

REGLEMENT DE COURSE NENDAZ TRAIL

ORGANISATION

L'association Nendaz Trail est constituée sous les statuts officiels et déposés selon les règles d'usage.

EPREUVES

Trois courses à pied en pleine nature sont proposées :

- **UNT** : 70 km avec 3590 mètres de dénivelé positif.
- **NT** : 30 km avec 1890 mètres de dénivelé positif
- **AT** : 16 km avec 840 mètres de dénivelé positif
- **Parcours Découverte** : 16 km avec 840 mètres de dénivelé positif

Les courses se font en individuel et se dérouleront en une seule étape, à allure libre, en un temps limité (voir page 5 du règlement)

CONDITIONS DE PARTICIPATION

Ces courses sont ouvertes à toute personne, homme ou femme licencié(e) ou non :

- **UNT** : nés en 2000 ou avant
- **NT** : nés en 2002 ou avant
- **AT** : nés de 2001 à 2006
- **Parcours Découverte** : nés en 2000 ou avant

Les courses comportent de nombreux passages en altitude et les conditions peuvent être très difficiles (vent, froid, pluie ou neige). Un très bon entraînement et une réelle capacité d'autonomie personnelle sont indispensables à la réussite d'une telle aventure individuelle.

L'UNT est un parcours alpin, pour les coureurs ayant l'habitude d'évoluer dans ce type de terrain.

En s'inscrivant sur ce parcours, le coureur doit :

- Etre conscient de la longueur de la difficulté de l'épreuve.
- Savoir affronter sans aide extérieure des conditions climatiques difficiles du fait de l'altitude (vent, froid, brouillard, pluie ou neige).
- Savoir gérer les problèmes physiques ou mentaux découlant d'une grande fatigue, les problèmes digestifs, les douleurs musculaires ou articulaires, les petites blessures.
- Etre en bonne forme physique et ne souffrir d'aucune contre indication à la pratique de sport d'endurance.
- Etre conscient que l'organisation ne peut pas garantir une sécurité absolue durant la course.

Tout bon randonneur, normalement entraîné et équipé pour parcourir les chemins alpins peut participer au NT, à l'AT et au Parcours Découverte.

En s'inscrivant sur ces parcours, le coureur doit :

- Etre conscient de la longueur de l'épreuve.
- Savoir affronter sans aide extérieure des conditions climatiques difficiles du fait de l'altitude (vent, froid, brouillard, pluie ou neige).
- Savoir gérer les problèmes physiques ou mentaux découlant d'une grande fatigue, les problèmes digestifs, les douleurs musculaires ou articulaires, les petites blessures.
- Etre en bonne forme physique et ne souffrir d'aucune contre-indication à la pratique de sport d'endurance.
- Etre conscient que l'organisation ne peut pas garantir une sécurité absolue durant la course.

La participation au Nendaz Trail entraîne l'acceptation sans réserve du présent règlement et de l'éthique de la course.

CATEGORIES

	UNT	NT		
Seniors Hommes (SE H)	2000 à 1979	2002 à 1979		
Seniors Femmes (SE F)	2000 à 1979	2002 à 1979		
Vétérans 1 Homme (VH1)	1978 à 1969	1978 à 1969		
Vétérans 1 Femme (VF1)	1978 à 1969	1978 à 1969		
Vétérans 2 Hommes (VH2)	1968 à 1959	1968 à 1959		
Vétérans 2 Femmes (VF2)	1968 à 1959	1968 à 1959		
Vétérans 3 Hommes (VH3)	1958 et avant	1958 et avant		
Vétérans 3 Femmes (VF3)	1958 et avant	1958 et avant		
	AT		Parcours Découverte	
Juniors 1 Garçons (JR1 G)	2004 à 2006	Populaire femmes (PF)	2000 ou avant	
Juniors 1 Filles (JR1 F)	2004 à 2006	Populaire hommes (PH)	2000 ou avant	
Juniors 2 Garçons (JR2 G)	2001 à 2003			
Juniors 2 Filles (JR2 F)	2001 à 2003			

SEMI AUTO-SUFFISANCE

Le principe de course individuelle en semi auto-suffisance est la règle. Des postes de ravitaillement sont approvisionnés en boissons et nourriture.

