

# **Trail du Cap Sizun - Pointe du raz**

## **Règlement 2022**

**Article 1-**L'association Rederien Cap Sizun organise le dimanche 06 mars 2022 le « Trail du Cap Sizun » comportant trois trails (14km/30km/50km).

### **Article 2- Mesures sanitaires :**

Cf. documents en annexe, précisant les règles appliquées sur l'ensemble de l'événement.

### **Article 3- Sensibilisation à l'environnement :**

L'association organisatrice souhaiterait sensibiliser les participants à la protection et au respect de l'environnement.

Soucieux de diminuer l'impact environnemental et de réduire le tri des déchets, nous vous invitons à vous munir de tasses/verres/gobelets individuels aux points de ravitaillement.

Il incombe à chacun d'adopter un comportement citoyen. Nous déplorerons toute attitude contraire à cette éthique, de fait :

- les jets de ravitaillement usagé en dehors des zones de ravitaillement,
- la dégradation de la flore,
- la circulation en dehors des sentiers balisés,
- les comportements irrespectueux envers les organisateurs et bénévoles,

entraîneront la disqualification du participant négligent de ces règles.

### **Article 4- Trails :**

-Trail 14km

Inscription sur [www.klikego.com](http://www.klikego.com) 12,00 euros (limité à 400 coureurs)

Départ 9h30

Matériels obligatoires : gobelet individuel, téléphone portable, vêtements de rigueur en fonction de la météo.

Chronométrage par puce électronique

En cas de mauvais temps l'organisation se donne le droit de modifier le parcours.

#### -Trail 30km

Inscription sur [www.klikego.com](http://www.klikego.com) 25,00 euros (limité à 400 coureurs)

Départ 9h15

Matériels obligatoires : gobelet individuel, téléphone portable, vêtements de rigueur en fonction de la météo.

Chronométrage par puce électronique

Challenge sur le segment « Bestrée – Poul blich »

En cas de mauvais temps l'organisation se donne le droit de modifier le parcours.

Barrière horaire :

- Poul blich : 12h00

#### -Trail 50km

Inscription sur [www.klikego.com](http://www.klikego.com) 30,00 euros (limité à 400 coureurs)

Départ 7h30

Matériels obligatoires : lampe frontale, gobelet individuel, téléphone portable, couverture de survie, vêtements de rigueur en fonction de la météo.

Chronométrage par puce électronique

Challenge sur le segment « Bestrée – Poul blich »

En cas de mauvais temps l'organisation se donne le droit de modifier le parcours.

Barrières horaires :

- Poul blich : 11h00
- Le Loch : 12h30

### **Article 5- signalisation :**

Trois marquages distincts :

- rubalise
- panneaux fléchés
- drapeaux rouges sur le côtier

### **Article 6-ravitaillement :**

Trail 14km : 1 poste de ravitaillement

Trail 30km : 3 postes de ravitaillement

Trail 50km : 4 postes de ravitaillement

Il n'y aura pas de ravitaillement solide pendant les courses mais seulement à l'arrivée. Vous devrez disposer de vos gobelets, gourdes.

## **Article 7-inscription/annulation/remboursement :**

- Les licences de triathlon FFTRI ne seront validées qu'à la condition de porter la mention : « non contre-indication à la pratique de l'athlétisme/course à pied en compétition ».
- **Inscriptions exclusivement en ligne** sur [www.klikego.com](http://www.klikego.com) (une taxe est appliquée par le site internet en sus de notre tarif d'inscription)
- **Pas d'inscription Trails ni d'échange de dossard sur place**
- Ne seront validées que les inscriptions complètes
- Clôture des inscriptions le mercredi 02 mars 2022 (ou dans la limite du nombre de participants fixé par l'organisation)
- Sans certificat médical conforme ou photocopie de licence en cours, **l'inscription sera annulée sans aucun remboursement.**
- Afin d'éviter toutes contestations, **les demandes d'annulation justifiées par un certificat médical, devront nous parvenir avant le 15 février 2022**, passé ce délai, aucune demande ne sera prise en compte.

