

# Trail Gapen'cimes

## 2018

### RÈGLEMENT DU 11<sup>ème</sup> TRAIL GAPEN'CIMES. EDITION 2018

#### Art 1 : ORGANISATEUR

La Ville de Gap et l'Office Municipal des Sports de GAP, le club Gap Hautes-Alpes Athlétisme et avec le soutien du 4<sup>ème</sup> Régiment de chasseurs organisent le samedi 6 et le dimanche 7 octobre 2018 le **11<sup>ème</sup> Trail GAPEN'CIMES**.

#### Art 2 : CONDITIONS D'ADMISSION

##### Les catégories :

- **Pour le trail "féminin"** : ouvert aux femmes, licenciée ou non, nées en 2004 et avant ( à partir de catégorie minime FFA)
- **Pour le trail "Saint Mens"** : ouvert à tous hommes et femmes, licenciés ou non, nés en 2002 et avant ( à partir de catégorie cadet FFA)
- **Pour le trail "des crêtes"** : ouvert à tous hommes et femmes, licenciés ou non, nés en 2000 et avant (à partir de catégorie junior FFA)
- **Pour le trail "Des 3 Cols"** : ouvert à tous hommes et femmes, licenciés ou non, nés en 1996 et avant (à partir de catégorie espoir FFA)
- **Pour le trail "Edelweiss"** : ouvert à tous hommes et femmes, licenciés ou non, nés en 1996 et avant (à partir de catégorie espoir FFA)
- **Pour le trail "Edelweiss DUO"** : (trail par équipe de deux) ouvert à tous hommes et femmes, licenciés ou non, nés en 1996 et avant (à partir de catégorie espoir FFA)
- **Pour le trail "Edelweiss Relais"** : ouvert à tous hommes et femmes, licenciés ou non, nés en 2000 et avant ( à partir de catégorie junior FFA). Les équipes pourront être masculines, féminines et mixtes.
- **Pour le Trail "enfants"** : ouvert à tous hommes et femmes, licenciés ou non, nés entre 2003 et 2011 (catégorie FFA : Ecole d'athlétisme, Poussin, Benjamin, Minime )

Conformément à la loi du 23 mars 1999, les inscriptions ne seront enregistrées que si elles sont accompagnées d'une photocopie de licence sportive en cours de validité à la date de l'épreuve FFA, FSCF, FSGT, UFOLEP faisant apparaître de façon précise la mention " Athlétisme " ou FF Triathlon compétition en cours de validité à la date de l'épreuve et pour les non licenciés un certificat médical de non contre indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins de 1 an ou sa photocopie.

Pour les inscriptions sur place, présentation d'une licence sportive FFA, FSCF, FSGT, UFOLEP, FF Triathlon compétition ou d'un certificat médical attestant de non contre indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins de 1 an ou sa photocopie (Articles L.231-2 et L.231-3 du code des sports) devra être fourni et ce dernier sera conservé par l'organisateur en tant que justificatif en cas d'accident.

En l'absence d'un de ces documents aucune inscription ne sera possible.

**Le « trail au féminin » est une épreuve découverte sans classement. Par conséquent, il n'est pas soumis à la présentation d'une licence ou d'un certificat médical.**

# Trail Gapencimes

## Art 3 : INSCRIPTIONS

**NB** : pour les inscriptions en ligne, la licence (ou le certificat médical) est téléchargeable.

- Par internet sur le site [www.gapencimes.fr](http://www.gapencimes.fr) **cloture des inscriptions en ligne le mercredi 3 octobre 2018**
- Par voie postale : les courriers devront parvenir à la direction des Sports de la ville de Gap impérativement **avant le 3 octobre 2018.**

Les inscriptions par voie postale devront parvenir à l'adresse indiquée ci-dessous:

**Mairie de Gap, Direction des sports**  
**Campus des 3 Fontaines - 2 ancienne route de Veynes**  
**05000 Gap CEDEX**

### A NOTER :

*En fonction des dossards restant disponibles, possibilité de s'inscrire sur place le jour de l'épreuve :*

- Le samedi pour toutes les parcours : jusqu'à une heure avant le départ de chaque course.
- Le dimanche pour le trail des Crêtes : de 5 h 30 à 6 h 15

