

RÈGLEMENT

1 - Inscriptions / participations :

Les épreuves de course sont ouvertes aux coureurs licenciés titulaires d'une licence Athlétisme Compétition, Athlétisme Entreprise, Athlétisme Running ou d'un "Pass" Running, délivrée par la FFA, en cours de validité à la date de la manifestation, titulaires d'une licence compétition délivrée par la FFCC, la FFPM ou la FF Tri, en cours de validité à la date de la manifestation et non licenciés. Chaque coureur devra impérativement présenter lors de son inscription, soit sa licence de l'année en cours, soit un certificat médical (ou une copie) sur lequel doit apparaître la mention "non contre-indication de la pratique de la course à pied en compétition" datant de moins de 1 an au 02/06/2019. Tout coureur ne remplissant pas ces conditions se verra refuser son inscription.

Les inscriptions sont à adresser à TRAIL de Donzac - Mairie de Donzac - 2, rue St Barthélémy - 82340 Donzac, accompagnées d'un chèque de règlement à l'ordre de Donzac ça bouge.

2 - Droits d'engagements :

Course enfants : gratuit

Trail et 10 km : 13€ repas inclus

Randonnée pédestre : 5€ + 5€ repas

Chèque à l'ordre de Donzac ça bouge à adresser à : TRAIL de Donzac - Mairie de Donzac - 2, rue St Barthélémy - 82340 Donzac.

3 - Matériel fortement recommandé :

Pour le trail uniquement réserve d'eau (ceinture porte bidon ou camelback).

4 - Ravitaillements :

2 ravitaillements complets sur les trails, 1 ravitaillement sur le 10km.

Ravitaillement également à l'arrivée.

5 - Environnement :

Parce que nous aimons la nature, respectons-la. Ne jetez ni papiers, emballages de barres, tubes. Quelques grammes en plus dans vos poches ne vous retarderont pas. Gardons l'esprit Trail. Toute personne ne respectant pas cette règle sera disqualifiée.

6 - Sécurité :

Surveillance médicale assurée par une équipe médicale, l'organisateur Donzac ça bouge se réserve le droit d'annuler l'épreuve si les conditions atmosphériques sont de nature à mettre en péril les participants, et d'arrêter, sur avis médical tout coureur présentant des signes de défaillances physiques. Chaque athlète participe sous sa propre responsabilité et doit veiller à être en condition physique convenable.

7 - Droits à 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.

8 - Parcours :

TRAILS : en grande partie sur les chemins et sentiers. Balisage du parcours dans les règles de l'art du Trail : rubaliseuses. Attention aux traversées de route, respecter les ordres des contrôleurs.

10km : uniquement sur route et chemin ; respecter les ordres des contrôleurs.

9 - Suiveurs :

Aucun véhicule à moteur, excepté ceux de l'organisation dûment identifiés, ne sera autorisé à suivre les coureurs qui ne devront être gênés sous aucun prétexte. Les suiveurs en bicyclette peuvent s'intégrer dans la course sur route. Le non-respect de cet article entraîne la disqualification du concurrent suivi.

10 - Assurances / Responsabilité :

L'épreuve est couverte par une assurance responsabilité civile souscrite par l'organisateur. Cette assurance responsabilité civile garantit les conséquences pécuniaires de l'organisateur, des bénévoles et des participants.

Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence et il incombe aux autres coureurs de s'assurer personnellement. En complément, il est vivement conseillé aux coureurs de souscrire une assurance individuelle accident couvrant leurs propres risques. En cas d'abandon, de disqualification (par l'organisation ou l'équipe médicale), la responsabilité de l'organisation est dérogée.

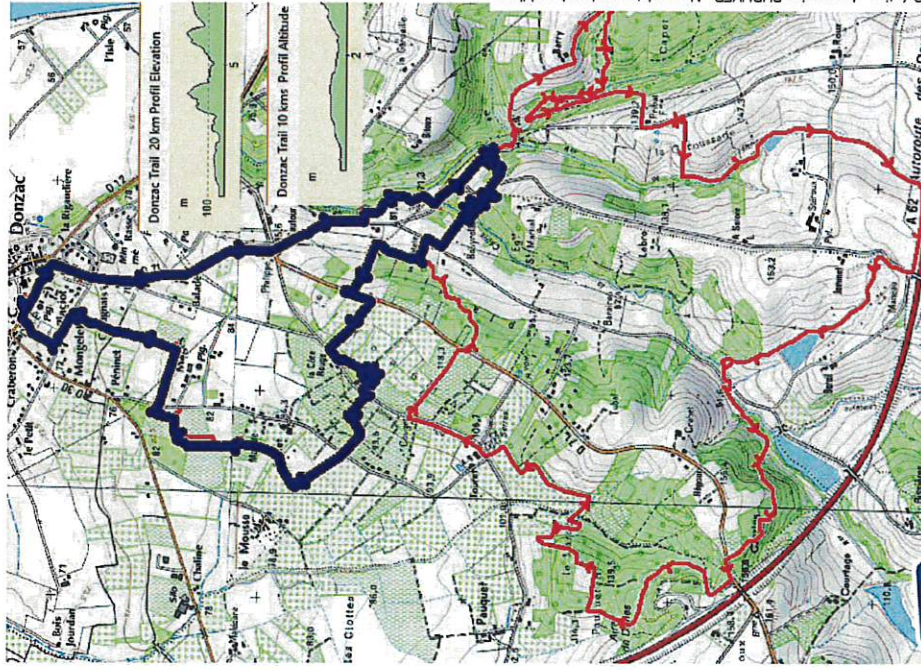
Pour tout renseignement complémentaire, contacter D. Robin au 06 34 20 41 58.

