

**ASSOCIATION COUREURS DES  
CRETES**

Président MESLIER Luc  
Chez MESLIER Luc  
Cipponu de Muratello  
20137 PORTO-VECCHIO  
SIRET : 850 910 530 00011



**Contact :**

06.13.48.41.39  
[coueursdescrettes@gmail.com](mailto:coueursdescrettes@gmail.com)  
[www.coueursdescrettes.fr](http://www.coueursdescrettes.fr)  
Facebook / Instagram  
@coueursdescrettes

**ALTA ROCCA TRAIL  
QUENZA – 01/09/2024  
REGLEMENT DE L'ÉVENEMENT**

**ARTICLE 1 - ORGANISATEUR**

Le dimanche 1 Septembre 2024, l'association loi 1901 COUREURS DES CRETES organise avec l'association QUENZA PRIMA l'évènement « ALTA ROCCA TRAIL - QUENZA ». C'est une course pédestre en pleine nature appelée « TRAIL » avec dossards et chronométrage.

**ARTICLE 2 – LES PARCOURS**

ALTA ROCCA TRAIL - QUENZA est un évènement qui regroupe 3 parcours :

**U GHJIRU DI QUENZA : TRAIL DÉCOUVERTE & MARCHÉ**

- 10 km avec 300 mètres de dénivelé positif
- Départ et arrivée à Quenza place de l'église
- A 10h le Trail chronométré
- A 10h05 la Marche non chronométrée

**I FURCHI : TRAIL DÉCOUVERTE**

- 15 km avec 800 mètres de dénivelé positif
- Départ de Bavella à 10h00 (Navette à Quenza à 9h00)
- Arrivée à Quenza place de l'église

**L'ALCUDINA : TRAIL COURT**

- 26 km avec 1500 mètres de dénivelé positif
- Départ de Bavella à 8h30 (Navette à Quenza à 7h30)
- Arrivée à Quenza place de l'église

**Barrière horaire**

L'organisateur se réserve le droit de mettre une barrière horaire.

**Départs et arrivées**

À tout moment, l'organisation se réserve le droit de modifier le parcours et/ou les horaires de l'épreuve. Elle se réserve également le droit d'annuler l'épreuve pour tous motifs qui mettraient la vie du coureur en danger ou tous cas de force majeure.

### **ARTICLE 3 – RAVITAILLEMENT**

Il y aura un ravitaillement en eau pour le trail découverte I FURCHI.

Concernant le trail court L'ALCUDINA, il y aura deux ravitaillements en boisson et en alimentation.

A l'arrivée, on aura un ravitaillement en boisson et en alimentation.

Cependant de manière générale, il est recommandé aux participants de prendre en charge leur ravitaillement.

Les ravitaillements sauvages ne sont pas autorisés.

Vous pourrez voir l'emplacement des ravitaillements sur le détail du parcours.

### **ARTICLE 4 – INFORMATIONS**

#### *Récupération des dossards*

Les dossards devront être récupérés le jour de la course à Quenza (et/ou à Bavella pour I FURCHI et L'ALCUDINA).

#### *Acheminement au point de départ de Bavella*

Des navettes Autobus seront mises à disposition des participants le matin de la course au départ de Quenza à destination de Bavella :

- Départ à 7h30 du bus pour exclusivement les participants du trail court L'ALCUDINA
- Départ à 9h00 du bus pour les participants du trail découverte I FURCHI

Vous devrez réserver obligatoirement votre place dans le bus au moment de votre inscription.

Les concurrents peuvent très bien se rendre au point de départ par leur propre moyen.

Attention, il n'y aura pas de navettes à l'arrivée entre Quenza et Bavella.

#### *Parking*

A Quenza, il sera possible de se garer dans le village ou au parking dédié pour l'événement.

A Bavella, il existe des parkings communaux payants qui sont obligatoires pour tout visiteur.

#### *Accueil*

Un local sera mis à disposition de l'organisation et des participants à Quenza.

Il va permettre d'accueillir les participants dans des conditions optimales et va servir :

- D'accueil
- De toilettes
- De vestiaires et point d'eau
- De mise en sécurité en cas d'accidents ou d'intempéries

#### *Déchets*

Plusieurs poubelles seront installées aux points d'accueil, de parking et de ravitaillements parcours et arrivée.

Elles seront toutes ramassées à la fin de l'événement et jetées dans les conteneurs appropriés.

#### Balisage provisoire

Un balisage provisoire composé de ruban balise et de piquets sera installé un jour avant l'événement puis retiré dès la fin de l'événement ou le lendemain. Cela permettra également de vérifier si aucun débris n'a été jeté sur le parcours et donc de les ramasser au cas où.

#### Sécurité

Pour sécuriser chaque traversée de route sur les parcours, deux signaleurs seront à chaque fois présents.

Des postes de contrôles seront positionnés sur l'ensemble du parcours afin d'assurer une parfaite régularité de la course. Tous ces contrôles seront ensuite revérifiés à l'arrivée. Suivant les obligations légales, la sécurité sera assurée par un ou plusieurs médecins.

