

Règlement de l'épreuve

Modification du 3 avril, suite aux directives de la
Commission Nationale de Marche Nordique du 9 mars

1. Préambule

La manifestation pédestre, objet du présent règlement, est interdite à tout engin à roue(s) (sauf 2 roues des juges) ainsi qu'aux animaux. Elle fait l'objet d'autorisations exceptionnelles de la commune de Saint Avé et de l'Établissement Public de Santé Mentale, propriétaires des terrains.

L'acceptation de ce règlement, implique le respect de toutes ses clauses, en particulier, celles qui sont liées au respect de l'environnement, au stationnement, au respect des consignes sanitaires en vigueur.

La randonnée nordique guidée est ouverte à tous, licenciés ou non. Les licenciés FFA bénéficiant d'une réduction de 1 €.

L'épreuve chronométrée de 12 km respecte le cahier des charges de la Fédération Française d'Athlétisme. Les athlètes inscrits à cette épreuve s'engagent à respecter son [Règlement officiel pour la marche nordique en compétition](#) (cliquer pour consulter).

Une initiation (30-40 minutes) est également proposée avec prêt de bâtons.

Nouveauté 2023 : Les juges (épreuve chronométrée seulement) seront amenés à attribuer des cartons verts pour valoriser l'excellence de la technique (voir 6.3).

L'épreuve chronométrée est le support du championnat de Bretagne. Elle est également qualificative pour le championnat de France.

2. Lieu, date, horaires

Samedi 22 avril 2023 se dérouleront deux marches nordiques mixtes à Saint-Avé (Morbihan), sur des parcours 100 % nature :

- 14h00 Marche Nordique Chronométrée sur Circuit (MNCC), de 12,548 km (4 boucles) nommée :
"La Nordique de Saint Avé", épreuve labellisée FFA, label régional.
- 14h10 Randonnée nordique, guidée, de 12 km.
- 14h20 Initiation

Départs et arrivées sont situées : **allée du Bois** (quartier Lesvellec) **56890 Saint Avé**, au complexe sportif et dans le bois de Lesvellec (village de la course).

3. Organisateur

S/L Courir à Saint-Avé – club associé à **Athlé Pays de Vannes**

Siège social : 1, rue des droits de l'homme – 56890 SAINT-AVÉ.

Site Internet : <https://www.courirasaintave.fr/marche-nordique>, rubrique Nordique de Saint Avé

Courriel : contact@courirasaintave.fr

4. Conditions de participation

4.1 Condition d'âge (catégories FFA)

L'épreuve chronométrée et la randonnée nordique sont ouvertes aux catégories à partir de CADET – U18 (athlètes nés en 2007 et avant). L'initiation est ouverte aux catégories Benjamins et suivantes (athlètes nés en 2010 et avant).

4.2 Certificat médical / licence : **NON exigés pour la randonnée nordique 12km et initiation**

La **randonnée nordique 12km et l'initiation** sont ouvertes à tous, licenciés et **non-licenciés**.

Les participants mineurs devront présenter une autorisation parentale.

En s'inscrivant, chaque randonneur dégage l'organisateur de toute responsabilité pour toute accident physiologique survenant pendant la marche ou en découlant.

4.3 licence FFA : Nordique de Saint Avé 12 km MNCC, label régional

Conformément à l'article 231-2-1 du code du sport, la participation à la **Nordique de Saint Avé 12 km** est soumise à la présentation obligatoire d'une **licence Athlétisme Compétition ou Running Loisir, délivrée par la FFA, en cours de validité à la date de la manifestation**.

Les athlètes étrangers, même licenciés d'une fédération affiliée à l'IAAF, doivent fournir un certificat médical en langue française (ou accompagné d'une traduction en langue française si rédigé dans une autre langue).

Les licences d'autres fédérations sportives (FFTRI, FFCO, FFPM) ne sont pas recevables : c'est le **certificat médical qui est nécessaire**. La licence ou le certificat médical doit être remis lors de l'inscription en ligne, par téléchargement.

