1km.

L'organisation se garde le droit de modifier sans dédommagement les parcours en cas de complications techniques ou météorologiques, pour la sécurité des participants, de ses bénévoles et plus généralement de l'ensemble des personnes engagées.

3.2 Programme prévisionnel

Dimanche 1 mars :

7h15 : Buvette petit déjeuner
7h30 : Remise des dossards 21km
8h00 : Ouverture de la ligne de départ
8h15 : Fermeture dossards 21km/début de l'échauffement/Remise des dossards 12km
8h30 : Départ 21km
8h45 : Fermeture dossards 12km/début de l'échauffement/Remise des dossards 5km
9h00 : Départ 12km
9h15 : Début de l'échauffement/Fermeture des dossards 5km
9h30 : Départ 5km
9h45 : Premier arrivé
11h00 : Buvette / restauration
12h00 : Dernier arrivée

Programme sous réserve de modifications

3.3 Direction de course

Directeur de course : Association Trail de Four

Le directeur de course est chargé de l'application du présent règlement et de ses dispositions pendant le déroulement de l'épreuve.

3.4 Matériel obligatoire

La course ayant lieu en hiver le coureur s'engage à avoir pendant la totalité de la durée de la course le matériel suivant :

- **Couverture de survie** (1,40m x 2m minimum)

Obligatoire pour toutes les épreuves

- **1 couche** de vêtements sur le corps, nous **recommandons** deux à trois couches si les températures sont négatives

- **Couverture complète des jambes** (legging / pantalon ou association de collants de course et chaussettes couvrant entièrement les jambes.)

Fortement recommandé pour toutes les épreuves

- **Réserve d'eau** :

Minimum 0,5L obligatoire sur le 5 km 12 km

Minimum 1L obligatoire sur le 21 km

- **Réserve alimentaire**

Recommandation : 200kcal sur le 5 km et 12 km

Recommandation : 400kcal sur le 21 km

- **Gobelet personnel** (15cl minimum)

Obligatoire pour le 21km (ravitaillement)

- **Sifflet**

Obligatoire pour toutes les épreuves

- **Téléphone portable** (chargé, compatible réseaux téléphoniques français)

Obligatoire pour toutes les épreuves

- **Pièce d'identité** (acceptée sur le téléphone)

Obligatoire pour toutes les épreuves

- **Chaussures de trail-running** (robustes et fermées) -> randonnée accepté pour la marche uniquement

Fortement recommandé pour toutes les épreuves

Par ailleurs, cette liste de matériel peut être complétée par chaque coureur selon son expérience et ses besoins.

Des contrôles seront effectués pour accéder au départ de la course puis des contrôles aléatoires pourront être effectués pendant la course.

Précisions :

- Les bâtons sont autorisés mais ne doivent pas être utilisés dans le 1er kilomètre.

- Les animaux de compagnie sont interdits lors de la course

3.5 Ravitaillements

Un point de ravitaillement est proposé sur 1 parcours :

- 1 pour le 21km

Le ravitaillement comprend du solide et des liquides. Le ravitaillement est organisé seulement par l'association. N'ayant pas la place d'accueillir les voitures des accompagnants, nous ne pouvons pas vous autoriser d'assistance extérieur pour celui-ci.

3.6 Barrières horaires

Les barrières horaires sont fixées afin de limiter les grosses défaillances dans un souci de santé envers les coureurs, mais aussi pour une meilleure gestion de l'organisation et des bénévoles.

- 5km :
Arrivée (km 5) : 2h30
- 12km :
Arrivée (km 12) : 3h
- 21km :
Ravitaillement (km 12) : 1h50
Arrivée : 3h30

En cas de circonstances exceptionnelles, l'organisation se réserve le droit de modifier ces barrières horaires ou de repêcher un coureur.

3.7 Abandon

Sauf en cas de blessure, un coureur doit abandonner au niveau de l'espace de ravitaillement, en se manifestant à une personne de l'organisation ou en contactant le PC course.

3.8 Respect de l'environnement

3.8.1 Gestion des déchets

Il est strictement interdit d'abandonner ses déchets (tubes contenant des gels, papiers, détritus organiques, emballages plastiques...) sur le parcours. Tous les participants doivent conserver les déchets et emballages en attendant de pouvoir les jeter dans les poubelles mises à disposition. Elles doivent être impérativement utilisées.

3.8.2 Coupe des sentiers

Il est impératif de suivre les chemins tels qu'ils sont balisés, sans couper.

3.9 Disqualifications et pénalités

3.9.1 Mises hors course

Les concurrents risquent une pénalité voire la disqualification dans les cas suivants :

- Dossard :
 - Absence de dossard
 - Falsification/Détérioration de dossard
- Course :
 - Retard au départ de la compétition
 - Non pointage aux postes de contrôles
 - Dépassemement des temps maximums autorisés aux postes de contrôle
 - Ravitaillement en dehors des zones prévues
 - Aide d'un pacer (coureur extérieur à la course qui accompagne le participant)
 - Attitude dangereuse
- Matériel
 - Absence de l'équipement obligatoire
 - Changement de matériel ou tenue en dehors des zones prévues à cet effet
 - Refus de présenter son matériel
- Environnement :
 - Pollution ou dégradation des sites traversés (sentier coupé, jets d'un quelconque détritus : papier, emballage, etc.)
 - Coupe du parcours ou d'un sentier
- Autres :
 - Non respect des consignes sanitaires
 - Non assistance à coureur en danger
 - Non respect d'une personne de l'organisation, d'un autre coureur ou d'une personne assistant à la course

L'organisation se réserve le droit de définir elle-même une pénalité adaptée à l'acte et l'intentionnalité de celui-ci.