## **Article 8-récompense :**

Récompenses aux 3 premiers scratch, podium féminin & masculin à 13h00

Challenge : récompense aux plus rapide sur le segment « Bestrée - Poublich » (1<sup>er</sup> homme et 1<sup>ère</sup> femme).

## **Article 9-divers :**

Horaire du retrait des dossards à la salle multi-activités de Cléden-Cap-Sizun :

Samedi 05 mars de 10h00 à 18h00  
et dimanche 06 mars à partir de 6h00

Contrôle « pass sanitaire » au retrait des dossards  
Pas d'accompagnateur vélo sur les parcours

## **Article 10- droit à l'image :**

Le concurrent autorise les organisateurs ainsi que leurs ayants droit tels que les partenaires et médias, à utiliser les images fixes et audiovisuelles prises à l'occasion de sa participation au Trail du Cap Sizun - Pointe du Raz sur tous les supports y compris documents promotionnels et publicitaires, sur lesquels il pourrait apparaître.

## **Article 11- responsabilité civile :**

Les organisateurs ont souscrit une assurance de responsabilité civile qui les couvre ainsi que leurs préposés et tous les participants du Trail du Cap Sizun - Pointe du Raz.

Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence.

Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement, les concurrents devront respecter le code de la route et se conformer aux règlements FFA en matière de course hors stade.

L'organisateur se dégage de toute responsabilité en cas d'accident, de défaillance physique, de perte, vol d'objets ou de matériel.

## **Article 12-sécurité :**

Tout concurrent qui s'inscrit, reconnaît avoir pris connaissance du présent règlement et en accepte les clauses.

Vous devez assistance à toute personne en danger, en cas de détresse alertez ou faites alerter l'organisation située sur le parcours.

Ne laissez pas seule une personne blessée.

En cas d'abandon, il est obligatoire de remettre son dossard à un membre de l'organisation.

Les organisateurs se donnent le droit d'annuler l'épreuve en cas de conditions climatiques mettant en péril la sécurité des coureurs, sans donner le droit à un remboursement de l'engagement.

**Bonne course à toutes et tous !**

**L'organisation des REDERIEN CAP SIZUN**

## **ANNEXE 1**

### **CHARTRE DU COUREUR – ENGAGEMENT POST COVID-19**

Conscient que la participation à tout évènement doit se faire dans le respect strict des règles sanitaires transmises par le gouvernement et de nos valeurs environnementales, en tant que coureur du Trail du Cap-Pointe du Raz,

Je m'engage à :

1/ Respecter les gestes barrières en vigueur en particulier dans les espaces fermés, semi ouvert ou à forte densité de personnes lors de l'évènement (port d'un masque, lavage des mains, distanciation physique).

2/ Respecter strictement le règlement de la course et les mesures mises en place par l'organisation afin de minimiser les risques sanitaires :

- > Port du masque sur la zone de départ que je garde sur moi pendant la course et remets après l'arrivée dans la file du parcours de sortie.
- > Courir en respectant au maximum la distanciation sociale en vigueur avec les autres participants et en utilisant toute la largeur de la chaussée.
- > Ne pas cracher au sol.
- > Me moucher dans un mouchoir à usage unique que je jette dans une poubelle. > Ne pas jeter de déchets sur la voie publique.
- > Respecter et laisser les lieux publics propres.
- > Être équipé et utiliser mon propre contenant de ravitaillement liquide (poche à eau, gourde, flasque, bouteille, gobelet...).

3/ Ne pas entrer physiquement au contact d'autres participants.

4/ Comprendre qu'en prenant part à l'évènement, je participe à un rassemblement de personnes potentiellement générateur de la diffusion de l'épidémie à coronavirus si les mesures barrières ne sont pas appliquées par tous.

5/ Accepter, en prenant part à l'évènement, que ce risque sanitaire est potentiellement grave chez les plus fragiles (plus 65 ans, porteur de maladie chronique, femme enceinte).

6/ Si j'ai présenté la Covid-19 dans les semaines et mois précédant la course, consulter un médecin préalablement à ma participation pour savoir si la pratique des efforts intenses et ma participation à la compétition est possible.

