



Règlement de course

Edition 2021



Table des matières

1. Organisation	3
2. Affiliation.....	3
3. Parcours.....	3
4. Conditions de participations	3
Conditions particulières pour le « Grand Parcours » et le « Petit Parcours »	3
5. Catégories.....	4
6. Inscriptions	4
Finance d'inscriptions.....	4
Capacité limitée	5
Changement ou annulation de participation	5
Annulation de la course	5
Prestations.....	6
7. Programme et horaires.....	6
La veille de la course.....	6
Le jour de la course	7
8. Équipement.....	7
« Grand Parcours – 70 km » et « Petit Parcours » – 30 km »	7
« Parcours Découverte » et « AdoTrail » – 16 km.....	8
9. Règles de course.....	8
Contrôle du matériel	8
Dossards	8
Sécurité et assistance médicale.....	8
Poste de contrôle et poste de ravitaillement	9
Semi auto-suffisance	9
Temps maximal autorisé et barrières horaires.....	10
Comportement sur le parcours	10
Abandons.....	10
Pénalités	11
Contrôle anti-dopage.....	11
Protêt	12
10. Résultats et remise des prix	12
Résultat	12
Remise des prix	12
11. Comité de course	12
12. Responsabilité et assurances	12

Responsabilité civile	12
Individuelle accident	12
<i>13. Droit à l'image et utilisation à des fins promotionnelles.....</i>	<i>13</i>

1. Organisation

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

Le Nendaz Trail est une course à pied en montagne, qui a lieu à Nendaz chaque année. Elle s'est déroulée la première fois en 2014 et aura lieu cette année le samedi 28 août 2021.

2. Affiliation

Le Nendaz Trail fait partie de la liste des courses qualificatives pour l'UTMB® (Ultra-Trail du Mont-Blanc). Les trois parcours du Nendaz Trail ont été évalués par l'ITRA (International Trail Running Association).

Ce trail est également inscrit depuis 2014 dans le guide des courses de Swiss Athletics et compte pour la Coupe Valaisanne de la Montagne.

3. Parcours

Trois courses à pied en pleine nature au départ et à l'arrivée de Haute-Nendaz sont proposées :

	Distances	D+ / D-
Grand Parcours	70 km	3'590 m
Petit Parcours	30 km	1'890 m
Parcours Découverte et AdoTrail	16 km	840 m

Les courses se font en individuel et se déroulent en une seule étape, à allure libre, en un temps limité (voir point 9. Règles de course, paragraphe *Temps maximal autorisé et barrières horaires*)

4. Conditions de participations

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

	Âge minimal
Grand Parcours	Nés-ées en 2003 ou avant
Petit Parcours	Nés-ées en 2005 ou avant
Parcours Découverte	Nés-ées en 2003 ou avant
AdoTrail	Nés-ées de 2004 à 2009

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

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

Conditions particulières pour le « Grand Parcours » et le « Petit Parcours »

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.

Le « Grand Parcours » est un parcours alpin avec des parties techniques, pour les coureurs ayant l'habitude d'évoluer dans ce type de terrain.

En s'inscrivant sur l'un de ces deux parcours, le coureur doit:

- Être 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.
- Être en bonne forme physique et ne souffrir d'aucune contre indication à la pratique de sport d'endurance.
- Être conscient que l'organisation ne peut pas garantir une sécurité absolue durant la course.

5. Catégories

	Grand Parcours	Petit Parcours	AdoTrail	Parcours Découverte
Seniors Hommes	2003 à 1982	2005 à 1982		
Seniors Femmes	2003 à 1982	2005 à 1982		
Vétérans 1 Homme	1981 à 1972	1981 à 1972		
Vétérans 1 Femme	1981 à 1972	1981 à 1972		
Vétérans 2 Hommes	1971 à 1962	1971 à 1962		
Vétérans 2 Femmes	1971 à 1962	1971 à 1962		
Vétérans 3 Hommes	1961 et avant	1961 et avant		
Vétérans 3 Femmes	1961 et avant	1961 et avant		
Juniors 1 Garçons			2007 à 2009	
Juniors 1 Filles			2007 à 2009	
Juniors 2 Garçons			2004 à 2006	
Juniors 2 Filles			2004 à 2006	
Populaire femmes				2003 ou avant
Populaire hommes				2003 ou avant

6. Inscriptions

Les inscriptions se font via le site internet et le paiement sécurisé par carte bancaire ou sur facture. Il sera possible de s'inscrire sur place jusqu'à la veille de la course, **mais attention le nombre de place est limité.**