3.9.2 Réclamations

Les réclamations peuvent être écrites et remises au directeur de course.

Une réclamation contre une décision du jury à la suite du rapport d'un commissaire technique doit être présentée immédiatement par le concurrent intéressé.

Les réclamations contre le classement devront être présentées au plus tard une demi-heure après l'affichage des résultats.

3.10 Classement

3.10.1 Catégories

Il sera établi un classement pour chacune des catégories suivantes : Hommes et Femmes.

Notes :

- Seule l'année de naissance est prise en compte dans la catégorie

3.10.2 Remise des prix

- **Remise des prix** : dimanche 1 mars à partir de 12h30.
- La remise des prix sera limitée au premier homme et première femme de chaque course présent lors de la remise des prix.

3.11 Modification des parcours et arrêt de la course

En cas de circonstances exceptionnelles (dont une météo impactant la sécurité des coureurs), l'organisation se garde le droit de modifier les parcours, modifier les horaires, modifier les barrières horaires ou annuler la course **sans que les coureurs puissent prétendre à un remboursement.**

3.12 Secours et assistance médicale

Des postes de secours avec des équipes spécialisées sont implantés en divers points des parcours. Ces postes sont en liaison radio ou téléphonique avec la direction de course. Les postes de secours sont destinés à porter assistance à toute personne ayant besoin d'assistance médicale.

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

- En se présentant à un poste de secours
- En appelant la direction de course
- En demandant à un autre coureur de prévenir les secours

Chaque coureur doit porter assistance à toute personne en danger et prévenir les secours.

L'ensemble du personnel médical, paramédical et secouriste, ainsi que toute personne désignée par la direction de course sont habilités :

- À mettre hors course tout concurrent jugé inapte à continuer l'épreuve
- À obliger tout concurrent à utiliser tout élément du matériel obligatoire
- À faire évacuer par tout moyen les coureurs qu'ils jugeront en danger.
- À orienter les patients vers la structure de soins la plus adaptée.

Un coureur faisant appel à un médecin ou un secouriste se soumet de fait à son autorité et s'engage à accepter ses décisions.

Dès l'instant où l'état de santé d'un coureur justifiera d'un traitement au moyen d'une perfusion intraveineuse, celui-ci sera obligatoirement mis hors course.

Une infirmerie sera accessible à l'arrivée, les coureurs ayant un problème médical sévère pourront s'y adresser. Les soins de confort sont soumis à l'appréciation du personnel médical dans la limite de leur disponibilité.

3.13 Responsabilités

La responsabilité de l'organisateur ne pourra être engagée qu'en cas de faute lourde, intentionnelle ou dolosive. Le participant et ses assureurs garantissent et indemnisent l'organisateur, ses sous traitants et leurs assureurs respectifs de toute réclamation ou autre action de quelque nature que ce soit en relation avec le présent Règlement émanant d'un tiers.

Article 4 – IMAGES ET DONNÉES

4.1 Droit à l'image

Chaque participant du Trail de Four autorisé et accorde à l'association Trail de Four organisatrice de la course, propriétaire de la course, et à leurs associés, partenaires, promoteurs, annonceurs, sociétés de diffusion, agents, représentants, licenciés et bénéficiaires, toutes les autorisations nécessaires, droits, licences et permissions d'utiliser les photographies, les enregistrements audio ou vidéo, ou toute autre forme d'enregistrement susceptible de capturer l'image du participant, portrait, voix ou représentation (ou tout à la fois), dans lesquels le participant pourrait être représenté en tout ou partie, de quelque manière que ce soit ou sur des supports médiatiques, incluant les parutions presse, émissions, parutions internet, contenus téléchargeables et applications, et toutes les autres technologies de diffusion connues ou pas encore développées. Les Images pourront être utilisées et exploitées dans un but commercial ou non commercial et pourront être altérées, modifiées, changées, combinées ou incorporées dans d'autres travaux. Le participant renonce à tous les droits à l'image (comprenant les droits de protection de la vie privée, de la personnalité et les droits de la publicité). Aucun dommage et intérêt ou autre compensation financière ne sera accordée au participant pour ou en relation à l'utilisation de son image.

4.2 Collecte des données

Les données personnelles demandées aux participants par l'Organisateur sont des données nécessaires à l'exécution de la manifestation. Les données personnelles renseignées par le participant dans le formulaire d'inscription en ligne ne seront utilisables et consultables que par l'Organisateur et le propriétaire de la course. Elles ne seront pas communiquées aux partenaires. L'association Trail de Four est donc le seul destinataire des données personnelles de tous les participants. Les coordonnées des participants seront traitées conformément aux dispositions de la loi n°78-17 du 6 janvier 1978 relative à l'informatique, aux fichiers et aux libertés. Certaines données comme l'adresse postale peuvent être partagées auprès de prestataires dans le cas de la livraison des prix à domicile.

Les participants bénéficieront d'un droit d'accès et de rectification relatif aux données personnelles renseignées dans le formulaire d'inscription en écrivant à l'adresse e-mail Trail de Four

Les données personnelles des participants seront conservées sur une durée nécessaire à l'organisation et au bon fonctionnement de la manifestation, ces informations faisant preuve de la participation de tous les participants, et étant nécessaires pour la défense des droits de la manifestation.

L'association Trail de Four exploitera ces données dans les perspectives d'améliorer la qualité de l'événement et de promouvoir la destination avec des communications ciblées et pertinentes pour son destinataire.