

CHAMPIONNAT DU CANIGOU 2024

Règlement de la course :

Les courses sont organisées par l'association championnat du Canigou :

SAMEDI 10 AOUT 2024

Le double kilomètre vertical du Canigou 10,5km et 2035 m de D+

Le kilomètre vertical de Bon Aigua 5,4 km et 1000 m de D+

Le trail de la Pena 8,8 km et 555 m de D+

DIMANCHE 11 AOUT 2024

Le maratrail du Canigou 42,9 km et 2600 m de D+

Le trail du Barbet classique 33 km et 2100 m de d+

Le trail du Barbet chargé 33 km et 2100 m de d+

Le trail des mattes rouges 20 km et 1250 m de d+

Le trail de Goa 10km et 560 m de d+

I- OBLIGATIONS DIVERSES

1- Certificat médical ou Licence ou Parcours de Prévention Santé

Fourniture obligatoire de la copie d'un certificat médical datant de moins d'un an à la date de la course (établi après le 10 août 2023) mentionnant la pratique de la course à pied en compétition ou de la copie d'une licence agréée en cours de validité (ces documents seront conservés par l'organisation) ou une attestation de Parcours de Prévention Santé mis en place par la FFA de moins de 3 mois

2- Assurance

Responsabilité civile : les organisateurs sont couverts par une police souscrite auprès de l'abeille assurance.

Individuelle accident : les licenciés bénéficient des garanties accordées par leur licence : il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement auprès de l'assurance de leur choix.

3- Respect de l'environnement

Suivre rigoureusement l'itinéraire balisé sous peine de disqualification.

Interdiction d'inscrire tout message d'encouragement sur quelque endroit du parcours que ce soit sous peine de disqualification.

Ramener ses déchets ou les déposer dans les sacs poubelles mis à votre disposition sur les points de contrôle-ravitaillements (sachets, papiers, pipettes énergétiques et leurs capuchons, ...).

4- Interdictions

L'accompagnement par des animaux domestiques,

Les personnes non inscrites ne peuvent ni participer à la course, ni accompagner ou servir de lièvre à un autre participant sur le circuit,

Sont interdits

5- Responsabilité de l'organisateur

Les décisions de l'organisateur de la course sont sans appel : il peut annuler l'épreuve ou même l'arrêter en cours de déroulement, en cas de force majeure, ou en modifier le parcours pour assurer la sécurité des participants ; à quelque titre que ce soit, il ne sera procédé dans ces cas-là à aucun remboursement des frais d'engagement.

LES ORGANISATEURS PEUVENT, EN CAS DE NECESSITE MAJEURE, SOIT MODIFIER, SOIT ANNULER L'EPREUVE.

Itinéraire de substitution pour le maratrail du Canigou et les trail du barbet classique et chargé : en cas d'intempéries empêchant le passage aux sommets du Canigou et sur les crêtes du barbet, un parcours de repli servira de parcours de substitution.

6- Couverture Photo, télévision, Vidéo et Droits

Tout concurrent renonce expressément à se prévaloir du droit à l'image durant le Championnat du Canigou, comme il renonce à tout recours à l'encontre de l'organisateur et de ses partenaires agréés pour l'utilisation faite de son image.

7- Contrôle antidopage

Tout concurrent désigné par l'organisation devra se soumettre à un contrôle antidopage.

8- Assistance

Tout concurrent est tenu de porter assistance à une autre concurrent en difficulté et de prévenir le PC de l'organisation

9- Abandon

Le concurrent qui abandonne doit le faire OBLIGATOIREMENT sur un poste de ravitaillement (hors accident) et le signaler OBLIGATOIREMENT à l'organisation car sinon le concurrent sera recherché par les organisateurs et les services de secours, ce qui engendre des frais importants, qui pourront être à la charge du coureur.

Il doit rendre son dossard à un bénévole qui fera valider son retrait de la course par le PC course.

De nombreux ravitaillements se situent en haute montagne sans accès voiture, il faut privilégier si possible certains lieux pour abandonner.

En cas d'abandon sur un ravitaillement sans accès voiture, des consignes de rapatriement vous seront données par les bénévoles.

En cas d'abandon sur un ravitaillement avec accès voiture les coureurs pourront rentrer par leurs propres moyens après en avoir obligatoirement informé le responsable de ce ravitaillement.

L'équipe médicale de l'organisation est habilitée à retirer les dossards et mettre hors course tout concurrent jugé inapte médicalement à continuer l'épreuve

10- Disqualification

- La non-assistance à une personne en difficulté (blessure, épuisement, hypothermie ...)
- La sortie du parcours balisé
- Le non-passage à l'un des contrôles du parcours.
- Le jet volontaire de détritrus.
- Le manque de respect à un membre de l'organisation.
- Le non-respect des règlements sportifs (dopage, tricherie,...)
- Le non-respect de la priorité au coureur qui descend sur l'aller-retour entre les cortalets et le pic du Canigou.

En cas d'abandon, sans avoir restitué votre dossard à l'organisation, les frais de recherche engendrés pourront vous être facturés.

