



## Règlement du Trail de la Montcient

### 1. Préambule :

Le présent règlement est disponible sur le site <http://trailedelamontcient.com> et un extrait sera affiché au départ de la course au niveau du stand de retrait des dossards.

### 2. Organisateurs :

Le trail de la Montcient, est organisé par l'association sportive Meulan Vexin Seine Athlétisme, en partenariat avec la ville de Oinville sur Montcient et de nombreux bénévoles.

### 3. Epreuves :

- Un 12km : Trail découverte avec environ 200M de D+, autorisé dès 16 ans (le jour de la course).
- Un 24km : Trail intermédiaire avec environ 450M de D+, autorisé à partir de 18 ans (le jour de la course).
- Un 35km : Trail moyenne distance avec environ 600M de D+, ouvert lui aux coureurs de 20 ans (le jour de la course) et plus,
- Course enfants 3,2 km : autorisé pour les jeunes F et H de 12 à 15 ans inclus, le jour de la course,
- Course enfants 1,2 km : autorisé pour les jeunes F et H de 8 à 11 ans inclus le jour de la course.
  
- Marche nordique 12 km : autorisé à partir de 16 ans (le jour de la course).

Toutes les épreuves se dérouleront à l'intérieur du Parc Naturel Régional du Vexin Français. Vous découvrirez à 30 km de Paris, les paysages bucoliques de la campagne Vexinoise.

### 4. Date, lieu et horaires :

Le trail de la Montcient, se déroulera le **samedi 17 mars 2018** au départ de Oinville sur Montcient proche de la Mairie à l'intérieur du Parc de la Coulée Verte.

#### Horaires :

- Marche Nordique de 12km: 10h00
  
- 35 km : Départ prévu à 13h30
- Course enfant 3,2 km : 13h45
- Course enfant 1,2 km: 14H00
- 24 km : Départ prévu à 14h15
- 12 km : Départ prévu à 14h45

L'arrivée aura lieu au même endroit.

### 5. Modalités et frais d'inscriptions :

Les inscriptions sont ouvertes aux coureurs licenciés et non licenciés. Chaque coureur devra impérativement présenter lors de son inscription, soit sa licence de l'année en cours, soit un certificat médical (ou une copie) sur lequel doit apparaître la mention « non contre-indication à la pratique du trail ou de la course hors stade en compétition » de moins de 1 an au 17 mars 2018.

Tout coureur ne respectant pas ces conditions se verra refuser son inscription.

Concernant la marche nordique, chaque marcheur devra impérativement présenter lors de son inscription, soit sa licence de l'année en cours (athlé loisirs athlé running, athlé santé, athlé compétition) soit un certificat médical (ou une copie) sur lequel doit apparaître la mention « non contre-indication à la pratique de la marche nordique ou de la course hors stade en compétition » de moins de 1 an au 17 mars 2018.

Tout coureur ne respectant pas ces conditions se verra refuser son inscription.

Les inscriptions se font exclusivement par internet via le site : <https://www.traildelamontcient.com>

Les inscriptions seront validées **à réception du dossier complet.**

#### **Frais d'inscriptions (hors frais de gestion).**

12km : 10 euros les 150 premiers dossard, 12 euros les suivants.

24km : 15 euros les 100 premiers dossards, 18 euros les suivants.

35km : 20 euros les 70 premiers dossards, 23 euros les suivants.

Marche nordique de 12km: 5 euros

Courses enfants (3,2km et 1,2km) : 2 euros

Si dossards disponible, inscription sur place avec majoration de 4 euros pour les inscriptions. Vérifier la veille de la course sur le site internet de l'organisation si ils restent des dossards à attribuer.

#### **Remboursement et annulation :**

Les remboursements auront lieu uniquement sur justificatifs médicaux et **par écrits** (courriel ou courrier).

La demande d'annulation sera prise en compte en cas d'accident ou de maladie grave du coureur.

Conditions de remboursement :

- 100% des frais d'inscriptions seront remboursés jusqu'au **15/02/2018.**
- 50% des frais d'inscriptions seront remboursés jusqu'au **01/03/2018**
- Plus aucun remboursement ne pourra avoir lieu après le **02/03/2018.**

Dans le cas d'une annulation de la course, pour des raisons extérieures à l'organisation (cas de forces majeures etc.), aucun remboursement ne pourra avoir lieu.

#### **6. Participants :**

Le Trail de la Montcient est un Trail à caractère familial, les 3 épreuves de courses à pied accueilleront 900 coureurs au total, répartis comme suit :

- 12km : 450 coureurs
- 24km : 300 coureurs
- 35km : 150 coureurs
- 3,2km : 100 coureurs
- 1,2km : 100 coureurs
- 12km marche Nordique : 150 marcheurs

#### **7. Remise des dossards :**

Le samedi 17 mars 2018 : De 9h à 14h15 (selon la course) à la mairie de Oinville sur Montcient.  
Le Retrait des dossards devront se faire obligatoirement 30 minutes avant le départ des différentes courses.