#### Attention vigilance :

*Sur les parcours « TRAIL », il y aura une descente de chaînes délicate sur la variante alpine du GR20 au cœur des aiguilles au km 2.*

*Chaque concurrent devra suivre scrupuleusement les consignes des 2 contrôleurs qui seront présents pour sécuriser le passage. Ce sont eux qui vont réguler et déterminer l'ordre de passage des participants.*

*Toute personne qui aura un comportement inapproprié sera disqualifiée sans réserve de la course.*

#### **ARTICLE 5 – INSCRIPTIONS & CATEGORIES**

Cette compétition est ouverte à toutes et à tous, licenciés ou non, à partir de la catégorie espoir (18 ans et +), titulaires d'une assurance pour les risques encourus lors de la pratique de la course pédestre.

Ainsi que le stipule l'article 231-2-1 du Code du sport, la participation n'est ouverte qu'aux coureurs disposants :

- D'une licence sportive : FFA, FFTRI, FFCO, FFPM ou UFOLEP Athlé, en cours de validité, le jour de la manifestation et adaptée au type de course.
- D'un certificat médical d'aptitude à la pratique de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition. Ce document (original ou copie) doit être daté de moins d'un an à la date de la course, et ne peut être remplacé par aucun autre document attestant de son existence.

Il est expressément indiqué que les coureurs participent à la compétition sous leur propre et exclusive responsabilité. Ne peuvent participer que les coureurs qui ont rempli les conditions d'inscriptions suivantes :

- Inscription sur le site [www.coueursdescretes.fr](http://www.coueursdescretes.fr) ou sur le site Sports'N Connect
  - o *Attention : il ne sera pas possible de s'inscrire le jour de l'événement pour les parcours « TRAIL », uniquement pour la marche*
- Droit d'engagement

- Certificat médical ou licence en cours de validité
- Signature de la charte du trailer

### Chronométrage

Il est interdit de courir sans dossard et la cession de son dossard à une tierce personne, est proscrite. Pour être pointé et chronométré, le passage sur la ligne de départ est obligatoire. En cas d'abandon, rendre son dossard afin d'éviter des recherches inutiles.

Les contrevenants engageraient leur responsabilité exclusive, et l'organisation ne pourrait être tenue responsable, en cas d'accident provoqué ou subi par un participant illicite.

### **ARTICLE 6 – CHARTE DU TRAILER & MOTIFS DE DISQUALIFICATION**

- Prendre conscience que le milieu naturel que vous traversez, le Parc Naturel Régional de Corse et Natura 2000 est basé sur un équilibre écologique fragile
- Respecter la faune et la flore
- Ne pas jeter bouteilles et autres sachets de barres énergétiques usagés sur le sol et ne pas crier intempestivement que ce soit sur les parcours ou sur les lieux d'accueil
- Respecter le balisage, seul garant de votre bonne orientation
- Respecter les bénévoles, sans lesquels la course ne pourrait avoir lieu
- Venir en aide à un concurrent en situation dangereuse

Les contrôleurs qui seront témoins de telles irrégularités auront pour mission de mettre hors course les coureurs qui ne respecteront pas ces points essentiels du règlement. Ils garantissent en effet l'éthique et l'esprit de la course nature.

### **ARTICLE 7 – EQUIPEMENTS OBLIGATOIRES**

L'épreuve est courue en semi-autosuffisance.

De ce fait, les concurrents devront se munir :

- D'une réserve alimentaire (barres énergétiques ou de gels de leur choix)
- D'un minimum de 1 L d'eau ou de boisson énergétique dans le contenant de leur choix (porte bidon, poche à eau...)
- D'une veste coupe-vent et/ou imperméable de taille adulte, permettant de supporter le mauvais temps
- D'un sifflet
- D'une couverture de survie
- Du dossard visible de face équipé de sa puce en vue du pointage électronique

### **Attention :**

*Un téléphone mobile est recommandé pour toutes les courses et obligatoire pour la course « L'Alcudina », mettre dans son répertoire le numéro du directeur de course communiqué lors du retrait des dossards, de garder son téléphone allumé, et ne pas masquer son numéro.*

Le concurrent s'engage à posséder le matériel de sécurité obligatoire et à pouvoir le présenter à tout moment en cas de sollicitation de l'organisation durant la totalité de l'épreuve.

### **ARTICLE 8 – DROITS À L'IMAGE**

Par sa participation à ALTA ROCCA TRAIL, chaque participant autorise expressément l'organisation à utiliser ou faire utiliser ou reproduire son nom, son image, sa voix et sa prestation sportive dans le cadre de cette manifestation en vue de toute exploitation directe ou sous forme dérivée de l'épreuve, et ce sur tout support, dans le monde entier, par tous les moyens connus ou inconnus à ce jour, et pour toute la durée de protection actuellement accordée à des exploitations directes ou dérivées par les dispositions légales ou réglementaires.

### **ARTICLE 9 - ASSURANCE**

L'organisation souscrit une assurance en responsabilité civile auprès de la MAIF. L'organisateur rappelle aux coureurs l'intérêt que présente la souscription d'un contrat d'assurance couvrant les dommages corporels auxquels leur pratique sportive peut les exposer (article L, 321-4 du Code du Sport). Ils déclinent toute responsabilité pour tout accident physiologique (immédiat ou futur) ou en cas de vol. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement et ils s'engagent à n'exercer aucune poursuite envers les organisateurs pour tout incident pouvant résulter de leur participation à l'épreuve.

### **ARTICLE 10 - REGLEMENT**

La participation à ALTA ROCCA TRAIL, implique l'acceptation expresse par chaque concurrent du présent règlement. Il s'engage sur l'honneur à respecter la charte du Trailer. L'engagement à la manifestation entraîne l'acceptation du règlement dans son intégralité.