Finance d'inscriptions

	Du 15 janvier au 30 juin 2021	Du 1 ^{er} juillet au 25 août 2021
Grand Parcours	CHF 95.-	CHF 110.-
Petit Parcours	CHF 55.-	CHF 75.-
Parcours Découverte et AdoTrail	CHF 45.-	CHF 55.-

Capacité limitée

Le nombre d'inscriptions est limité par course, à savoir :

- Grand Parcours : 150
- Petit Parcours : 650
- Parcours Découverte : 350
- AdoTrail : 50

Changement ou annulation de participation

Changement de parcours

Les droits d'engagement comprennent tous les services décrits dans le présent règlement.

- Un coureur peut changer de parcours jusqu'au 15 août 2021 à minuit.
- Un changement 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 effectué si le prix du nouveau parcours est inférieur au prix payé lors de l'inscription initiale.

Cession individuelle du dossard

- Si un coureur n'est pas en mesure de participer à la course, il/elle est autorisé(e) à céder son dossard à une personne de son choix jusqu'au 15 août 2021.
- Une telle modification est possible et gratuite, pour autant que la cession du dossard se fasse sur le même parcours. Si la cession s'opère sur un autre parcours, le paiement de la différence sera demandé.
- Aucun remboursement ne sera effectué si le prix du nouveau parcours est inférieur au prix payé lors de l'inscription initiale.

Garantie d'annulation d'inscription

Une assurance facultative est proposée au moment de l'inscription en ligne pour autant que le paiement se fasse par internet sur facture ou par carte de crédit. Cette assurance couvre exclusivement le remboursement des frais d'inscriptions en cas de situations couvertes par les conditions générales (<https://www.mso-chrono.ch/userfiles/assurance-annulation/cg2-fr.pdf>)

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 d'annulation par l'organisateur d'une épreuve pour toute autre raison que des motifs de sécurité ou d'autres raisons de force majeure, 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 par l'organisateur pour des raisons de sécurité ou d'autres raisons de force majeure, la finance d'inscription ne sera pas remboursée.

Par ailleurs, il est précisé qu'aucun remboursement ne sera applicable en cas de modification du parcours ou d'interruption pour des raisons de sécurité (notamment en cas de mauvaises conditions météorologiques) ou de force majeure.

Prestations

Chaque coureur inscrit aura droit aux prestations suivantes :

- Une puce électronique intégrée au dossard. Cette puce est jetable et ne nécessite pas d'être retournée
- Les ravitaillements pendant la course
- Un repas et une boisson d'après-course
- Les douches et WC à l'arrivée à Haute-Nendaz
- Le dépôt des sacs sous la tente sur la plaine des Ecluses (site non surveillé)
- Un prix souvenir lors de la remise des dossards et du contrôle matériel

Tout ce qui n'est pas mentionné ci-dessus est à la charge des coureurs (notamment le parking, l'hébergement, ...)

7. Programme et horaires

La veille de la course

Dates	Horaires	Grand Parcours UNT 70km	Petit Parcours NT 30km	Parcours Découverte 16km	AdoTrail AT 16km
Vendredi 27.08.2021	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!			

Le jour de la course

Dates	Horaires	Grand Parcours UNT 70km	Petit Parcours NT 30km	Parcours Découverte 16km	AdoTrail AT 16km
Samedi 28.08.2021	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			
	16h00			Remise des prix	Remise des prix
	18h00	Remise des prix	Remise des prix		

8. Équipement

Pour chacun des parcours, le matériel sera contrôlé avant la remise des dossards. De plus, des commissaires de course seront habilités à contrôler votre sac en n'importe quel lieu du parcours.

« Grand Parcours – 70 km » et « Petit Parcours » – 30 km »

La liste du matériel ci-dessous est obligatoire sur tout le parcours :

(La liste du matériel peut varier en fonction de la météo, décision prise la veille de la course)

- 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 le « Grand Parcours »).
- 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 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.

« Parcours Découverte » et « AdoTrail » – 16 km

La liste du matériel ci-dessous est obligatoire sur tout le parcours :

(La liste du matériel peut varier en fonction de la météo, décision prise la veille de la course)

- Gobelet personnel pour les ravitaillements.
- Couverture de survie.
- 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.