PARCOURS

Retrouvez ci-dessous les deux parcours de course

TRAIL 20KM

TRAIL 10 KM



Création - Impression PUBLIVER - Ne pas jeter sur la voie publique



RETROUVEZ DES INFOS INÉDITES

sur les courses et les parcours sur notre page Facebook :

www.facebook.com/pages/Trail-de-Donzac/

INFORMATIONS :

Inscriptions tiptop.top

06.34.20.41.58

TRAIL DU DONZAC BRULHOIS

2 JUIN 2019

TRAIL 20KM

TRAIL 10KM

COURSE ENFANTS

RANDONNÉE PÉDESTRE



1 REPAS

1 BOUTEILLE DE VIN
DE BRULHOIS + 1 TEE-SHIRT

OFFERTS

aux 300 premiers inscrits

DÉCOUVERTE... DES PARCOURS

TRAIL 20KM DÉPART 8H30

- Dénivelé : 400m positif
- 4^e épreuve du challenge homme des courses nature du Lot et de la Garonne.

Ce parcours vallonné d'une boucle est composé de chemins, de bois, de vignes et de bandes enherbées repérés par des supports directionnels, de la rubalise et des signaleurs.

TRAIL 10KM DÉPART 9H00

- Dénivelé : 100m positif
 - 4^e épreuve du challenge femme des courses nature du Lot et de la Garonne.
- Ce parcours vallonné d'une boucle est composé de chemins, de bois, de vignes et de bandes enherbées repérés par des supports directionnels, de la rubalise et des signaleurs.

COURSE ENFANTS DÉPART 11H00

Deux parcours plats de 500m ou 2500m suivant les catégories d'âge en vigueur le jour de la course.

RANDONNÉE PEDESTRE DÉPART 9H00

Boucle de 10km empruntant en grande partie les sentiers de randonnée du Brulhois. Un ravitaillement est prévu sur le parcours.



CAFÉ d'accueil 2 RAVITAILLEMENTS

sur le parcours + 1 sur l'arrivée

ASSISTANCE médicale
SANITAIRE et DOUCHE
APÉRITIF gratuit

REPAS compris dans le prix de l'inscription



N'oubliez pas

INSCRIPTION
SUR INTERNET OU PAR COURRIER
AVANT LE 31 MAI 2019

pour s'inscrire :

- Par courrier :
TRAIL de Donzac
Mairie de Donzac
2 rue St Barthélémy
82340 DONZAC
- Sur le site web :
tiptiptop.top

Retrait des dossards :

à partir de 7h30 le dimanche 2 juin 2019
Salle polyvalente de Donzac 82340

TOUTE INSCRIPTION SANS CERTIFICAT MÉDICAL VALIDE
ET/OU SANS PAIEMENT SERA REFUSÉE

NOS PARTENAIRES



BULLETIN D'ENGAGEMENT 2019

N° DE DOSSARD

Ne pas inscrire dans cette case

1 - Remplir et signer le bulletin d'inscription

NOM :
PRÉNOM :
DATE DE NAISSANCE : SEXE : M ☐ F ☐
CLUB OU ENTREPRISE :
ADRESSE COMPLÈTE :
TÉLÉPHONE :
E-MAIL :
Fait à Signature :
Le J'accepte le règlement.

2 - Pour les MINEURS

Remplir l'autorisation parentale avec le nom du parent

Je soussigné(e) M. ou Mme
Domicilié(e) à
Autorise mon fils ou ma fille à participer à la course des enfants du Trail de Donzac, et ce sous mon entière responsabilité. Signature :

3 - Joindre un CERTIFICAT MÉDICAL ou sa photocopie (non restituée) ET datant de moins d'un an le 03.06.2018 (art L231-2 du code du sport).

☐ Licencié(e) (FFA, FFtri, FSGT) N°
☐ Non licencié(e) joindre obligatoirement la photocopie d'un certificat médical datant de moins d'un an autorisant la pratique de la course à pied en compétition.

COURSES avec repas à 13€ à régler lors de l'inscription

☐ Repas coureur. Réponse avant le 31 mai 2019 20h
☐ Trail 10km né(e) en 2003 ou avant
☐ Trail 20km né(e) en 2001 ou avant
☐ Enfants 2.5km né(e) en 2004 et 2007 } *gratuit*
☐ Enfants 500m né(e) en 2008 et 2012
☐ Repas accompagnateur x 5€ = €
☐ Inscription «Duo»

RANDONNÉE à régler lors de l'inscription

☐ 10km 5€
☐ Repas randonneur/accompagnateur x 5€ = €

REPAS :
BUFFET FROID,
CAFÉ, VIN