



RÈGLEMENT

1. Généralités

La Ville de Gap organise en partenariat avec le Gap Hautes-Alpes Athlétisme (GHAA) et le 4^{ème} Régiment de Chasseurs, avec la participation du Dévoluy, le samedi 3 octobre et le dimanche 4 octobre 2020 le GAPEN'CIMES constitué de 5 parcours :

- Le marathon des 3 cols : 44 km
- Le trail des Crêtes : 26,5 km
- Le trail de Saint Mens : 14 km
- Le trail Rose : 6 km
- Le trail des enfants

Le concurrent, du fait de son inscription et de sa participation, s'engage à respecter ce présent règlement ainsi que toutes les décisions ultérieures prises par le comité de course, relatives, notamment à la sécurité.

2. Les épreuves

Les différents parcours

Les parcours (44 km, 26 km, 14 km, 6 km) sont des épreuves de pleine nature, empruntant divers sentiers du territoire. Les coureurs doivent être pleinement conscients de la longueur et de la spécificité de l'épreuve et être parfaitement préparés pour cela.

Les organisateurs mettront en place les indications nécessaires pour permettre aux concurrents de suivre correctement les parcours : flèches directionnelles, peinture temporaire et rubalise.

Le chronométrage sera assuré par une société spécialisée dans ce domaine affiliée FFA sauf pour le trail Rose qui est un parcours non chronométré.

- Marathon des 3 cols : 44 km 2000m de dénivelé positif
- Trail des Crêtes : 26,5 km et 1244 m de dénivelé positif
- Trail de Saint Mens : 14 km et 500 m de dénivelé positif
- Trail Rose : 6 km organisé au profit du Dépistage des cancers

- Trail des enfants : une boucle de 800m à effectuer une fois (-8 ans), deux fois (8-12 ans) et trois fois (+12 ans et jusqu'à 15 ans)

Cette année, le Gapencimes est le support des Championnats de France FFA de Trail Court et Long. Les courses se dérouleront sur le dimanche 4 octobre 2020.

| SAMEDI 3 OCTOBRE 2020 | DIMANCHE 4 OCTOBRE 2020 |
|--|--|
| Trail de Saint Mens : départ à 11h00 du parc de la Pépinière à Gap | Marathon des 3 cols : départ à 6h30 de SuperDévoluy (complexe sportif) <i>*Support du Championnat de France de Trail Long</i> |
| Trail Rose : départ à 14h00 du parc de la Pépinière à Gap | Trail des Crêtes : départ à 9h30 du Domaine de Charance <i>*Support du Championnat de France de Trail Court</i> <i>*Support du Championnat Régional PACA</i> |
| Trail des enfants : départ à 16h00 du parc de la Pépinière à Gap | |

Toutes les arrivées des courses se font à Gap, site de La Blache.

Les catégories

| COURSES | CATÉGORIES | COURSES QUALIFICATIVES |
|--------------------------|---------------------|-------------------------------|
| 44 km | A partir d'Espoirs | ITRA : 2 points |
| 26 km | A partir d'Espoirs | ITRA : 2 points |
| 14 km | A partir de Juniors | |
| 6 km | A partir de Cadets | |
| Trail des enfants | De 2007 à 2013 | |

Les Catégories d'âge 2020
(valable jusqu'au 31 octobre 2020, ces catégories changeront le 1er novembre 2020)

| CATEGORIE | CODE | ANNEE DE NAISSANCE |
|--------------------|-------------|---------------------------|
| Masters | VE | 1985 et avant |
| Seniors | SE | 1986 à 1997 |
| Espoirs | ES | 1998 à 2000 |
| Juniors | JU | 2001 et 2002 |
| Cadets | CA | 2003 et 2004 |
| Minimes | MI | 2005 et 2006 |
| Benjamins | BE | 2007 et 2008 |
| Poussins | PO | 2009 et 2010 |
| École d'Athlétisme | EA | 2011 à 2013 |
| Baby Athlé | BB | 2014 et après |

Les contrôles, les ravitaillements, les barrières horaires

Des points de contrôles sont établis par l'organisation afin d'assurer la régularité et la sécurité de l'épreuve.

Respectez l'environnement, pensez à jeter vos emballages dans les poubelles mises à disposition sur les ravitaillements et le point d'arrivée.

