

Règlement :

Généralités :

Le **Trail Nocturne de la Tourouge** est une manifestation sportive pédestre, nocturne, qui propose plusieurs distances : un parcours de 21 km (trail), un parcours de 10 km (trail), et deux parcours de 8 et 14 km (marche). Cette manifestation se déroule sur les communes de VALAY, VADANS et de LIEUCOURT.

Le **départ** des courses se tiendront sur la commune de VALAY, au stade. Les départs seront donnés à 18h45 pour le 21 km, et pour le 10 km trail, et à 17h30 pour le 8 km et le 14km marche.

En cas de force majeure, d'événement climatique, de catastrophe naturelle ou de toute autre circonstance mettant en danger la sécurité des concurrents, l'organisation se réserve le droit de modifier le circuit ou d'annuler l'épreuve sans que les concurrents puissent prétendre à un quelconque remboursement.

Inscription :

Les frais d'inscriptions sont fixés selon le tableau suivant :

Prix d'inscription,	8 km marche	14 km marche	10 km course	21 km course
Avec repas	15 €	18 €	20 €	25 €
Sans repas	9 €	12 €	14 €	19 €

Les participants non licenciés doivent fournir un **certificat médical** autorisant la pratique de la course à pied en compétition. Ce certificat sera daté de moins d'un an. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident provoqué par une déficience physique lors de la course. Les mineurs devront être munis d'une autorisation parentale. Les participants devront accepter le présent règlement.

Classement et récompense :

Cette manifestation est chronométrée et donnera lieu à un **classement** par catégories, ce classement sera diffusé à l'issue de la course et disponible sur le site : www.le-sportif.com.

Une récompense sera remise aux trois premiers de chaque course, pour chaque catégorie.

Ravitaillement :

Le TNT se court en **semi-autosuffisance**. Sur le parcours, des points de ravitaillements seront mis en place, et approvisionnés en boisson et nourriture. Il sera possible de procéder au remplissage des bidons ou poches à eau. Ces ravitaillements seront placés tous les 5 Km environs le long des parcours.

Le principe de semi-autosuffisance impose à chaque coureur de disposer, de la quantité d'eau et d'aliments qui lui est nécessaire pour rallier le point de ravitaillement suivant.

Aucun **véhicule** ne sera autorisé à suivre ou à accompagner les coureurs, à l'exception de ceux de l'organisation.

Sécurité :

L'assistance médicale sera assurée par des secouristes, répartis tout au long du parcours. Chaque participant est tenu de porter assistance à toutes personnes en difficulté. Un médecin couvrira l'ensemble de la manifestation.

Tout coureur devra être équipé d'un équipement minimum : de l'eau, une couverture de survie, un moyen d'éclairage (lampe frontale), des tenues haute visibilité, et un téléphone portable.

Le soir de la course, en cas d'incident, un numéro unique de sécurité permettra de joindre l'organisation, c'est le 06 74 80 18 75.

Le coureur s'engage à n'emprunter que le parcours balisé. Des signaleurs seront présents pour assurer la sécurité aux points sensibles. Sur les parties du parcours empruntant la voie publique, chaque participant devra se conformer au code de la route et ne sera en aucun cas prioritaire sur un véhicule. L'organisation se réserve le droit de modifier à tout moment le parcours.

L'organisation a souscrit un contrat d'assurance en responsabilité civile pour cette manifestation. Il convient à chaque participant d'être couvert individuellement par son assurance personnelle.

Repas :

Un repas type « **Pasta party** » sera proposé pour les coureurs ainsi que pour les accompagnateurs. Ce repas devra être réservé lors de l'inscription, il est compris dans le prix d'engagement. Le prix pour les « non-coureurs » est fixé à 8 euros.

Environnement :

Une attention particulière sera portée à la propreté des sites et du parcours, cela concerne l'ensemble des acteurs, coureurs et bénévoles. Les emballages vides (gels, barres, boissons, etc.) devront être déposés dans les poubelles mises à disposition sur les sites de départ, de ravitaillement et d'arrivée. Chaque coureur veillera donc à conserver ses déchets jusqu'au ravitaillement ou jusqu'à l'arrivée.