**ATTENTION** : pas d'inscription le dimanche pour les autres courses : Edelweiss, Edelweiss duo, edelweiss relais à 3 et les 3 cols

### Limitation des dossards :

- Trail « au féminin » : 750 dossards
- Trail de Saint-Mens : 750 dossards
- Trail des Crêtes : 600 dossards
- Trail des trois cols : 400 dossards
- Trail Edelweiss : 350 dossards
- Trail Edelweiss Relais (à 3) : 50 équipes
- Trail Edelweiss DUO (à 2) : 50 duos

### Droits d'inscription :

**Les inscriptions par chèque devront être libellées à l'ordre de :**  
**Office municipal des sports**

### **Samedi 6 octobre 2018 :**

Droits d'inscription **Mini Trail Enfant** : Inscription **gratuite** sur place.

Droits d'inscription « **Trail au féminin** » : 8€ euros  
Le jour de la course et jusqu'à 1h avant le départ : 10€

L'inscription comprend la participation à l'épreuve, le tee-shirt et le ravitaillement.

### Droits d'inscription Trail de Saint Mens :

Avant le 30 juin 2018 minuit : 10€  
Du 1er juillet au 31 août 2018 minuit : 12 €  
Du 1 septembre 2018 au 23 septembre : 15€  
A partir du 24 septembre : 17€

L'inscription comprend la participation à l'épreuve, le tee-shirt et les ravitaillements.

# Trail Gapen'cimes

## **Dimanche 7 octobre 2018 :**

***Pour toutes les courses du dimanche : des navettes gratuites sont à la disposition des concurrents pour se rendre sur le site de départ des courses ( Station Super Dévoluy et/ou Charance). Il est IMPÉRATIF lors de l'inscription de cocher la case correspondante soit par internet soit bulletin papier .NB : "navette Gratuite" / Cliquer et indiquer "oui "ou "non"***  
**Les participants non inscrits ne seront pas prioritaires et ne pourront utiliser les navettes qu' à hauteur des places disponibles.**

### **Droits d'inscription Trail Edelweiss :**

Avant le 30 juin 2018 minuit	: 35€
Du 1er juillet au 31 août 2018 minuit	: 40€
Du 1 septembre 2018 au 23 septembre	: 45€
A partir du 24 septembre	: 50€

L'inscription comprend la participation à l'épreuve, le dossard, le bus afin de se rendre sur le site de départ de la course, les ravitaillements, le tee-shirt, le buffet terroir à l'arrivée, et le lot finisher.

### **Droits d'inscription Trail Edelweiss DUO :**

#### **Tarif par DUO forfait**

Avant le 30 juin 2018 minuit	: 65€
Du 1er juillet au 31 août 2018 minuit	: 75€
Du 1 septembre 2018 au 23 septembre	: 80€
A partir du 24 septembre	: 90€

L'inscription comprend la participation à l'épreuve, le dossard, le bus afin de se rendre sur le site de départ de la course, les ravitaillements, le tee-shirt, le buffet terroir à l'arrivée, et le lot finisher.

### **Droits d'inscription Trail Edelweiss RELAIS à trois :**

#### **Tarif par équipe forfait**

Avant le 30 juin 2018 minuit	: 65 €
Du 1er juillet au 31 août 2018 minuit	: 75 €
Du 1 septembre 2018 au 23 septembre	: 80 €
A partir du 24 septembre	: 90€

**Tarif transport \* par équipe : 6 €**

\* **Le transport comprend** : transport du deuxième relayeur au point de relais de Rabou et retour du premier relayeur sur le site Arrivée + transport du troisième relayeur au point de relais du Col de Gleize et retour du deuxième relayeur sur le site Arrivée.

L'inscription comprend la participation à l'épreuve, les ravitaillements, le tee-shirt pour chaque relayeur, le ravitaillement et le buffet terroir à l'arrivée pour chaque relayeur.