Le matériel suivant est recommandé mais pas obligatoire :

- Sac à dos ou ceinture ventrale de capacité similaire.
- Réserve d'eau.
- Sifflet.
- Veste imperméable (seulement en cas de mauvaises conditions météorologiques).

9. Règles de course

Contrôle du matériel

Le contrôle du matériel doit se faire pendant les tranches horaires définies selon les parcours et le programme (voir point 7 du présent règlement). 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 est remis individuellement à chaque coureur sur présentation d'une pièce d'identité avec photo, après avoir fait contrôler son matériel obligatoire.

Chaque coureur porte son dossard de manière bien visible (numéro et sponsors) sur la poitrine ou le ventre, pendant la totalité de 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 dossard donne accès aux ravitaillements, aux postes médicaux ainsi qu'à toutes les zones ou installations réservées aux coureurs.

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.

Sécurité et assistance médicale

Un poste de secours est implanté dans les différents 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 hélicoptères. Les frais résultants 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 contrôle et poste de ravitaillement

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

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. 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 le parcours est interdit, mis à part sur les 500 premiers mètres après un point de contrôle.

Temps maximal autorisé et barrières horaires

Le temps maximal de l'épreuve pour être classé est fixé comme suit, sous réserve d'avoir respecté certaines barrières horaires intermédiaires :

	Temps maximal
Grand Parcours – 70 km	15 heures
Petit Parcours – 30 km	10 heures et 30 minutes
Parcours Découverte – 16 km	5 heures
AdoTrail – 16 km	4 heures et 45 minutes

Les barrières horaires des principaux postes de contrôle sont définies dans le tableau ci-dessous :

	Grand Parcours	Petit Parcours	Parcours Découverte et AdoTrail
Cabane Saint-Laurent	12h00		
Cabane des Essertses	16h00		
Siviez	18h30	17h00	
Cabane Balavaud			12h00

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.

Comportement sur le parcours

Les coureurs s'engagent à respecter toutes les règles et obligations découlant des dispositions du présent règlement ainsi que ses annexes et à se conformer aux directives et instructions du Comité de course.

Il est notamment rappelé que :

- Tout coureur est tenu de respecter le balisage.
- Indépendamment de toute règle ou instruction expresse, les coureurs prendront les précautions commandées par l'environnement et/ou par les conditions, afin d'éviter des accidents les affectant eux-mêmes, les autres coureurs, les représentants de l'organisation ou tout tiers sur le parcours.
- Tout coureur est tenu de venir au secours d'une personne en danger ou accidentée et de signaler immédiatement tout accident au Comité de course par téléphone (+41 79 230 63 63) ou au 144 ou à un bénévole au poste de ravitaillement le plus proche.
- Les coureurs doivent respecter l'environnement. Aucun déchet n'est abandonné sur le parcours.
- Toute forme d'assistance physique est interdite (pousser, tirer ou porter).

Abandons

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 suivra alors les directives du Comité de course.

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

Le rapatriement sera décidé avec le responsable 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 Prafleuri

Pénalités

Des commissaires de course présents sur le parcours et les responsables 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 :

Manquement au règlement	Pénalité appliquée
- Absence du matériel obligatoire	- Pénalité ¼ h à disqualification immédiate
- Port du dossard non conforme	- Pénalité ¼ d'heure (durant lequel le coureur remet son dossard de manière conforme)
- Aide au ravitaillement par un accompagnant sans dossard (hors ravitaillement officiel)	- Pénalité ½ heure
- Coupe de sentiers	- Pénalité de 1 heure à disqualification
- Jet de détritus (acte volontaire) par un concurrent ou un membre de son entourage - Non respect des personnes (organisation ou coureurs) - Non assistance à une personne en difficulté - Assistance en dehors des zones autorisées	- Pénalité 1 heure
- 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 - Départ d'un poste de contrôle au-delà de l'heure limite - Refus d'un contrôle du matériel obligatoire - Triche (ex : utilisation d'un moyen de transport, partage de dossard, ...)	- Disqualification
- Absence de passage à un point de contrôle - Absence d'une puce électronique	- Selon décision du comité de course

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

Contrôle anti-dopage

L'organisateur attire tout particulièrement l'attention des coureurs sur le respect des règles d'intégrité et d'éthique sportive. Les coureurs s'abstiennent de toute pratique de dopage.

Tout coureur 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.

Protêt

Les éventuels protêts devront être déposés par écrit au Comité de course au plus tard 15 minutes après l'arrivée du coureur. Au-delà de ce délai, les protêts ne sont plus recevables.