Seule l'eau plate et le sirop sont destinés au remplissage des bidons ou poches à l'eau.

Chaque coureur doit veiller à disposer, au départ de chaque poste de ravitaillement, de la quantité de boisson et d'aliments nécessaires pour rallier le point de ravitaillement suivant.

L'assistance personnelle sera autorisée **uniquement sur les points de ravitaillement officiels** et dans une zone spécifiquement réservée à cet usage. Vous devrez obligatoirement suivre le parcours prévu à l'intérieur du poste de ravitaillement même si vous ne voulez pas vous y arrêter.

L'accompagnement d'un coureur durant toute ou partie du parcours est interdite, mis à part sur les 500 premiers mètres après un point de contrôle.

INSCRIPTIONS

Inscriptions uniquement sur internet et paiement sécurisé par carte bancaire ou sur facture.

- **UNT** : CHF 95.00 (du 15 janvier au 30 juin 2018)
CHF 110.00 (du 1^{er} juillet au 24 août 2018)
- **NT** : CHF 55.00 (du 15 janvier au 30 juin 2018)
CHF 75.00 (du 1^{er} juillet au 24 août 2018)
- **AT** : CHF 45.00 (du 15 janvier au 30 juin 2018)
CHF 55.00 (du 1^{er} juillet au 24 août 2018)
- **Parcours Découverte** : CHF 45.00 (du 15 janvier au 30 juin 2018)
CHF 55.00 (du 1^{er} juillet au 24 août 2018)

Possibilité d'inscription sur place jusqu'à la veille de la course (nombre limité).

Limite du nombre d'inscrits :

- **UNT** : 300 coureurs
- **NT** : 600 coureurs
- **AT** : 100 coureurs
- **Parcours Découverte** : 200 coureurs

Les droits d'engagement comprennent tous les services décrits dans le présent règlement. Les changements d'inscription pour passer sur un parcours plus court ou plus long ne peut se faire que jusqu'au 15 août 2018. Aucun changement ne sera admis après cette date. Un changement de parcours requiert le paiement de la

différence entre le prix payé lors de l'inscription initiale et le tarif en vigueur pour le nouveau parcours le jour du changement. Aucun remboursement ne sera pris en compte lors de ces changements.

Aucun échange du dossard n'est possible.

HEURES DE DEPART – PROGRAMME DE LA JOURNÉE

Dates	Horaires	Grand Parcours UNT 70km	Petit Parcours NT 30km	Parcours Découverte 16km	AdoTrail AT 16km	
Vendredi 24.08.2018	16h00 à 21h00	Contrôle du matériel selon le règlement et retrait des dossards au Centre Sportif de Haute-Nendaz Inscriptions sur place possible. ATTENTION: Places limitées!				
Samedi 25.08.2018	04h30	Briefing				
	05h00	Départ				
	20h00	Fin de course				
	06h00 à 07h30		Retrait des dossards et contrôle du matériel			
	08h00		Briefing			
	08h30		Départ			
	19h00		Fin de course			
	07h00 à 08h15			Retrait des dossards et contrôle du matériel		
	08h45			Briefing		
	09h00			Départ		
	14h00			Fin de course		
	07h00 à 08h15				Retrait des dossards et contrôle du matériel	
	08h45				Briefing	
	09h15				Départ	
	14h00				Fin de course	
	10h00	Ouverture des stands restaurations				
	11h00				Arrivée prévue des premiers coureurs	
11h30				Arrivée prévue des premiers coureurs		
12h00			Arrivée prévue des premiers coureurs			
13h00	Arrivée prévue des premiers coureurs					
17h00				Remise des prix		
19h00	Remise des prix	Remise des prix		Remise des prix		

GARANTIE D'ANNULATION D'INSCRIPTION

Toute personne peut au moment de son inscription souscrire à la garantie d'annulation pour autant que le paiement se fasse par internet sur facture ou par carte de crédit, le montant est à rajouter aux frais d'inscription sur le même versement.