Les détenteurs d'une licence FFA Running Santé peuvent se rapprocher de leur secrétaire de club pour basculer, sans frais, en licence Running Loisir, moyennant un certificat médical adapté... Sans cela, ils ne peuvent participer à aucune épreuve officielle.

4.4 Droit d'inscription

Inscription uniquement via le site internet : <https://www.klikego.com>

- **Marche Nordique Chronométrée** sur Circuit (MNCC), de **12 km (4 boucles)**
"La Nordique de Saint Avé", épreuve labellisée FFA, label régional. **12 €**
pas d'inscription sur place.
- **Randonnée nordique guidée 12 km 4€ et Initiation : inscription sur place possible**, conseillée sur <https://www.klikego.com>
- **Initiation, gratuite**

4.5 Clôture des inscriptions en ligne

vendredi 21 avril 2023 à 20h.

4.6 Retrait des dossards

Samedi 22 avril 2023, au complexe sportif de Lesvellec, à partir de 12h.

Sur présentation de la licence ou d'une pièce d'identité.

Dernier délai pour retirer son dossard : 10 min avant le départ.

Le dossard devra être entièrement lisible lors de la manifestation.

Sur l'épreuve chronométrée, les deux dossards (un devant et un derrière) devront être fixé, sur le maillot officiel du club, chacun par 4 épingles.

4.7 Rétractation

Tout engagement est ferme et définitif.

En cas de non-participation, il est possible de remettre son dossard à une tierce personne, à condition d'en effectuer la demande au préalable, par courriel à contact@courirasaintave.fr et avant la clôture des inscriptions indiquée au 4.5 « Clôture des inscriptions ». L'identité du bénéficiaire devra être précisée. Une fois autorisée, cette tierce personne devra impérativement respecter la procédure d'inscription ci-dessus pour pouvoir participer.

La rétractation pour motif médical sera possible sous réserve de présentation (par courriel à contact@courirasaintave.fr) d'une attestation médicale justifiant de l'impossibilité de participer à l'épreuve à laquelle est inscrite la coureuse ou le coureur au plus tard le vendredi 22 avril 2022 à 12h.

Le remboursement sera alors du montant effectivement réglé par la coureuse ou le coureur lors de son inscription, duquel sera déduit 1€ pour couvrir les frais administratifs.

Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne, sans en avoir préalablement averti l'organisateur, sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve. Toute personne disposant d'un dossard acquis en infraction avec le présent règlement pourra être disqualifiée. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation.

5. Assurances

L'épreuve est couverte par une assurance responsabilité civile souscrite par l'organisateur auprès de ALLIANZ-COMPAGNIE D'ASSURANCE : contrat n°54252199.

Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence et il incombe aux participants de s'assurer personnellement.

L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident provoqué par une déficience physique ou psychique.

Les médecins et/ou officiels pourront arrêter tout participant en mauvaise condition apparente.

6. Règles sportives de l'épreuve chronométrée (MNCC 12 km, 4 boucles)

Le parcours figure en annexe.

6.1 Jury (seulement sur l'épreuve chronométrée 12 km)

Le jury est composé du starter, des commissaires de course de l'organisateur et de juges officiels régionaux, des chefs- juges (nouvelle dénomination de "juge-arbitre"), de l'équipe d'arrivée qui récupère les dossards dans l'ordre d'arrivée des athlètes et de l'équipe de chronométrie, sous l'autorité du président de l'organisation. Les éventuelles réclamations peuvent être faites conformément aux procédures fédérales. Ses décisions sont sans appel.

6.2 Pénalités (seulement sur l'épreuve chronométrée 12 km)

Le cas échéant, un des juges officiels régionaux et/ou le chef-juge signalera clairement l'attribution d'une pénalité :

- en se plaçant devant ou à la hauteur du marcheur
- en citant le n° de dossard, puis "pénalité"
- il précisera la nature de la faute, en utilisant le vocabulaire officiel, rappelé par le chef-juge sur la ligne de départ.