10. Résultats et remise des prix

Résultat

Un classement par catégorie et général sera établi et publié sur le site Internet du chronométreur 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.

Remise des prix

Pour chacune des courses, des prix en nature récompenseront :

- Les trois premiers des catégories femmes et hommes du Grand Parcours et du Petit Parcours
- Les trois premiers des catégories de l'AdoTrail
- Les vainqueurs des catégories femmes et hommes du Parcours Découverte

Aucune prime en argent n'est distribuée.

Seuls les concurrents présents lors de la proclamation des résultats recevront leur prix (aucun envoi par la poste ne sera effectué).

Tous les coureurs à l'arrivée sont classés et reçoivent un diplôme finisher (à télécharger sur le site internet de MSO-Chrono)

11. Comité de course

Le Comité de course est nommé par l'organisateur et se compose :

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

Le comité de course 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.

12. Responsabilité et assurances

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.

13. Droit à l'image et utilisation à des fins promotionnelles

Chaque coureur autorise expressément l'organisateur ainsi que leurs ayants droit, tels que les partenaires et médias, à utiliser les images fixes ou audiovisuelles de la course, y compris des phases de préparation et de celles suivant la course, sur lesquelles il pourrait apparaître, prises à l'occasion de sa participation au Nendaz Trail, 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.

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.

Ce règlement reste subordonné aux directives des services de la sécurité publique.

En cas de différence entre les textes des différentes versions du règlement, la version française du règlement fait foi.

Fait à Nendaz – octobre 2020.

L'organisateur
www.nendaztrail.ch



Race Regulations

2021 Edition



Table of Contents

1. Organisation	3
2. Affiliation.....	3
3. Trail.....	3
4. Terms and conditions of participation	3
Special conditions for the "Grand Parours" and the "Petit Parours".	3
5. Categories.....	4
6. Enrolment	4
Enrolment fees.....	4
Limited capacity	5
Change or cancellation of participation	5
Cancellation of the race	5
Services.....	5
7. Programme and timetables	6
The day before the race	6
The day of the race.....	6
8. Equipment.....	6
"Grand Parours – 70 km" and "Petit Parours – 30 km"	7
"Parours Découverte " and "AdoTrail" – 16 km.....	7
9. Race rules	7
Equipment checks	7
Bibs.....	7
Safety and medical assistance.....	8
Checkpoint and refreshment station	8
Semi-self-sufficient.....	8
Maximum time allowed and time barriers.....	9
Behaviour on the race route	9
Abandoning	9
Penalties	10
Doping control	10
Protest.....	11
10. Results and prize-giving ceremony	11
Results	11
Prize giving ceremony.....	11
11. Race Committee	11
12. Liability and insurance.....	11

Civil liability	11
Individual accident	12
13. Image rights and use for promotional purposes.....	12

1. Organisation

The Nendaz Trail association is constituted under the official statutes and registered according to the rules of use.

The Nendaz Trail is a mountain running race which takes place in Nendaz every year. It was held for the first time in 2014 and will take place this year on Saturday 28th August 2021.

2. Affiliation

The Nendaz Trail is part of the list of qualifying races for the UTMB® (Ultra-Trail du Mont-Blanc). The three courses of the Nendaz Trail have been evaluated by the ITRA (International Trail Running Association).

This trail is also registered since 2014 in the Swiss Athletics race guide and counts for the Valais Mountain Cup.

3. Trail

There are three running races in the middle of nature at the start and finish of Haute-Nendaz:

	Distances	D+ / D-
Grand Parcours	70 km	3'590 m
Petit Parcours	30 km	1'890 m
Parcours Découverte and AdoTrail	16 km	840 m

The races are individual and take place in a single stage, at free speed, in a limited time (see point 9. Race rules, paragraph *Maximum permitted time and time barriers*).

4. Terms and conditions of participation

These races are open to any person, male or female, licensed or not:

	Minimum age
Grand Parcours	Born in 2003 or earlier
Petit Parcours	Born in 2005 or earlier
Parcours Découverte	Born in 2003 or earlier
AdoTrail	Born between 2004 and 2009

Participation in the Nendaz Trail implies the unreserved acceptance of the present rules and the ethics of the race.

Any good hiker, normally trained and equipped to traverse the alpine paths can participate in the "Parcours Découverte" and the "AdoTrail".

Special conditions for the "Grand Parcours" and the "Petit Parcours".