L'objet de la garantie est de permettre le remboursement des frais engagés pour l'inscription à l'une des trois courses dans le cas où un coureur demande à annuler son inscription du fait d'un des événements suivants :

- Un accident, une maladie grave ou le décès du coureur lui-même
- Une maladie grave nécessitant une hospitalisation ou un décès atteignant son conjoint ou concubin notoire, ses ascendants ou descendants au premier degré, ce dans les trente jours précédant la manifestation.

En cas d'accident ou de maladie grave du coureur, il est nécessaire de fournir un certificat médical attestant de la contre-indication à participer à la course. Toute autre cause d'annulation doit être justifiée par un certificat signé et tamponné délivré par l'autorité compétente.

Conditions d'indemnité : toute demande de remboursement doit nous parvenir, accompagnée du certificat médical, au plus tard 10 jours qui suivent la manifestation. Les demandes sont traitées dans les deux mois qui suivent l'épreuve.

Les demandes de remboursement sont à adresser à :

MSO

Orgerie 20 2742 Perrefitte CH

Tél : +41 32 493 32 61 Fax : +41 32 493 60 42

info@mso-chrono.ch

EQUIPEMENT

UNT et NT :

Obligatoire sur tout le parcours (contrôle du matériel à la remise des dossards et éventuellement sur le parcours)

- Sac à dos ou ceinture ventrale de capacité similaire. Les simples porte-gourdes bananes ou les sacs ne permettant que de mettre une poche à eau ne sont pas suffisants.
- Réserve d'eau, minimum un litre.
- Couverture de survie.
- Sifflet.
- Lampe frontale (**uniquement pour l'UNT**)
- Bande élastique adhésive permettant de faire un bandage ou un strapping (mini 80 cm x 3 cm).
- Veste imperméable permettant de supporter le mauvais temps en montagne.
- T-shirt (à porter sur soi ou dans le sac).
- Pull manche longue d'au minimum 150 g (association T-shirt + manchons pas suffisants).
- Pantalon ou collant (au minimum un corsaire couvrant en dessous du genou).
- Une paire de gants (les gants en latex, plastique ou similaires ne sont pas autorisés).
- Gobelet personnel pour les ravitaillements (min 2 dl).
- Téléphone portable en état de marche et allumé.
- Le parcours chargé sur l'application Google Earth ou Suisse Mobile ou depuis le site « Trace de Trail » (à l'aide du QR-Code) ou applications équivalentes. Si vous ne procédez pas de smartphone, vous devez avoir le parcours sur une carte en votre possession.
- Chaque participant doit avoir téléchargé sur son smartphone l'application « echo112 ». Si vous ne procédez pas de smartphone, vous devez avoir enregistré le numéro d'urgence 144 dans votre téléphone.

AT et Parcours Découverte:

Obligatoire sur tout le parcours (contrôle du matériel à la remise des dossards et éventuellement sur le parcours)

- Sac à dos ou ceinture ventrale de capacité similaire.
- Réserve d'eau, minimum un litre
- Couverture de survie.
- Sifflet.
- Veste imperméable permettant de supporter le mauvais temps en montagne.
- Gobelet personnel pour les ravitaillements (min 2 dl)
- Téléphone portable en état de marche et allumé
- Chaque participant doit avoir téléchargé sur son smartphone l'application « echo112 ». Si vous ne procédez pas de smartphone, vous devez avoir enregistré le numéro d'urgence 144 dans votre téléphone.

Conseillé (liste non exhaustive) :

Bâtons, vêtements de rechange et chauds en cas de conditions prévues froides, couteau, ficelle, crème solaire, vaseline ou crème anti-échauffement, nécessaire de couture...

Si vous choisissez de prendre des bâtons, vous devez les avoir tout au long de la course.

Des commissaires de course seront habilités à contrôler votre sac en n'importe quel lieu du parcours.