La boucle de pénalité a été supprimée, conformément à la directive de la Commission Nationale de Marche Nordique, réunie le 9 mars 2023.

"La boucle de pénalité est remplacée par "Stop and Go" de 30 secondes du 1^{er} avril au 25 juin 2023 dans toutes les compétitions à label".

Modification apportée au présent règlement le 24/03/2023

Une pénalité attribuée dans la zone d'arrivée (après la boucle de pénalité) entraîne directement un ajout de 4 minutes sur le temps de parcours. Le début de la zone d'arrivée sera matérialisée, par une pancarte et/ou une repère au sol.

Dans l'hypothèse d'une 4^{ème} pénalité, le juge arbitre déclarera le concurrent Disqualifié. Son nom apparaîtra en fin de liste des résultats suivi de la mention "DISQ".

6.3 Cartons verts

Alinea 6.3 supprimé conformément au cadre défini par la circulaire du 9 mars CNMN

~~Les juges seront amenés, à titre expérimental, et sous réserve de l'accord du chef-juge, à attribuer des cartons verts pour valoriser l'excellence de la technique. Les concurrents (un femme et un homme) qui remporteront le plus de cartons verts recevront une récompense distinctive.~~

6.4 Aide aux concurrents

Toute aide extérieure, y compris dans la zone technique, est interdite et entraînerait une disqualification.

6.5 Suiveurs

Aucun suiveur n'est accepté, sous peine de pénalité sur décision exclusive du juge arbitre.

6.6 Assistance / zone technique

Aucune assistance n'est autorisée sur le circuit (boucle de 3 km).

Une **zone technique** est mise en place sur le circuit, à proximité de la zone d'arrivée. Elle permet :

- de se ravitailler en eau (gobelet fourni par l'organisation)
- d'utiliser son propre ravitaillement déposé à cet effet, avant le départ de l'épreuve et identifié.
- de procéder à un échange de bâtons, en cas de casse

Important : Dans cette zone, les bâtons peuvent, exceptionnellement, ne plus entrer en contact avec le sol, mais le pas de course est bien sûr interdit. Un juge peut attribuer une pénalité pour "pas de course" dans la zone technique.

A la sortie de la zone technique, l'utilisation d'immédiate des bâtons est attendue, selon la technique prévue, avant de rentrer sur le parcours.

Un athlète peut déposer une paire de bâtons de rechange dans cette zone, en s'assurant d'une marquage distinctif, avant le début de l'épreuve. L'organisateur n'est pas responsable des pertes éventuelles.

Quelques paires de bâtons seront mises à disposition par l'organisateur.

6.7 Limites horaires

Aucune limite horaire n'est imposée.

6.8 Chronométrage

Le chronométrage manuel est assuré par deux chronomètres positionnés sur la ligne d'arrivée.

Une saisie informatique vient compléter le dispositif (logiciel GmCAP ou Logica).

Les résultats seront communiqués à la FFA (Logica) sous 48h.

Ils seront visibles sur la plateforme d'inscription <http://www.klikego.com>.

7 Encadrement des randonneurs et des concurrents (épreuve chronométrée).

2 guides encadrent la randonnée nordique 12km. Ils vérifient l'effectif des participants au départ et à l'arrivée. Ils peuvent répondre à vos questions techniques sur la marche nordique.

Ils sont équipés d'un téléphone et peuvent prévenir à tout moment les services de secours si besoin.

Chaque participant s'engage à suivre le circuit proposé jusqu'à l'arrivée.

Les concurrents de l'épreuve **chronométrée 12 km peuvent abandonner** en remettant impérativement leur dossard, à l'un des juges répartis sur les 3 km de la boucle.

Celui-ci lui indiquera le moyen le plus facile pour regagner l'arrivée. Chaque juge et son assistant sont équipés d'un téléphone portable et peuvent alerter le poste de secours.