The races include many passages at high altitude and the conditions can be very difficult (wind, cold, rain or snow). Very good training and a real capacity for personal autonomy are essential to the success of such an individual adventure.

The "Grand Parcours" is an alpine race with technical parts, for runners who are used to this type of terrain.

By registering in one of these two races, the runner must:

- Be aware of the length of the difficulty of the race.
- Be able to face difficult weather conditions due to altitude (wind, cold, fog, rain or snow) without outside help.
- Know how to manage physical or mental problems resulting from great fatigue, digestive problems, muscle or joint pain, minor injuries.
- Be in good physical shape and not suffer from any contraindications to the practice of endurance sports.
- Be aware that the organisation cannot guarantee absolute safety during the race.

5. Categories

	Grand Parours	Petit Parours	AdoTrail	Parours Découverte
Seniors Men	2003 to 1982	2005 to 1982		
Seniors Women	2003 to 1982	2005 to 1982		
Veterans 1 Men	1981 to 1972	1981 to 1972		
Veterans 1 Women	1981 to 1972	1981 to 1972		
Veterans 2 Men	1971 to 1962	1971 to 1962		
Veterans 2 Women	1971 to 1962	1971 to 1962		
Veterans 3 Men	1961 and earlier	1961 and earlier		
Veterans 3 Women	1961 and earlier	1961 and earlier		
Juniors 1 Boys			2007 to 2009	
Juniors 1 Girls			2007 to 2009	
Juniors 2 Boys			2004 to 2006	
Juniors 2 Girls			2004 to 2006	
Popular Women				2003 or earlier
Popular men				2003 or earlier

6. Enrolment

Enrolment is done via the website and secure payment by credit card or invoice. It is possible to register on the spot until the day before the race, **but please note that the number of places is limited.**

Enrolment fees

	From January 15 to June 30, 2021	From July 1 to August 25, 2021
Grand Parours	CHF 95.-	CHF 110.-
Petit Parours	CHF 55.-	CHF 75.-
Parours Découverte and AdoTrail	CHF 45.-	CHF 55.-

Limited capacity

The number of enrolments is limited per race as follows:

- Grand Parours: 150
- Petit Parours 650
- Parours Découverte: 350
- AdoTrail: 50

Change or cancellation of participation

Change of route

The commitment fee includes all the services described in this Regulation.

- A runner may change races until midnight on 15 August 2021.
- A change requires the payment of the difference between the price paid at the time of the initial enrolment and the rate in force for the new route on the day of the change.
- No refund will be made if the price of the new race is lower than the price paid at the time of the initial enrolment.

Individual assignment of the bib

- If a runner is not able to participate in the race, he/she is allowed to give up his/her bib to a person of his/her choice until 15 August 2021.
- Such a change is possible and free of charge, as long as the transfer of the bib takes place on the same route. If the transfer takes place on a different route, payment of the difference will be requested.
- No refund will be made if the price of the new race is lower than the price paid at the time of the initial enrolment.

Enrolment cancellation guarantee

An optional insurance is offered at the time of online enrolment, provided that payment is made online by invoice or credit card. This insurance covers exclusively the reimbursement of enrolment fees in the event of situations covered by the general terms and conditions. <https://www.mso-chrono.ch/userfiles/assurance-annulation/cg2-fr.pdf>

Cancellation of the race

In the event of bad weather conditions, or for safety reasons, the organisation reserves the right to stop or neutralise the race in progress, to modify the time barriers, the courses and the aid or refreshment posts.

In the event of cancellation by the organiser of an event for any reason other than safety reasons or other reasons of force majeure, decided more than 15 days before the start date, a partial refund of the entry fees will be made. The amount of this refund will be fixed in such a way as to enable the organisation to cover all irrecoverable costs incurred at the date of cancellation.

In case of cancellation by the organizer for security reasons or other reasons of force majeure, the enrolment fee will not be refunded.

Furthermore, it is specified that no refund will be applicable in case of modification of the race or interruption for safety reasons (especially in case of bad weather conditions) or force majeure.

Services

Each registered runner will be entitled to the following benefits:

- A microchip integrated into the bib. This chip is disposable and does not need to be returned.
- Refreshments during the race

- An after-race meal and drink
- Showers and WC on arrival in Haute-Nendaz
- The deposit of bags under the tent on the Plaine des Ecluses (unsupervised site)
- A souvenir prize at the handing over of the bibs and at the material check.