CONTRÔLE DU MATERIEL

Le contrôle du matériel doit se faire pendant les tranches horaires définies selon les parcours et le programme. Chaque coureur doit se présenter avec son propre matériel complet. Si le participant ne peut pas se présenter personnellement, il peut donner son matériel à une personne de son choix qui viendra se présenter à sa place **avec le matériel complet accompagné de la carte d'identité du coureur.**

DOSSARDS

Chaque dossard, puce et traceur est remis individuellement à chaque coureur sur présentation d'une pièce d'identité avec photo, après avoir fait contrôler son matériel obligatoire (en cas de perte, la puce et le traceur seront facturés directement par MSO).

Le dossard doit être porté sur la poitrine ou le ventre et doit être visible en permanence dans son intégralité pendant toute la course. Il doit donc toujours être positionné au-dessus de tout vêtement et ne peut en aucun cas être fixé sur le sac ou une jambe. Le nom et le logo des partenaires ne doivent être ni modifiés, ni cachés.

Sauf en cas de refus d'obtempérer à une décision prise par un responsable de la course, le dossard n'est jamais retiré, mais en cas d'abandon il est désactivé.

SECURITE ET ASSISTANCE MEDICALE

Un poste de secours est implanté en différentes sites stratégiques (veuillez-vous référer au tableau des ravitaillements sur www.nendaztrail.ch). Ces postes sont en liaison téléphonique avec le PC de la course.

Les postes de secours sont destinés à porter assistance à toute personne en danger avec les moyens propres à l'organisation ou conventionnés. Les secouristes et médecins sont habilités à mettre hors course (en invalidant le dossard) tout concurrent inapte à continuer l'épreuve. Les secouristes sont habilités à faire évacuer par tout moyen à leur convenance les coureurs qu'ils jugeront en danger.

En cas de nécessité, pour des raisons allant toujours dans l'intérêt de la personne secourue, il sera fait appel au secours en montagne officiel qui prendra, à ce moment là, la direction des opérations et mettra en œuvre tous moyens appropriés, y compris héliportés. Les frais résultant de l'emploi de ces moyens exceptionnels seront supportés par la personne secourue qui devra également assurer son retour du point où elle aura été évacuée. Il est du seul ressort du coureur de constituer et présenter un dossier à son assurance personnelle dans le délai imparti.

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

En complément du dispositif de secours, du personnel soignant sera présent sur certains postes pour vous assister en cas de problème médical sévère. Les soins pouvant être apportés sur les points hauts du parcours sont nécessairement limités aux personnes présentant un problème sévère. Des soins pour des problèmes bénins, résultant notamment de maux engendrés par l'épreuve, pourront être apportés sur certains postes situés plus bas et dans la limite de la disponibilité du personnel soignant. L'accès aux soins et leur nature sont laissés à l'appréciation du personnel soignant.

Nous vous informons qu'il existe un n° **de téléphone d'urgences des secours en Valais/Suisse, il s'agit du 144.**

POSTE DE CONTROLE ET POSTES DE RAVITAILLEMENTS

Seuls les coureurs porteurs d'un dossard visible et dûment contrôlé ont accès aux postes de ravitaillement. Tout abandon doit être signalé à un point de contrôle.

Un repas d'après-course est servi à Nendaz, sous la tente sur la plaine des Ecluses.

Des postes de contrôle « volants » sont mis en place en d'autres endroits que les postes de secours et de ravitaillement. Leur localisation n'est pas communiquée par l'organisateur.

TEMPS MAXIMUM AUTORISE ET BARRIERES HORAIRES

Le temps maximal de l'épreuve, pour être classé est fixé à **15 heures pour l'UNT, 10h30 heures pour le NT, 5 heures pour le Parcours Découverte et 4 heures et 45 minutes pour l'AT**, sous réserve d'avoir respecté certaines barrières horaires intermédiaires.