Les concurrents s'engagent à respecter les barrières horaires précisées ci-dessous :

| COURSES | RAVITAILLEMENTS | BARRIERES HORAIRES |
|--------------------|---|---|
| 44 km | 3 ravitaillements : 1 : km 8 : Col de Rabou 2 : km 17,5 : Village de Rabou 3 : km 32,5 : Col de Gleize | H+5h : km 17,5 Ravitaillement village de Rabou H+8h30 : km 32,5 Ravitaillement Col de Gleize |
| 26 km | 1 ravitaillement : km 15 : Col de Gleize | H+4h30 : km 15 Ravitaillement Col de Gleize |
| 14 km | 1 ravitaillement : km 7 : Bellevue | A l'arrivée au bout de 2h de course |
| Les autres courses | Pas de ravitaillements | X |

ATTENTION : pas de gobelets sur les ravitaillements.

Les points d'assistance sont autorisés sur les lieux de ravitaillement, dans la zone dédiée aux ravitaillements personnels (50 mètres avant et après le ravitaillement).

Au vue de la crise sanitaire qui touche notre pays et afin de respecter les règles sanitaires mises en vigueur par le gouvernement, les ravitaillements seront réglementés et minimisés (eau, barre céréale, pâte de fruits et banane uniquement).

Sécurité et assistance médicale

Des postes de secours sont implantés en divers points des parcours. Ces postes sont en liaison radio ou téléphonique avec le PC de la course.

Une équipe médicale de régulation est présente pendant toute la durée des épreuves au PC course sur le site de La Blache.

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

Les secouristes et médecins officiels sont en particulier habilités :

- à mettre hors course (en invalidant le dossard) tout concurrent inapte à continuer l'épreuve
- à faire évacuer par tout moyen à leur convenance les coureurs qu'ils jugeront en danger
-

Une infirmerie sera ouverte à l'arrivée sur le site de La Blache pendant toute la durée des épreuves.

3. Documents obligatoires

Conformément à l'article L231-3 du code du sport, les inscriptions ne seront enregistrées que sur la présentation d'une licence F.F.A ou d'un certificat médical en cours de validité. Sont acceptés les documents ci-dessous :

- Licence FFA
- Licence des fédérations affinitaires sont acceptées (ex : Ufolep) sous réserve que la licence mentionne qu'elle a été délivrée pour l'athlétisme en compétition ou la course à pied en compétition
- Certificat médical ou sa photocopie de « *non contre-indication à la pratique de la course à pied **en compétition*** » datant de moins d'un an le jour de la course.

Aucun autre document ne peut être accepté.

Tout dossier incomplet sera déplacé en liste d'attente. Les dossiers incomplets réintégreront la liste des inscrits uniquement si des places sont disponibles ou se libèrent.

Une autorisation parentale sera demandée pour toute inscription d'une personne mineure au jour de la course.

En l'absence de l'un ou l'autre de ces documents, les concurrents ne seront pas autorisés à prendre le départ.

Le trail Rose est une épreuve découverte, sans classement, sans chronométrage. Par conséquent, il n'est pas soumis à la présentation d'une licence ou d'un certificat médical.

4. Les inscriptions

ATTENTION : pas d'inscription papier

Les inscriptions sont ouvertes en ligne sur le site <https://gapencimes.fr/> et fermeront au plus tard le 27 septembre à 23h59.

Il sera ensuite possible de s'inscrire sur place, site de La Blache sous réserve de places disponibles et uniquement pour les courses open :

- Site de La Blache le samedi 3 octobre 2020 à partir de 8h00

14 km : jusqu'à ½ h avant le départ

6 km : jusqu'à ½ h avant le départ

44 km et 26 km : jusqu'à 18h00

Les inscriptions comprennent :

- Dossard
- Lots d'inscription
- Repas d'après course pour le 44 km et 26 km
- Navette pour les courses du 44 km et 26 km

| COURSES | NOMBRE DE PLACES | TARIF COURSE OPEN | TARIF COURSE CHAMPIONNAT DE FRANCE |
|-------------------|------------------|---|--|
| 44 km | 800 places | Du 1/07 au 15/08 : 40 € Du 16/08 au 20/09 : 45€ A partir du 21/09 : 50€ | 40€ |
| 26,5 km | 1200 places | Du 1/07 au 15/08 : 25€ Du 16/09 au 20/09 : 30€ A partir du 21/09 : 35€ | 25€ <i>tarif Championnat régional</i> |
| 14 km | 800 places | Du 1/07 au 15/08 : 12€ Du 15/08 au 20/09 : 14€ A partir du 21/09 : 16€ | X |
| 6 km | 1500 places | Jusqu'au 2/10 : 8€ Jour J : 10€ | X |
| Trail des enfants | 300 places | Gratuit | X |

Inscription spécifique Championnat

Le 44 km et le 26 km sont cette année le support du Championnat de France de Trail Court et Long.