Everything that is not mentioned above is at the expense of the runners (including parking, accommodation, etc.).

7. Programme and timetables

The day before the race

Dates	Timing	Grand Parcours UNT 70km	Petit Parcours NT 30km	Parcours Découverte 16km	AdoTrail AT 16km
Friday 27.08.2021	16h00 to 21h00	Equipment check as per regulations and bib collection at Sports Centre in Haute-Nendaz On the spot registration possible. PLEASE NOTE: limited places!			

The day of the race

Dates	Timing	Grand Parcours UNT 70km	Petit Parcours NT 30km	Parcours Découverte 16km	AdoTrail AT 16km
Saturday 28.08.2021	04h30	Briefing			
	05h00	Start of race			
	20h00	Race finish			
	06h00 to 07h30		Equipment check and bib collection		
	08h00		Briefing		
	08h30		Start of race		
	19h00		Race finish		
	07h00 to 08h15			Equipment check and bib collection	
	08h45			Briefing	
	09h00			Start of race	
	14h00			Race finish	
	07h00 to 08h15				Equipment check and bib collection
	08h45				Briefing
	09h15				Start of race
	14h00				Race finish
	10h00	Refreshments stands open			
	11h00				First runners finish
	11h30			First runners finish	
	12h00		First runners finish		
	13h00	First runners finish			
	16h00			Prize giving	Prize giving
	18h00	Prize giving	Prize giving		

8. Equipment

For each race, the equipment is checked before the bibs are handed out. In addition, race stewards are authorised to check your bag anywhere on the route.

"Grand Parcours – 70 km" and "Petit Parcours – 30 km"

The list of equipment below is mandatory for the whole route:

(The list of equipment may vary according to the weather, decision taken the day before the race)

- Backpack or waist belt of similar capacity. Simple running belt bottle holders or bags that only hold a water bladder are not sufficient.
- Water reserve, minimum one litre.
- Survival blanket.
- Whistle.
- Headlamp (only for the "Grand Parcours").
- Adhesive elastic bandage for bandaging or strapping (min 80 cm x 3 cm).
- Waterproof jacket to withstand bad weather in the mountains.
- T-shirt (worn or in the backpack).
- Long sleeve sweater of at least 150 g (combination T-shirt + sleeves not sufficient).
- Trousers or tights (at least one pair of pants covering below the knee).
- A pair of gloves (latex, plastic or similar gloves are not allowed).
- Personal cup for refreshments (min 2 dl).
- Mobile phone in working order and switched on.
- The route loaded on Google Earth or Suisse Mobile or equivalent applications. If you do not have a smartphone, you must have the route on a map in your possession.
- Each participant must have downloaded the "echo112" application on his/her smartphone. If you do not have a smartphone, you must have saved the emergency number 144 in your phone.

"Parcours Découverte" and "AdoTrail" – 16 km

The list of equipment below is mandatory for the whole route:

(The list of equipment may vary according to the weather, decision taken the day before the race)

- Personal cup for refreshments.
- Survival blanket.
- Mobile phone in working order and switched on.
- Each participant must have downloaded the "echo112" application on his/her smartphone. If you do not have a smartphone, you must have saved the emergency number 144 in your phone.

The following equipment is recommended but not required:

- Backpack or waist belt of similar capacity.
- Water reserve.
- Whistle.
- Waterproof jacket (only in bad weather conditions).

9. Race rules

Equipment checks

Checks on equipment must be carried out during the time slots defined according to the routes and the programme (see point 7 of these rules). Each runner must arrive with his or her own complete equipment. If the participant is unable to attend in person, he/she may give his/her equipment to a person of his/her choice who will come to his/her place with the complete equipment **with the runner's identity card**.

Bibs

Each bib is given individually to each runner on presentation of a photo ID, after having had his or her compulsory equipment checked.

Each runner wears his/her bib in a clearly visible way (number and sponsors) on the chest or stomach, during the whole race. It must therefore always be positioned above all clothing and can under no circumstances be attached to the bag or a leg.

The bib gives access to refreshment stations, medical posts and all areas or installations reserved for runners.

Except in the event of refusal to comply with a decision taken by a race official, the bib is never removed, but in the event of abandon, it is deactivated.

Safety and medical assistance

A first aid post is located in the various strategic sites (please refer to the supply table on www.nendaztrail.ch). These posts are connected by telephone to the race HQ.