### **Droits d'inscription Trail des 3 cols :**

Avant le 30 juin 2018 minuit	: 30€
Du 1er juillet au 31 août 2018 minuit	: 35€
Du 1 septembre 2018 au 23 septembre	: 40€
A partir du 24 septembre	: 45€

L'inscription comprend la participation à l'épreuve, le dossard, les ravitaillements le t-shirt, le buffet terroir à l'arrivée.

# Trail Gapen'cimes

## Droits d'inscription Trail Crêtes :

Avant le 30 juin 2018 minuit	: 25€
Du 1er juillet au 31 août 2018 minuit	: 30€
Du 1 septembre 2018 au 23 septembre	: 35€
A partir du 24 septembre	: 40€

L'inscription comprend la participation à l'épreuve, le dossard, le bus afin de se rendre sur le site de départ de la course, les ravitaillements, le t-shirt, le buffet terroir à l'arrivée.

- **Inscriptions groupée par club ou team : 9 inscriptions payantes la 10 ème offerte**

## **Art 4 : LES PARCOURS**

Le Gapen'cimes comprend cinq parcours :

### **Samedi 6 octobre 2018:**

#### **PARCOURS E Mini Trail Enfant**

Dans le parc de la pépinière une boucle de 800m à effectuer une (-8 ans), deux(8-12 ans) ou trois fois (+12 ans et jusqu'à 15 ans).

Inscription gratuite sur place : Théâtre de verdure Parc de la Pépinière. Récompenses pour tous les participant(e)s.

Départ : 13h Théâtre de verdure Parc de la Pépinière

Arrivée à partir de 13h15 Hall de la Blâche / Parc de la pépinière (à proximité du stade de glace Alp'Aréna)

#### **PARCOURS D TRAIL « au féminin » en partenariat avec l'association ADOC 05:**

Ouvert à toutes, coureuses et marcheuses. Au départ de Gap direction Molines-colline de Saint-Mens et arrivée dans le parc de la pépinière : soit 6 km et 250m de dénivelé positif.

Départ : 14h Théâtre de verdure Parc de la Pépinière

Arrivée à partir de 14h30 Hall de la Blâche / Parc de la pépinière (à proximité du stade de glace Alp'Aréna)

#### **PARCOURS C TRAIL Saint Mens:**

Au départ de Gap direction Molines-colline de Saint-Mens-Tréchatel-Bellevue-Les Emeyères-Lareton-Molines et arrivée Hall de la Blâche / Parc de la pépinière (à proximité du stade de glace Alp'Aréna) : soit 14 km et 650 m de dénivelé positif.

Départ : 15h30 Parc de la Pépinière

Arrivée à partir de 16h30 Hall de la Blâche / Parc de la pépinière (à proximité du stade de glace Alp'Aréna)

### **Dimanche 7 octobre 2018 :**

#### **PARCOURS A TRAIL Edelweiss**

58,7 km et 3211 m de dénivelé positif pour 4045 m de dénivelé négatif.

Au départ de la station de Superdévoluy-Col de Rabou-Rabou-Crêtes de Charance-Col de Gleize-Pic de Gleize et retour vers Gap.

Départ : 6h30 Superdévoluy.

Arrivée à partir de 12h00 Hall de la Blâche / Parc de la pépinière (à proximité du stade de glace Alp'Aréna)

#### **PARCOURS A TRAIL Edelweiss DUO**

Le Trail Edelweiss DUO est une course par équipe de deux, on part ensemble, on court ensemble et...on arrive ensemble!

58,7 km et 3211 m de dénivelé positif pour 4045 m de dénivelé négatif.

Au départ de la station de Superdévoluy-Col de Rabou-Rabou-Crêtes de Charance-Col de Gleize-Pic de Gleize et retour vers Gap.

# Trail Gapen'cimes

Départ : 6h30 Superdévoluy.

Arrivée à partir de 12h00 Hall de la Blâche / Parc de la pépinière (à proximité du stade de glace Alp'Aréna)

## **PARCOURS A TRAIL Edelweiss Relais à Trois**

Le relais Gapen'Cimes se déroulera sur le même parcours que le 58,700 km Trail Gapen'Cimes Edelweiss.