7/ Ne pas courir si je présente des symptômes de la Covid-19 depuis moins de 14 jours.

8/ Faire preuve de civisme en m'engageant à prévenir les organisateurs en cas de déclaration de la maladie après la course.

9/ Télécharger si possible et m'enregistrer sur l'application «TousAntiCovid» préalablement à ma venue sur l'évènement.

Nom, prénom Date et Signature

## MESURES SANITAIRES COMMUNES

Dans chaque zone et espace de notre manifestation, un protocole est établi.

Il s'adaptera aux recommandations gouvernementales en vigueur le jour J

### REGLES APPLIQUEES SUR L'ENSEMBLE DE L'EVENEMENT:

- Bénévoles/personnels présents à l'entrée de la zone pour rappel et respect des bonnes pratiques spécifiques à chaque lieu
- Mise en place d'un circuit à sens unique , flèché\*
- Signalétique adaptée rappelant les bons comportements à adopter
- Gel hydroalcoolique à disposition.

1

ACCUEIL PUBLIC / SPECTATEURS / COUREURS

Pas d'accueil public et spectateurs.  
Zones extérieures délimitées avec SAS d'accès

**Port du masque obligatoire\***



Obligatoire



À disposition

## 2

### RETRAIT DES DOSSARDS

**Port du masque ou visière obligatoire \***



Obligatoire



Obligatoire

**Aucun document papier accepté  
ni certificat médical, ni autorisation parentale.**

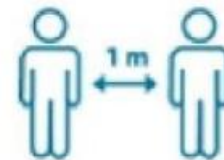
Documents dématérialisés et traités  
en amont de l'événement.



Mise en place d'un circuit à sens unique avec  
marquage au sol pour le respect des mesures de distanciation

Gel hydroalcoolique distribué à l'entrée et à la sortie

Aération permanente de la salle



**Accès réservé uniquement aux coureurs  
sur présentation du pass sanitaire \***  
**Un seul responsable de groupe retire les dossards  
de l'ensemble du groupe.**

## 3

### DEPARTS DES COURSES

**Port du masque ou visière obligatoire  
pour les participants et les bénévoles.\***



Obligatoire

Mise en place d'un circuit à sens unique

*Le masque pourra être retiré  
par le coureur après le passage  
de la ligne de départ*

**Aire de départ séparée de l'aire d'arrivée.  
Pas de public sur aire de départ.**

**accessibles sur présentation du pass sanitaire\***



A disposition

# 4

## TRANSPORTS COLLECTIFS

(Véhicules abandon)

**Port du masque / visière obligatoire** (participants/bénévoles)



Obligatoire

A disposition

# 5

## RAVITAILLEMENTS SUR PARCOURS

**SELF SERVICE INTERDIT POUR LES COUREURS**

**Aucun service de nourriture.** Autonomie des coureurs obligatoire

Service de boissons assurés par les bénévoles

**Gobelet personnel obligatoire pour les coureurs**

**Port du masque ou visière obligatoire pour les bénévoles\***

Port du masque recommandé pour les participants

Gel Hydroalcoolique distribué à l'entrée et à la sortie

Les zones de ravitaillement sont agrandies

L'accès aux zones de ravitaillement est interdit au public



Obligatoire



Obligatoire

Bénévoles



Recommandé

Participants



Obligatoire



6

## RAVITAILLEMENT ARRIVEE

Règles identiques à celles des ravitaillement sur les parcours.



7

## TOILETTES

Signalétique adaptée rappelant les bons comportements à adopter

Mise à disposition de gel hydro-alcoolique

**Nettoyage régulier des sanitaires**



A disposition

Nettoyage régulier

8

## CEREMONIES PROTOCOLAIRES \*

. Gel hydroalcoolique distribué à l'entrée et à la sortie

. Montée sur le podium possible

en respectant les **mesures de distanciation (1m)**

. Elus/partenaires pourront saluer le lauréat mais

**Aucune accolade ni serrage de main ne sera possible**



Obligatoire