Tout autre manquement au règlement, à l'esprit sportif ou à l'éthique de la course, sera étudié par un comité de course.

En cas d'aide à une personne en difficulté, une bonification pourra être appliquée.

11- Obligation des coureurs :

Obligations des concurrents sur les contrôles :

- Obligation de suivre les sentiers balisés sous peine de disqualification.
- Obligation de se présenter à tous les points de contrôles sans exception sous peine de disqualification.
- Obligation de se présenter à tous les points de contrôle et à l'Arrivée avant les heures de fermeture. Les concurrents arrivés après les heures de fermeture aux points de contrôle seront systématiquement mis hors course et leur dossard sera retiré, avec obligation de rebrousser chemin à Mariailles et/ou de retourner au point de départ par leurs propres moyens ou avec les véhicules de l'organisation lorsque ce sera possible.
- Le contrôle et la sécurité à tous les points de passage sont sous l'autorité des signaleurs, qui pourront arrêter tout concurrent présentant des signes excessifs de fatigue.

- Tout abandon doit obligatoirement être signalé à l'organisation de course sur un point de ravitaillement ou auprès des serre-files présents sur la course.

- Les coureurs ayant signalé ou non leur abandon, ainsi que les coureurs mis hors course, engagent leur propre et entière responsabilité s'ils poursuivent la course.

12. Annulation et remboursement

A partir du 26 juillet 2024 plus d'annulation possible d'inscription avec remboursement du prix du dossard.

SAMEDI 10/08/2024

II- Le double Kilomètre vertical du Canigou

Accessible à partir de la catégorie espoir

Horaire de départ : 08h30

(Déconseillé aux personnes ayant le vertige)

Course en montée avec arrivée au point culminant de la course

Altitudes : de 730m à 2785m et retour (soit 2050 m de dénivelée totale). Passage en haute montagne pour accéder au sommet.

Contrôle et barrière horaires :

| Point de contrôle | Distance depuis le départ et D+ | Horaire de fermeture des ravitaillements | ravitaillement |
|------------------------|---------------------------------|--|------------------|
| départ | 0km et 0m de D+ | 08h30 | |
| Refuge de Bon Aigua | 5,4km et 1000m de D+ | 10h30 | Solide / liquide |
| Fontaine de la perdrix | 8km et 1530m de D+ | 11h45 | liquide |
| Arrivée | 10,5km et 2035m de D+ | 13h00 | solide |

Récompense :

Les 3 premiers homme et femme scratch pour la course classique

Matériels obligatoires :

- 1 litre d'eau
- Rations alimentaires
- Un gobelet réutilisable
- Un coupe-vent
- Un téléphone allumé avec batterie chargé à 100 %

Une équipe de serre file fermera le circuit en intégralité et aura la charge de faire respecter les barrières horaires et de sécuriser la fin de course

III- Le Kilomètre vertical de Bon Aigua

Accessible à partir de la catégorie espoir

Horaire de départ : 09h30

(Déconseillé aux personnes ayant le vertige)

Course en montée avec arrivée au point culminant de la course

Altitudes : de 730m à 1741m et retour (soit 1011 m de dénivelée totale).

Contrôle et barrière horaires :

| Point de contrôle | Distance depuis le départ et D+ | Horaire de fermeture des ravitaillements | ravitaillement |
|---------------------|---------------------------------|--|------------------|
| départ | 0km et 0m de D+ | 09h30 | |
| Refuge de Bon Aigua | 5,4km et 1000m de D+ | 12h30 | Solide / liquide |

Récompense :

Les 3 premiers homme et femme scratch pour la course classique

Matériels obligatoires :

- 1 litre d'eau
- Rations alimentaires
- Un gobelet réutilisable
- Un coupe-vent
- Un téléphone allumé avec batterie chargé à 100 %

Une équipe de serre file fermera le circuit en intégralité et aura la charge de faire respecter les barrières horaires et de sécuriser la fin de course

IV- Trail nocturne de la Pena

Accessible à partir de la catégorie cadet

Horaire de départ : 20h30

(Déconseillé aux personnes ayant le vertige)

Circuit nocturne en boucle à départ de Vernet les bains

Altitudes : de 670m à 1195m et retour (soit 555 m de dénivelée totale). Passage en montagne pour accéder au sommet.

Contrôle et barrière horaires :

| Point de contrôle | Distance depuis le départ et D+ | Horaire de fermeture des ravitaillements | ravitaillement |
|-------------------|---------------------------------|--|---------------------------------|
| départ | 0km et 0m de D+ | 20h30 | |
| Pic de la pena | 3km et 430 m de D+ | | Récompense du premier au sommet |
| arrivée | 8,8km et 555m de D+ | 22H30 | solide |

Récompense :

Les 3 premiers homme et femme scratch pour la course classique

Récompense pour le premier homme et la première femme au sommet

Matériels obligatoires :

- 0,5 litre d'eau
- Rations alimentaires
- Un gobelet réutilisable
- Un coupe-vent
- Un téléphone allumé avec batterie chargé à 100 %
- Lampe frontale

Une équipe de serre file fermera le circuit en intégralité et aura la charge de faire respecter les barrières horaires et de sécuriser la fin de course

DIMANCHE 11/08/2024

V- **MARATRAIL DU CANIGOU**

Accessible à partir de la catégorie espoir

Horaire de départ : 06h00

(Déconseillé aux personnes ayant le vertige)

Circuit en boucle de 42,9km et 2600 m de D+ et de d-).