Le premier passage de témoin aura lieu à Rabou , le deuxième passage de témoin se situera au Col de Gleize, soit :

- 1er parcours : Départ/Rabou : 22 kms +- 1310mD+/1629mD-
- 2ème parcours : Rabou/Col de Gleize : 16,2 kms +-1298mD+/810mD-
- 3ème parcours : Col de Gleize/Pic de Gleize/ Arrivée : 20,5 kms +-603mD+/1606mD-

## **PARCOURS B TRAIL des 3 cols**

50 km et 2600 m de dénivelé positif pour 3460 m de dénivelé négatif.

Au départ de la station de Superdévoluy–Col de Rabou-Rabou-Crêtes de Charance-Col de Gleize et retour vers Gap.

Départ : 6h30 Superdévoluy

Arrivée à partir de 11h00 Hall de la Blâche / Parc de la pépinière (à proximité du stade de glace Alp'Aréna)

## **PARCOURS C TRAIL des Crêtes**

27 km et 1219 m de dénivelé positif pour 1600 m de dénivelé négatif.

Au départ du Domaine de Charance-Crêtes de Charance-Col de Gleize et retour vers Gap.

Départ : 09h30 Domaine de Charance

Arrivée à partir de 11h30 Hall de la Blâche / Parc de la pépinière (à proximité du stade de glace Alp'Aréna)

## **Art 5 : RETRAIT DES DOSSARDS**

### **Retrait des dossards :**

Samedi 6 octobre de 10h00 à 19h30 : Remise des dossards pour l'ensemble des courses du samedi et du dimanche Hall de la Blâche / Parc de la pépinière (à proximité du stade de glace Alp'Aréna)

Pour les courses du samedi : jusqu'à une demi-heure avant le départ de la course.

Dimanche 7 octobre : Hall de la Blâche / Parc de la pépinière (à proximité du stade de glace Alp'Aréna)

- **4h15 à 4h45** : Gapen'Cimes Trail Edelweiss , Trail Edelweiss en Relais, Trail Edelweiss Duo et Trail des 3 cols.  
ATTENTION dernière navette à 5 h
- **6h00 à 7h45** : Gapen'Cimes Trail des Crêtes.  
ATTENTION : dernière navette à 8 h

## **Art 6: NAVETTES**

**Navettes gratuites** au départ du Parc de la Pépinière (à proximité du stade de glace Alp'Aréna) pour relier les sites de départ Trail Edelweiss et Trail des Crêtes. **Inscription obligatoire en ligne ou sur le support papier.**

### **Départ des navettes:**

- **Trail Edelweiss/Duo/Relais: 4h30/5h00**
- **Trail des 3 cols : 4h30/5h00**
- **Trail des Crêtes : 7h30/8h00**

# Trail Gapen'cimes

## Art 7 : ASSISTANCE

Pour les abandons et les coureurs qui seront passés hors délai aux CP de Rabou et du Col de Gleize, des navettes seront à votre disposition pour vous rapatrier.

### **En cas d'abandon obligation de le signaler à l'organisation.**

Des postes de ravitaillement, contrôle et sécurité seront installés le long du parcours, voir leur implantation sur les tracés des différents parcours

## Art 8 : BARRIÈRES HORAIRES

### **Trail Gapen'Cimes Edelweiss/DUO/Relais :**

11h00 : km 22: Ravitaillement village de Rabou

14h00 : km 38: Ravitaillement Col de Gleize (1er passage)

16h00 : km 47: Ravitaillement Col de Gleize (2ème passage)

Tout concurrent n'ayant pas pointé à ces barrières horaires sera arrêté et rapatrié à l'arrivée en véhicule.

### **Trail Gapen'Cimes des 3 cols :**

11h00 : km 22: Ravitaillement village de Rabou

15h00 : km 38: Ravitaillement Col de Gleize

Tout concurrent n'ayant pas pointé à ces barrières horaires sera arrêté et rapatrié à l'arrivée en véhicule.

## Art 9 : SÉCURITÉ

Il est interdit de suivre les coureurs avec un véhicule motorisé ou non. Parcours balisé et fléchage au sol, chaussures à pointes interdites. Postes de secours : Trois ou quatre postes de secours sur le parcours.

La sécurité médicale est assurée par un médecin urgentiste, des effectifs du SDIS 05, des secouristes de la croix rouge et des secouristes de la ville de GAP.