The first aid posts are intended to assist any person in danger with the organisation's own or contracted means. The first-aid workers and doctors are authorised to withdraw from the race (by invalidating the bib) any competitor who is unfit to continue the race. The first-aid workers are authorised to evacuate by any means at their convenience any runners they consider to be in danger.

If necessary, for reasons that are always in the interest of the person rescued, the official mountain rescue service will be called in, which will then take charge of the operations and implement all appropriate means, including helicopter transport. The costs resulting from the use of these exceptional means shall be borne by the person rescued, who must also ensure his or her return from the point from which he or she was evacuated. It is the sole responsibility of the runner to compile and submit a file to his or her personal insurance within the time limit set.

A runner calling in a doctor or a first-aider shall de facto submit to his/her authority and undertake to accept his/her decisions.

In addition to the emergency services, medical personnel will be present at certain posts to assist you in the event of a severe medical problem. The care that can be provided at the high points of the race course is necessarily limited to people with a severe problem. Care for benign problems, resulting in particular from illnesses caused by the event, may be provided at certain posts located lower down and within the limits of the availability of the nursing staff. Access to care and the nature of the care is left to the discretion of the nursing staff.

We inform you that there is an emergency telephone number in Valais/Switzerland: 144.

Checkpoint and refreshment station

- Only runners wearing a visible and duly controlled bib have access to the refreshment stations.
- Any abandon must be reported at a checkpoint.
- A post-race meal is served in Nendaz, under the tent on the Plaine des Écluses.
- "Portable" checkpoints are set up at places other than the aid and refreshment posts. Their location is not communicated by the organiser.

Semi-self-sufficient

The principle of semi-self-sufficiency in individual racing is the rule. Refreshment stations are supplied with food and drinks. Each runner must ensure that at the start of each refreshment station he/she has the necessary amount of food and drink to reach the next refreshment station.

Personal assistance shall only be permitted at official refreshment points and in an area specifically reserved for this purpose. You must follow the route inside the refreshment station even if you do not want to stop there.

Accompanying a runner on the race course is forbidden, except for the first 500 metres after a checkpoint.

Maximum time allowed and time barriers

The maximum time for the event to be classified is set as follows, subject to having respected certain intermediate time barriers :

	Maximum time
Grand Parours – 70 km	15 hours
Petit Parours – 30 km	10 hours and 30 minutes
Parours Découverte– 16 km	5 hours
AdoTrail – 16 km	4 hours and 45 minutes

The time barriers at the main checkpoints are defined in the table below:

	Grand Parours	Petit Parours	Parours Découverte and AdoTrail
Cabane Saint-Laurent	12.00 (12 pm)		
Cabane des Essertses	16.00 (4 pm)		
Siviez	18.30 (6.30 pm)	17.00 (5pm)	
Cabane Balavaud			12.00 (12 pm)

To be allowed to continue the event, competitors must leave the checkpoint before the time limit set (regardless of the time of arrival at the checkpoint).

Any competitor who has been eliminated from the race and wishes to continue may do so only after returning his/her bib number, under his/her own responsibility and with complete freedom of choice.

Behaviour on the race route

Runners undertake to respect all the rules and obligations arising from the provisions of the present regulations and its annexes and to comply with the directives and instructions of the Race Committee.

In particular, they are reminded that:

- All runners must respect the markings.
- Independently of any express rule or instruction, runners will take the precautions required by the environment and/or the conditions, in order to avoid accidents affecting themselves, other runners, representatives of the organisation or any third party on the route.
- All runners are required to come to the rescue of a person in danger or injured and to immediately report any accident to the Race Committee by telephone (+41 79 230 63 63) or to 144 or to a volunteer at the nearest refreshment station.
- Runners must respect the environment. No rubbish is left on the route.
- Any form of physical assistance is forbidden (pushing, pulling or carrying).

Abandoning

Except in the case of injury, a runner shall not abandon the race other than at a checkpoint. He or she must then notify the person in charge of the checkpoint, who will permanently invalidate his or her bib. The runner will then follow the instructions of the Race Committee.

Any person who has left the race before having finished it and without informing the organisation will have to assume the possible costs caused by his or her disappearance.