Afin de courir le classement Championnat de France, les concurrents doivent : être titulaires d'une licence FFA Compétition (à partir de la catégorie Espoir).

Les inscriptions aux Championnats de France devront être faites avant le dimanche 27 septembre 2020 à 23h59.

Passé ce délai, les concurrents seront basculés sur la course open.

Les modifications d'inscription

Pas de changement de parcours autorisé après l'inscription.

Aucun remboursement ne sera effectué : report sur la prochaine édition sous présentation d'un certificat médical.

Aucun échange de dossard n'est possible.

Échange de dossard

L'article 313-6-2 du code pénal vise à sanctionner de 15 000€ d'amende « *le fait de vendre ou d'exposer en vue de la vente ou de la cession ou de fournir les moyens en vue de vendre ou de la cession des titres d'accès à une manifestation sportive [...] sans l'autorisation de l'organisateur de cette manifestation.* »

L'organisateur décline toute responsabilité pour tout coureur participant à la course sous le nom d'une tierce personne.

Le coureur non inscrit s'expose à des poursuites judiciaires (usurpation d'identité).

5. Annulation de la course

En cas de force majeure, d'évènement climatique, de catastrophe naturelle, de crise sanitaire ou toutes autres circonstances mettant en danger la sécurité des concurrents, l'organisation se réserve le droit de modifier le circuit (*parcours de repli*) et/ou d'annuler l'épreuve.

Les concurrents pourront dans ces cas précis, prétendre à un remboursement sur demande, après déduction de 20% des frais de gestion.

6. Remise des dossards

Les dossards seront distribués au site d'arrivée, La Blache à Gap, seulement le samedi 3 octobre pour toutes les courses de 8h00 à 18h00.

Aucun dossard ne sera remis le dimanche 4 octobre au matin, avant le départ des courses du 44 km et 26 km.

Une pièce d'identité sera demandée pour tout retrait de dossard.

La licence compétition FFA sera demandée en plus pour tout retrait de dossard sur les courses du Championnat de France.

Chaque dossard est remis individuellement à chaque coureur.

Le dossard doit être porté pendant toute la course en se référant au règlement de la FFA.

Le nom et le logo des partenaires ne doivent être ni modifiés, ni cachés.

Pour le Championnat de France, il peut être demandé de porter un dossard de catégorie / de nationalité.

7. La course

Briefing de course

Un briefing pour les courses du dimanche aura lieu le samedi 3 octobre 2020 à 18h00 dans le site La Blache à Gap.

Navette pour se rendre au départ

Des navettes sont à disposition des coureurs du 44 km et 26 km.

Départ des navettes : Boulevard Pierre&Marie CURRIE, devant l'Alp'arenA :

44 km : 4h30 à 5h00 en direction du Dévoluy

26 km : 8h à 8h30 en direction du Domaine de Charance

Le matériel obligatoire

Pour le 44 km et le 26 km : l'obligation de ce matériel est d'ordre sécuritaire. Il n'est pas négociable ! Une météo, à priori clémente, ne supprime pas l'obligation de ce matériel.

Les coureurs doivent être en possession **tout le long de la course** de :

- une réserve alimentaire
- une réserve d'eau de 500mL minimum
- un gobelet
- un coupe-vent
- une couverture de survie
- un sifflet
- un téléphone portable en état de marche, chargé avec le numéro du PC course enregistré

Les bâtons sont autorisés (44km et 26km) : le coureur pourra les prendre dès le départ ou dans une des zones de ravitaillement identifiées. Il sera autorisé à les conserver jusqu'à l'arrivée ou les laisser dans une des zones de ravitaillement. Après les avoir laissés, il lui sera possible de les reprendre mais toujours dans des zones de ravitaillement.

Pour le classement Championnat de France, le maillot du club doit être porté tout au long de la course.

Des contrôles aléatoires pourront être effectués au départ, sur le parcours ou à l'arrivée.