## Art 10 : ÉQUIPEMENTS OBLIGATOIRES

### **Équipements obligatoires pour le Trail Gapen'Cimes Edelweiss, DUO et Trail des 3 cols : Des contrôles inopinés seront effectués sur le parcours.**

- Couverture de survie
- Réserve alimentaire ( au minimum 2 barres énergétiques ou équivalent )
- Réserve d'eau d'au moins 1 litre
- Coupe vent
- Sifflet
- Téléphone portable.

### **Art 10 bis : Équipements recommandés**

#### **Équipements recommandés pour le Gapen'Cimes Trail des Crêtes et le relais Edelweiss**

- Réserve d'eau d'au moins 1 litre
- Coupe vent
- Sifflet
- Téléphone portable.

#### **L'utilisation des bâtons est autorisée sur l'ensemble des épreuves Gapen'Cimes**

à partir des kms :

- km 3 pour le Trail Edelweiss,DUO, Relais et Trail des 3 cols.
- km 5 pour le Trail des Crêtes
- km 2 pour le Trail de Saint Mens
- km 2 pour le Trail «Au Féminin»

# Trail Gapen'cimes

**Attention : L'assistance des coureurs est autorisée uniquement dans les zones identifiées prévues à cet effet à la sortie des ravitaillements.**

## **Art 11 : METEO/MODIFICATION DU PARCOURS**

En présence de conditions météorologiques ou nivologiques défavorables ou autres, l'organisation se réserve le droit de modifier l'épreuve et ce même en cours d'épreuve, les frais d'engagements restant acquis à l'organisation.

## **Art 12 : CESSION DE DROIT À L'IMAGE POUR LA COUVERTURE PHOTOGRAPHIQUE ET AUDIOVISUELLE**

Du fait de son engagement, le concurrent autorise expressément l'organisation du Trail Gapen'cimes à utiliser, divulguer, publier, diffuser ou exploiter les prises de vue réalisées lors de l'événement.

## **Art 13 : RÉCOMPENSES**

### **Courses du 11<sup>ème</sup> Gapen'cimes**

#### **Trail Edelweiss 58,7km**

##### **Récompenses aux vainqueurs**

3 premiers scratch hommes et 3 premières scratch femmes

3 premiers de chaque catégorie Espoirs Seniors, V1, V2, V3, V4 Hommes et Femmes. (Sans cumul)

#### **Trail Edelweiss DUO**

- Première équipe Femme
- Première équipe Homme
- Première équipe mixte

#### **Trail Edelweiss relais à trois**

- Première équipe Femme
- Première équipe Homme
- Première équipe mixte

#### **Trail des 3 cols 50km**

##### **Récompenses aux vainqueurs**

3 premiers scratch hommes et 3 premières scratch femmes

3 premiers de chaque catégorie Espoirs Seniors, V1, V2, V3, V4 Hommes et Femmes. (Sans cumul) .

#### **Trail des Crêtes 27km**

##### **Récompenses aux vainqueurs**

3 premiers scratch hommes et 3 scratch premières femmes

3 premiers de chaque catégorie Juniors, Espoirs, Seniors, V1, V2, V3, V4 Hommes et Femmes. (Sans cumul) .

#### **Trail de SaintMens 14km**

##### **Récompenses aux vainqueurs :**

3 premiers scratch hommes et 3 scratch premières femmes

3 premiers de chaque catégorie Cadets, Juniors, Espoirs, Seniors, V1, V2, V3, V4 Hommes et Femmes. (Sans cumul)

#### **Pour Trail "au Féminin":**

Tirage au sort de nombreux lots.

## **Art 14 : MISES HORS COURSE**

### **Les concurrents seront éliminés pour cause de :**

Absence de dossard – Falsification de dossard – retard au départ de la compétition – Absence de l'équipement obligatoire – Non pointage aux postes de contrôles – Dépassement des temps maximum autorisés aux postes de contrôle – Pollution

# Trail Gapen'Cimes

ou dégradation des sites traversés (couper les sentiers, jets de détritiques) – Refus de se faire examiner par un médecin – Ravitaillement en dehors des zones prévues.