8. Classements et récompenses l'épreuve chronométrée sur circuit (MNCC)

L'affichage des résultats est soumis au protocole sanitaire en vigueur.

8.1 Réclamation

En cas de réclamation, les concurrents pourront rencontrer le chef-juge au PC-course dans les **30 minutes** qui suivent l'affichage des résultats.

8.2 Récompenses selon ordre d'arrivée, hommes et femmes séparés ("au scratch", hors championnat de Bretagne)

La remise des récompenses aura lieu à l'issue des épreuves, à partir de 16h30.

Les trois 1^{ers} hommes et trois 1^{ères} femmes sont récompensés, par une coupe et un lot.

8.3 Classement par équipe du Championnat de Bretagne de Marche Nordique

Les équipes seront classées avec le référentiel FFA du Marche Nordique Tour :

- une équipe doit être mixte avec 2 femmes et 2 hommes
- chaque coéquipier doit être détenteur d'une licence compétition
- l'addition des temps des 4 coéquipiers les mieux placés au scratch donne la 1^{ère} place à la plus petite somme.
- Les 3 premières équipes bretonnes seront récompensées : 1^{ère} et 1^{er} : médaille d'or, 2^{ème} : médaille d'argent, 3^{ème} : médaille de bronze.

8.4 Classement individuel du Championnat de Bretagne de Marche Nordique

Le classement pour le championnat régional est distinct du classement scratch (voir article 8.2).

Les titres individuels de Championne et de Champion de Bretagne seront décernés à la 1^{ère} femme et au 1^{er} homme licenciés, détenteurs d'une licence compétition, dans un club breton.

Les premières et premiers des catégories CA, JU, ES, SE et MA seront présentés et recevront de médaille de champion régional 2023 dans leur catégorie.

9. Ravitaillements

9.1 Ravitaillements / zone technique pour l'épreuve chronométrée sur circuit 12 km

La **zone technique, pendant l'épreuve de MNCC, est le seul espace** (voir plan) où le concurrent est autorisé à lever ses bâtons pour se ravitailler ou changer de matériel (casse de bâton par ex).

Chaque athlète peut déposer, dans la zone prévue, son propre ravitaillement, ou son matériel de rechange, clairement identifiés :
gourde, flasque, bouteille, bâtons, gantelets.

L'organisation proposera également des verres d'eau remplis, gobelets non-jetables et/ou recyclables (carton).

A l'arrivée, chaque participant est invité à utiliser son gobelet personnel pour se réhydrater au poste de ravitaillement d'après-course.

A l'arrivée, si les conditions sanitaires l'autorisent, un ravitaillement solide sera également proposé.

9.2 Ravitaillement pour la randonnée nordique 12 km

Un ravitaillement sera proposée à l'issue de la marche guidée.

10. Sécurité et soins

10.1 Voies utilisées

Les marches nordiques se déroulent sur les pistes ou chemins du bois de Lesvellec (espace privé), sur le complexe sportif (stade en graviers fins, stabilisé) et sur des chemins piétons de la commune de Saint-Avé.

Les plans des parcours sont disponibles sur le site Internet de l'organisateur et en annexe de ce règlement pour la MNCC.

La circulation n'est pas interdite aux autres usagers. Une délimitation du parcours permet un partage de l'espace qui respecte la liberté de chacun.

Chaque participant s'engage par conséquent à respecter le tracé proposé et à échanger, le cas échéant, avec amabilité avec les autres usagers.

10.2 Sécurité des concurrents

La sécurité est assurée par la **protection civile**. L'équipe dispose du plan des voies accès rapide aux différents points des parcours. Le poste de secours est situé sur le parcours, à proximité de la ligne d'arrivée (Complexe sportif de Lesvellec). Le "Club House" est équipé d'un défibrillateur accroché à l'extérieur, côté sud.

10.3 Entraide entre concurrents

Tout concurrent est tenu à assistance en cas d'accident d'un autre concurrent, dans l'attente des secours.