Les heures limites de départ (barrières horaires) des principaux postes de contrôle sont définies dans le tableau ci-dessous :

<u>LIEUX</u>	<u>BARRIERES HORAIRES</u>
Grand-parcours – 70 km (UNT)	
- Cabane Saint-Laurent	12h00
- Cabane des Esserts	16h00
- Siviez	18h30
Petit-parcours – 30 km (NT)	
- Siviez	17h00
AdoTrail et Parcours Découverte – 16 km (AT)	
- Cabane Balavaud	12h00

Ces barrières horaires sont calculées pour permettre aux participants de rallier l'arrivée dans le temps maximum imposé, tout en effectuant d'éventuels arrêts (repos, repas...). Les barrières sont larges, pour permettre à un bon randonneur de participer (uniquement pour le NT 30 Km, l'AT et le Parcours Découverte 16 km). Pour être autorisés à poursuivre l'épreuve, **les concurrents doivent repartir du poste de contrôle avant l'heure limite fixée** (quelle que soit l'heure d'arrivée au poste de contrôle).

Tout concurrent mis hors course et voulant poursuivre son parcours ne pourra l'effectuer qu'après avoir restitué son dossard, sous sa propre responsabilité et en autonomie complète.

ABANDON ET RAPATRIEMENT

Sauf blessure, un coureur ne doit pas abandonner ailleurs que sur un point de contrôle. Il doit alors prévenir le responsable du poste, qui invalide définitivement son dossard. Le coureur conserve son dossard invalidé car c'est son laisser-passer pour accéder aux navettes, bus, repas, salles de soins...

Toute personne ayant quitté la course avant de l'avoir terminée et sans en avoir avisé l'organisation devra assumer les éventuels frais engendrés par sa disparition.

Le rapatriement sera décidé avec le chef de poste, en fonction des règles générales suivantes :

- Postes : Cabane Balavaud – Siviez – Cabane Saint-Laurent – Barrage de la Grande Dixence – Thyon.
- Les coureurs qui abandonnent sur un poste de secours ou de ravitaillement mais dont l'état de santé ne nécessite pas d'être évacués, doivent regagner au plus vite, par leurs propres moyens et à leurs frais le point de rapatriement le plus proche.
- En ce qui concerne tous les autres postes de ravitaillement ou de secours accessibles en voiture ou 4x4.
 - Lors de la fermeture du poste, l'organisation peut, dans la mesure des moyens disponibles et à charge du coureur, rapatrier les coureurs ayant abandonné et encore présents sur le poste.
 - En cas de conditions météo défavorables justifiant l'arrêt partiel ou total de la course, l'organisation assure le rapatriement des coureurs arrêtés dans les meilleurs délais possibles à partir des postes : Siviez – cabane Saint-Laurent- cabane Pra-Fleuri.

PENALISATION – DISQUALIFICATION

Des commissaires de course présents sur le parcours, et les chefs de poste des différents points de contrôle et de ravitaillement sont habilités à faire respecter le règlement et à appliquer (*) une pénalité en cas de non-respect, selon le tableau suivant :

MANQUE AU REGLEMENT	PENALISATION – DISQUALIFICATION
Aide au ravitaillement par un accompagnant sans dossard (hors ravitaillement officiel)	Pénalité ½ heure
Coupe de sentiers	Pénalité de 1 heure à disqualification
Absence du matériel obligatoire	Pénalité ¼ h à disqualification immédiate
Refus d'un contrôle du matériel obligatoire	Disqualification immédiate
Jet de détrit (acte volontaire) par un concurrent ou un membre de son entourage	Pénalité 1 heure
Non respect des personnes (organisation ou coureurs)	Pénalité 1 heure

Non assistance à une personne en difficulté	Pénalité 1 heure
Assistance en dehors des zones autorisées	Pénalité 1 heure
Triche (ex : utilisation d'un moyen de transport, partage de dossard, ...)	Disqualification immédiate
Port du dossard non conforme	Pénalité ¼ d'heure (durant lequel le coureur remet son dossard de manière conforme)
Absence d'une puce électronique	Selon décision du jury de course
Absence de passage à un point de contrôle	Selon décision du jury de course
Refus d'obtempérer à un ordre de la direction de la course, d'un commissaire de course, d'un chef de poste, d'un médecin ou d'un secouriste	Disqualification
Refus contrôle anti-dopage	Le coureur sera sanctionné de la même façon que s'il était convaincu de dopage
Départ d'un poste de contrôle au-delà de l'heure limite	Disqualification

Tout autre manquement au règlement fera l'objet d'une sanction décidée par le Jury de la course.