*Vous allez parcourir des milieux naturels magnifiques et préservés mais aussi très fragiles, nous vous demandons de ne pas couper les sentiers, de ne pas jeter de détritiques **sous peine de disqualification.***

## **Art 15 : CONDITIONS GÉNÉRALES**

Tous les concurrents s'engagent à se soumettre aux règles spécifiques de l'épreuve par le seul fait de leur inscription et à se conformer aux préconisations de sécurité et à toutes consignes données par la direction de course.

## **Art 16 : ASSURANCE**

Responsabilité civile : les organisateurs sont couverts par une police souscrite auprès d'AXA. Individuelle accident : les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence, il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

## **Art 17 : ANNULATION**

1. **Pour l'organisateur** : Aucun remboursement ne sera effectué, seul un avoir pour la prochaine édition Gapen'Cimes sera proposé par l'organisation.
2. **Pour le compétiteur** : Aucun remboursement ne sera effectué, seul un report de votre inscription pour la prochaine édition Gapen'Cimes sera proposé par l'organisation, et **sur présentation d'un certificat médical à produire jusqu'au 16 octobre 2018.**

## **Art 18 : ABANDON**

En cas d'abandon, le concurrent doit obligatoirement prévenir le responsable du poste de contrôle le plus proche et lui remettre son dossard.

Une navette sera mise à votre disposition pour la récupération et le rapatriement des abandons.

## **Art 19 : SOLIDARITÉ et NON-ASSISTANCE À PERSONNE EN PÉRIL**

Les concurrents se doivent assistance et entraide. **Code Pénal article 223-6**

## **Art 20: RAVITAILLEMENT**

### **Trail Edelweiss, DUO et Relais: 5 ravitaillements**

- 1 : km 12: Col de Rabou
  - 2 : km 22: Village de Rabou
  - 3 : km 38: Col de Gleize (1)
  - 4 : km 47: Col de Gleize (2)
- Arrivée

### **Trail des 3 cols: 4 ravitaillements**

- 1 : km 12: Col de Rabou
  - 2 : km 22: Village de Rabou
  - 3 : km 38: Col de Gleize
- Arrivée

### **Trail des Crêtes: 3 ravitaillements**

- 1: km 5: Le Replat
  - 2: km 15: Col de Gleize
- Arrivée



# Trail Gapen'cimes

## Trail de Saint Mens: 2 ravitaillements

1 : km 8: Bellevue  
Arrivée

### «Trail au féminin » Ravitaillement à l'arrivée et un point d'eau au km 4

Par ailleurs, dans l'esprit Trail, les ravitaillements hors des zones prévues sont interdits ainsi que les assistances (ex : suiveurs en VTT).

**Sur chaque ravitaillement une zone « ravitaillement libre » est à la disposition des teams, clubs ou individuel.**

D'autre part des repas sont à votre disposition

- Samedi soir : Pasta party (10 €).
- Dimanche : Un buffet «produits régionaux» sera servi à partir de 12H00 à l'arrivée pour les participants des Trails des Crêtes, Trail des 3 cols, Trail Edelweiss, Trail Edelweiss relais, Trail Edelweiss DUO. Possibilité d'achat de ticket dans la mesure des places disponibles (12€).

### **Art 21 : CONTRÔLE ANTI-DOPAGE**

Tout participant au Gapen'cimes peut être soumis à un contrôle inopiné. Les contrôles sont réalisés par des personnes habilitées par l'agence française de lutte contre le dopage. Un sportif qui ne veut pas se présenter au contrôle est considéré comme étant positif.

### **Art 22 : RÉCLAMATIONS**

Toute personne souhaitant porter une réclamation devra le faire oralement auprès du 1er poste de contrôle rencontré et par écrit à l'arrivée auprès du directeur de course.

Les éventuelles réclamations devront être portées par écrit à la connaissance des organisateurs dans un délai d'une heure après l'arrivée du coureur concerné.

Le jury se compose de :

- Le Maire de la Ville de Gap ou son représentant.
- Le président de l'OMS
- Du Président du GAP Hautes Alpes Athlétisme
- Un membre désigné du Comité d'organisation.



-----