Pour les autres distances pas de matériel spécifique obligatoire.

SAS ELITE

Ont accès au SAS élite:

- Les membres de l'équipe de France N et N-1
- Les athlètes (F/H) ayant terminé dans les 2 premiers au scratch sur une manche à label national dans les 12 derniers mois
- Les 5 premiers hommes et les 5 premières femmes du TTN année N-1
- Les 15 premiers hommes et les 15 premières femmes du scratch du dernier Championnat de France de Trail
- Sur proposition de la DTN

Les pénalités

Des pénalités seront appliquées pour les motifs ci-dessous :

| CAUSE | PENALITE |
|--|---------------------------|
| Absence de 1 matériel obligatoire lors d'un contrôle | 15 minutes de pénalité |
| Absence 2 matériels obligatoires lors d'un contrôle | 2x 15 minutes de pénalité |

| | |
|--|------------------------|
| Absence 3 matériels obligatoires lors d'un contrôle | Disqualification |
| Coupe du parcours intentionnelle | Disqualification |
| Absence du maillot du club sur la participation aux Championnats de France | Disqualification |
| Jet de détritrus en dehors des zones | Disqualification |
| Mis en danger de sa propre sécurité, de celle d'autrui ou non-assistance à un concurrent | Disqualification |
| Non respect des personnes (organisateur, bénévoles ou concurrents) | Disqualification |
| Refus d'obtempérer à un ordre de la direction de course, d'un chef de poste ou d'un secouriste | Disqualification |
| Non respect de l'âge minimum | Disqualification |
| Contrôle anti dopage positif | Disqualification |
| Déposer ou récupérer les bâtons ou un ravitaillement hors zone | 15 minutes de pénalité |

Abandon

Sauf blessure, un coureur ne doit pas abandonner ailleurs que sur un point de contrôle. Le concurrent doit obligatoirement prévenir le responsable du poste de ravitaillement ou de contrôle le plus proche et lui remettre le dossard.

Contrôle anti dopage

Des contrôles anti dopages pourront être effectués après l'arrivée. Tout coureur sélectionné devra s'y soumettre. Un refus de se soumettre au contrôle antidopage est considéré comme un contrôle positif et sera passible de sanctions disciplinaires.

8. Après course

Des sanitaires sont situés sur le site de La Blache, site d'arrivée de toutes les courses. Des douches sont aussi disponibles.

Les récompenses

Pour toutes les courses chronométrées, seuls les premiers au scratch (femme/homme) et les premiers des catégories (femme/homme) sans cumul sont récompensés.

Pour les championnats de France Long et Court un classement sera établi et les titres de Champion de France seront décernés selon les critères et règlement FFA :

- Champion de France Homme élite TC
- Championne de France Femme élite TC

<https://gapencimes.fr/>

- Championne de France Espoir homme et femme
- Champion de France Masters Hommes
- Championne de France Masters Femmes
- Champion de France des clubs par équipe mixte par addition des temps des 4 premiers athlètes (toutes catégories) d'un même club avec au moins un homme et une femme. En cas d'ex aequo, le temps du 4^e arrivant de l'équipe sera déterminant.

Le nombre d'athlètes mutés ou étrangers dans une équipe est limité à 1 en application du règlement des compétitions nationales.

Les horaires des podiums se feront dans la foulée des arrivées.

9. Droit à l'image

Tous les coureurs s'engagent à :

« J'autorise expressément l'organisateur, ainsi que leurs ayants droit tels que les partenaires et médias, à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles je pourrais apparaître, prises à l'occasion de ma participation au Gapen'cimes, sur tous supports y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires, dans le monde entier et pour la durée la plus longue prévue par la loi, les règlements, les traités en vigueur, y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée. »

10. Assurance

Responsabilité civile : L'organisateur souscrit une assurance responsabilité civile pour la durée de l'épreuve. Cette assurance responsabilité civile garantit les conséquences pécuniaires de sa responsabilité, de celle de ses préposés et des participants.

Individuelle accident : Chaque concurrent doit être en possession d'une assurance individuelle accident couvrant d'éventuels frais de recherche et d'évacuation.

Une telle assurance peut être souscrite auprès de tout organisme au choix du concurrent, et notamment auprès de la Fédération Française d'Athlétisme via la souscription d'une licence.

Tous les renseignements pourront être obtenus sur internet :

www.athle.fr ou <https://gapencimes.fr/>