CONTROLE ANTI-DOPAGE

Tout compétiteur peut être soumis à un contrôle antidopage pendant ou à l'arrivée de l'épreuve. En cas de refus ou d'abstention le sportif sera sanctionné de la même façon que s'il était convaincu de dopage.

RECLAMATIONS

Elles sont recevables par écrit dans les 15 minutes après l'affichage des résultats provisoires.

JURY EPREUVE

Il se compose :

- Des présidents de l'organisation
- Du directeur de la course
- Du responsable technique
- Des chefs de postes concernés
- Ainsi que toute personne compétente à l'appréciation du président du Comité d'Organisation.

Le jury est habilité à statuer dans le délai compatible avec les impératifs de la course sur tous les litiges ou disqualifications survenus durant l'épreuve. Les décisions sont sans appel.

MODIFICATIONS DU PARCOURS OU DES BARRIERES HORAIRES ; ANNULATION DE LA COURSE

En cas de mauvaises conditions météorologiques, ou pour des raisons de sécurité, l'organisation se réserve le droit d'arrêter ou de neutraliser l'épreuve en cours, de modifier les barrières horaires, les parcours et les postes de secours ou de ravitaillement.

En cas de conditions météo trop défavorables (importantes quantités de pluie et de neige en altitude, fort risque orageux..) le départ peut être reporté de quelques heures.

En cas d'annulation d'une épreuve, pour quelque raison que ce soit, décidée plus de 15 jours avant la date du départ, un remboursement partiel des droits d'inscriptions sera effectué. Le montant de ce remboursement sera fixé de façon à permettre à l'organisation de faire face à l'ensemble des frais irrécupérables engagés à la date de l'annulation.

En cas d'annulation décidée moins de 15 jours avant le départ ou en cas d'interruption de la course, pour quelque raison que ce soit, aucun remboursement ne sera effectué.

Toute décision sera prise par un jury réunissant au moins le directeur de la course et le coordinateur responsable de la sécurité ainsi que toute personne compétente à l'appréciation des co-présidents du comité d'Organisation.

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 de concurrent.

NB : les évacuations hélicoptérées en Suisse sont payantes.

CLASSEMENTS ET RECOMPENSES

Tous les coureurs inscrits pour l'UNT, le NT, l'AT et le Parcours Découverte recevront un prix souvenir lors de la remise des dossards et du contrôle matériel.

Tous les coureurs UNT, NT, AT et Parcours Découverte arrivant à Nendaz, sont classés et recevront un diplôme finisher (à télécharger sur le site internet de MSO-Chrono)

Un classement par catégorie sera établi et publié sur le site Internet du chronométrateur après la proclamation des résultats, puis le lendemain sur le site du Nendaz Trail.

En cas d'arrêt prématuré de la course, le classement se fera suivant l'ordre et le temps de passage au dernier point de contrôle.

Aucune prime en argent n'est distribuée

Pour chaque course, un classement général homme, un classement général femme, un classement général juniors garçons et un classement général filles seront établis.

Les 3 premiers hommes, les 3 premières femmes (UNT et NT), les 3 premiers juniors garçons et les 3 premières juniors filles (AT) du classement général recevront un prix spécial. Pour le Parcours Découverte, seuls la première femme et le premier homme recevront un prix spécial. **Seuls les concurrents présents lors de la proclamation des résultats recevront leur prix. (Aucun envoi par la poste ne sera effectué)**

DROITS A L'IMAGE

Tout concurrent renonce expressément à se prévaloir du droit à l'image durant 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,

Nendaz Trail est une marque légalement déposée. Toute communication sur l'événement ou utilisation d'images de l'événement devra se faire dans le respect du nom de l'événement, des marques déposées et avec l'accord officiel de l'organisation, respectivement sa responsable de la communication.

www.nendaztrail.ch