S'il n'est pas seul, le concurrent qui porte assistance doit rester auprès de la victime et demander à un autre concurrent d'en informer immédiatement le juge le plus proche, équipé obligatoirement d'un téléphone et d'un walkie-talkie.

(10 juges répartis sur 3 km soit en moyenne un juge tous les 300 m).

10.4 Protocole sanitaire

Le protocole sanitaire en vigueur le jour de la compétition (ministère de l'éducation nationale, de la jeunesse et des sports) s'appliquera de facto. L'organisateur prévoit un contrôle de *pass sanitaire*, le cas échéant, et des bracelets en papier avec autocollant.

10.5 Utilisation des sanitaires et des douches

Douches : Nous demandons aux marcheurs de retirer leurs chaussures **avant** d'entrer dans les vestiaires.

Toilettes : Merci de signaler tout incident à un bénévole pour le confort de tous.

11. Protection de l'environnement

Tout abandon de matériel, tout jet de déchet, hors des lieux prévus à cet effet, entraînera la mise hors-course du concurrent fautif.

Pendant l'épreuve chronométrée, c'est la zone technique (voir plan) qui peut accueillir vos déchets.

Nous incitons chacun à respecter les consignes de tri sélectif.

Des poubelles à couvercle jaune recevront tous vos emballages. Les masques devant être déposés dans les bacs spécifiques.

L'organisation réduit son impact environnemental en évitant les flyers-papiers et en privilégiant les inscriptions en ligne.

Les rubans en matière plastique, de type Rubalise®, utilisés pour délimiter les parcours sont réutilisés et seront remplacés petit à petit par de la signalétique durable au cours des éditions suivantes.

Nous vous invitons à éviter de fouler l'espace hors du circuit compte-tenu de la présence d'une orchidée protégée.

12. Droit à l'image

Tout concurrent renonce expressément à se prévaloir du droit à l'image (fixe et audiovisuelle), prise à l'occasion de sa participation à l'épreuve, comme il renonce à tout recours à l'encontre de l'organisateur et de ses partenaires agréés pour l'utilisation faite de son image. L'organisateur décline toute responsabilité dans l'éventualité d'une diffusion d'images par une personne non officiel.

13. Accès et parking

Depuis la D747 (4 voies Vannes Pontivy), emprunter la sortie 1 -St Avé Le Poteau- .

Adresse : allée du Bois 56890 Saint Avé.

Plusieurs parkings sont mis à disposition des participants.

Pour ne pas gêner les services de secours, et respecter les espaces verts publics et privés mis à disposition, l'organisation demande aux participants d'utiliser ces parkings et de respecter les indications des bénévoles.

14. Force majeure

En cas de force majeure, l'organisateur pourra à tout instant mettre fin à la manifestation. Les participants en seront prévenus par tous moyens possibles, ils devront alors se conformer strictement aux directives de l'organisation. Le non-respect de ces consignes, entraînera de-facto, la fin de la responsabilité de l'organisateur. Le participant ne pourra prétendre à aucun remboursement, ni aucune indemnité à ce titre.

15. Annulation

L'organisateur se réserve la faculté d'annuler la manifestation soit sur requête de l'autorité administrative, soit en cas de force majeure. Aucune indemnité ne pourra être versée à ce titre. Les participants seront remboursés de leurs frais d'engagement (selon les mêmes modalités que celles de la rétractation pour motif médical, décrites au 4.7), ils ne pourront prétendre à aucune autre indemnité à ce titre.

Jean-Yves Jaunet
membre du Conseil d'Administration
Pôle marche nordique
Courir à Saint Avé

ANNEXE



parcours de la Marche Nordique Chronométrée sur Circuit

La boucle de pénalité a été supprimée, conformément à la directive de la Commission Nationale de Marche Nordique, réunie le 9 mars 2023.

"La boucle de pénalité est remplacée par "Stop and Go" de 30 secondes du 1^{er} avril au 25 juin 2023 dans toutes les compétitions à label".

(ajout du 24/03/2023 au présent règlement)