The repatriation will be decided with the person in charge, according to the following general rules:

- Stations: Cabane Balavaud – Siviez – Cabane Saint-Laurent – Barrage de la Grande Dixence – Thyon.
- Runners who abandon at an aid or refreshment station but whose state of health does not require evacuation must return as quickly as possible, by their own means and at their own expense, to the nearest point of repatriation.
- With regard to all other refreshment or first-aid stations accessible by car or off-road vehicle
 - When the post is closed, the organisation may, as far as the means available and at the runner's expense, repatriate any runners who have abandoned and are still present at the post.
 - In the event of unfavourable weather conditions justifying the partial or total stoppage of the race, the organisers shall ensure the return of the detained runners as soon as possible from the stations: Siviez – Cabane Saint-Laurent- Cabane Prafleuri

Penalties

Race stewards present on the course and the persons in charge of the stations at the various checkpoints and refreshment points are empowered to ensure that the regulations are respected and to apply a penalty in the event of non-compliance, according to the following table:

Failure to comply with the rules	Penalty applied
- Absence of mandatory equipment	- Penalty ¼ h to immediate disqualification
- Wearing of bib wrongly	- Penalty ¼ per hour (during which the runner puts his or her bib on in the correct manner)
- Help with refreshment by a companion without a bib (except for official refreshment)	- Penalty ½ hour
- Path cutting	- Penalty of 1 hour to disqualification
- Throwing litter (voluntary act) by a competitor or a member of his/her entourage - Non respect of people (organisation or runners) - Failure to assist a person in difficulty - Assistance outside of authorised areas	- Penalty 1 hour
- Refusal to comply with an order from the race management, a race steward, a chief of post, a doctor or a first-aider - Departure from a checkpoint after the cut-off time - Refusal of a mandatory equipment check - Cheating (e.g. using a means of transport, sharing a bib, etc.)	- Disqualification
- Failure to pass through a checkpoint - Absence of a microchip	- According to the decision of the race committee

Any other breach of the rules will be subject to a sanction decided by the Race Committee.

Doping control

The organiser draws the attention of the runners in particular to the respect of the rules of integrity and sporting ethics. Runners shall refrain from all doping practices.

Any runner may be subject to a doping control during or at the finish of the race. In the event of refusal or abstention, the athlete shall be sanctioned in the same way as if he or she had been found guilty of doping.

Protest

Any protests must be submitted in writing to the Race Committee no later than 15 minutes after the arrival of the runner. Beyond this time limit, protests are no longer admissible.

10. Results and prize-giving ceremony

Results

A classification by category and general classification will be established and published on the timekeeper's website after the announcement of the results, then the next day on the Nendaz Trail website.

In the event of an early stop of the race, the classification will be made according to the order and time of the last checkpoint.

Prize giving ceremony

For each of the races, prizes in kind will be awarded:

- The top three finishers in the men's and women's categories of the Grand Parours and the Petit Parours
- The top three in the AdoTrail categories
- The winners of the women's and men's categories of the Parours Découverte

No cash bonuses are distributed.

Only the competitors present at the announcement of the results will receive their prize (no mailing will be done).

All runners at the finish are ranked and receive a finisher's diploma (to be downloaded from the MSO-Chrono website).

11. Race Committee

The Race Committee is appointed by the organiser and is composed of:

- The president of the organisation
- The race director
- The heads of stations
- As well as any relevant person at the discretion of the President of the Organising Committee.

The Race Committee is empowered to rule within a period of time compatible with the requirements of the race on all disputes or disqualifications arising during the event. The decisions are final.

12. Liability and insurance

Civil liability

The organiser shall take out civil liability insurance for the duration of the event. This civil liability insurance guarantees the financial consequences of his liability, that of his employees and that of the participants.

Individual accident

Each competitor must be in possession of an individual accident insurance covering possible search and evacuation costs. Such insurance can be taken out with any organisation of the competitor's choice.

NB: Helicopter evacuations in Switzerland are not free of charge.

13. Image rights and use for promotional purposes

Each runner expressly authorises the organiser as well as their rights-holding beneficiaries, such as partners and media, to use the still or audiovisual images of the race, including the preparation phases and those following the race, on which he/she may appear, taken on the occasion of his/her participation in the Nendaz Trail, on all media including promotional and/or advertising documents, throughout the world and for the longest duration provided for by the law, regulations and treaties in force, including for any extensions that may be made to this duration.

Nendaz Trail is a legally registered trademark. Any communication about the event or use of images of the event must be done in the respect of the name of the event, the registered trademarks and with the official agreement of the organisation.

This regulation remains subject to the directives of the public security services.

In the event of any discrepancy between the texts of the different versions of the rules, the French version of the rules shall be deemed official.

Done in Nendaz – October 2020.

The organiser
www.nendaztrail.ch