- Jusqu'à 9h30 pour le 12km marche Nordique
- Jusqu'à 13h pour le 35km
- Jusqu'à 13h45 pour le 24km
- Jusqu'à 14h15 pour le 12km
- Jusqu'à 13h15 pour le 3,2km
- Jusqu'à 13h30 pour le 1,2km

Les dossards seront remis uniquement sur présentation de la carte d'identité des coureurs et à la condition que le dossier soit complet.

Attention : Aucun échange de dossard n'est admis. Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve. L'organisation se dégage de toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation.

## **8. Environnement :**

Le Trail de la Montcient, se déroule entièrement dans un parc naturel régional préservé, et se veut résolument écologique. Ainsi des gobelets réutilisables seront distribués à chaque coureur à la remise des dossards.

**Attention, aucun gobelet en plastique ne sera distribué lors des ravitaillements! Hormis sur le 12km.**

Les tracés empruntent les coteaux du vevin, les chemins des plaines et traversent les bois du Cornouiller, des abeilles, des cailloux et termineront par un sentier bucolique le long de la Montcient.

**Tout coureur pris en train de jeter papiers, emballages, barres, tubes ou ne respectant pas les parcours et sentiers balisés, sera automatiquement disqualifié.**

## **9. Ravitaillements :**

Des ravitaillements seront proposés sur chacune des trois épreuves :

- Sur le 12km, un ravitaillement complet (au 5,5km)
- Sur le 24km, deux ravitaillements complets (au 6,3km et au 15,5km)
- Sur le 35km, deux ravitaillements complets et un troisième liquide (au 9km, 18,5km et 26,8km)

Ravitaillement à l'arrivée **pour l'ensemble des parcours.**

Les ravitaillements comprendront des aliments provenant de fermes locales situées dans le Vevin favorisant ainsi les circuits courts et l'attachement du Trail aux valeurs environnementales.

## **10. Matériel :**

Obligatoire :

Il est fortement conseillé de disposer d'une réserve d'eau sur le 12km.

Il est obligatoire de disposer d'une réserve d'eau, d'un minimum de 50cl sur le 24 et 35km.

**Un gobelet réutilisable sera distribué à chaque coureur et devra être utilisé obligatoirement à l'ensemble des ravitaillements.** Hormis sur le 12km.

Par ailleurs la lampe frontale est obligatoire sur le 35km.

Conseillé :

Il est conseillé de disposer d'une réserve alimentaire, d'un téléphone portable, d'une couverture de survie, de chaussures adaptées au Trail, et d'un sifflet. Une lampe frontale est conseillée sur le 24km.

### **11. Balisage :**

La course sera balisée par une signalétique verticale :

- Rubalise, toujours de la même couleur;
- Flèches indiquant les bifurcations et jonctions de parcours

D'une signalétique au sol : marquage au sol.

Les couleurs seront différentes en fonction des parcours :

- 12 km : Bleu
- 24 km : Jaune
- 35 km : Orange

### **12. Sécurité :**

Les coureurs s'engagent à respecter le code de la route lors des traversées ou passages sur chaussées goudronnées.

Une équipe médicale sera présente lors du déroulement de la course.

L'organisateur, le Meulan Vexin Seine Athlétisme se réserve le droit :

- sur avis médical de mettre hors course tout coureur présentant des signes de défaillances physiques importantes
- d'annuler la course si les conditions météorologiques s'avèrent très défavorables le jour du trail
- Afin de respecter les normes du plan vigipirate, il n'y aura lors de la course ni consignes, ni vestiaires.

### **13. Les courses :**

L'encadrement des épreuves sera effectué par :

- Un VTT ouvreuse sur chacune des courses
- Un VTT suiveur qui fermera la course

Ce dernier signalera le dernier de chaque épreuve du Trail de la Montcient.

Des temps limites de courses seront appliquées sur les épreuves, les coureurs arrivant hors délai seront jugés hors courses.

Pour le 35km, deux barrières horaires sont imposées :

- 2h15 au passage au 18km
- 3h30 au passage au 26km

### **14. Les récompenses :**

Les trois premiers de chaque course seront récompensés. Ainsi que le premier de chaque catégories homme et femme.

L'ensemble des coureurs recevra un cadeau de bienvenue.

## **15. Droits d'images :**

Tout concurrent renonce 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.

## **16. Assurances :**

Responsabilité civile : L'épreuve est couverte par une assurance responsabilité civile contractée par l'organisateur.

Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance de leurs licences. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement (assurance individuelle accident) afin de couvrir leurs propres risques.

**Bonne course à toutes et tous !**