Altitudes : de 650m à 2784m et retour (soit 5200m de dénivelée totale). Passage en haute montagne pour accéder au sommet.

Contrôle et barrière horaires :

| Point de contrôle | Distance depuis le départ et D+ | Horaire de fermeture des ravitaillements | ravitaillement |
|------------------------|---------------------------------|--|------------------|
| Col de jou | 4,6km et 470m de D+ | Passage des serre-files | liquide |
| Mariailles | 9,3km et 1120m de D+ | 08h30 | Solide / liquide |
| Col segales | 15,5km et 1490m de D+ | Passage des serre-files | Solide |
| Bon aigua | 22km et 1600m de D+ | Passage des serre-files | Solide / liquide |
| Fontaine de la perdrix | 24,5km et 2060m de D+ | 6h15 de course soit heure : 12H15 | |
| Pic du canigou | 27,2km et 2600 de D+ | Passage des serre-files | Solide / liquide |
| Les cortalets | 30,5km et 1100m de D- | 08h15 de course soit heure : 14h15 | Solide / liquide |
| Les citernes | 35km et 2160m de D- | Passage des serre-files | Solide / liquide |
| Col de juels | 40km et 2360m de D- | Passage des serre-files | Liquide |
| arrivée | 41km et 2600m de D- | 17h00 | Solide liquide |

PRIORITE aux coureurs qui descendent sur le l'aller-retour entre la fontaine de la perdrix km 24.5 et le pic du Canigou km 27.2 sous peine de disqualification par décision de l'organisation

Récompense :

Les 3 premiers homme et femme scratch

Matériels obligatoires :

- 1 litre d'eau
- Ration alimentaire
- Un gobelet réutilisable
- Un coupe-vent
- Un téléphone allumé avec batterie chargé à 100 %

Une équipe de serre file fermera le circuit en intégralité et aura la charge de faire respecter les barrières horaires et de sécuriser la fin de course

VI- TRAIL DU BARBET (classique et chargée)

Accessible à partir de la catégorie espoir

Horaire de départ avec charge : 06h30

Horaire de départ sans charge : 07h00

(Déconseillé aux personnes ayant le vertige)

Itinéraire (commun avec le trail du barbet avec charge de 8 kg)

Circuit en boucle de 33 km et 2100 m de D+ et de d-).

Altitudes : de 650m à 2745m et retour (soit 4200m de dénivelée totale). Passage en haute montagne pour accéder aux sommets.

Charge de 8kg possible sur le même parcours

Contrôle et barrière horaires :

| Point de contrôle | Distance depuis le départ et D+ | Horaire de fermeture des ravitaillements | ravitaillement |
|-------------------|---------------------------------|--|------------------|
| Col de jou | 4,6km et 470m de D+ | Passage des serre-files | liquide |
| Mariailles | 8,7km et 1050m de D+ | 09h30 | Solide / liquide |
| Arago | 14km et 1490m de D+ | Passage des serre-files | Solide / liquide |
| Fount nostre | 16km et 1600m de D+ | Passage des serre-files | liquide |
| Le barbet | 17,4km et 2060m de D+ | 12h00 | Solide / liquide |
| Les cortalets | 20,4km et 580m de D- | Passage des serre-files | Solide / liquide |
| Les citernes | 28km et 1670m de D- | Passage des serre-files | Solide / liquide |

| | | | |
|--------------|-----------------------|-------------------------|----------------|
| Col de juels | 29,8km et 1850m de D- | Passage des serre-files | Liquide |
| arrivée | 33km et 2090m de D- | 16h00 | Solide liquide |

Récompense :

Les 3 premiers homme et femme scratch pour la course classique

Les 3 premiers homme et femme scratch pour la course chargée

Matériels obligatoires :

- 1 litre d'eau
- Rations alimentaires
- Un gobelet réutilisable
- Un coupe-vent
- Un téléphone allumé avec batterie chargé à 100 %

Une équipe de serre file fermera le circuit en intégralité et aura la charge de faire respecter les barrières horaires et de sécuriser la fin de course

VII- TRAIL DES MATTES ROUGES

Accessible à partir de la catégorie espoir

Horaire de départ : 08h30

Circuit en boucle de 20 km et 1250 m de D+ et de d-).

Altitudes : de 650m à 1790m et retour (soit 2400m de dénivelée totale).

Contrôle et barrière horaires :

| Point de contrôle | Distance depuis le départ et D+ | Horaire de fermeture des ravitaillements | ravitaillement |
|-------------------|---------------------------------|--|----------------|
| Col de jou | 4,6km et 470m de D+ | Passage des serre-files | Liquide/Solide |
| Mariailles | 8,7km et 1050m de D+ | 11h30 | Liquide/Solide |
| Col de jou | 13,7 km et 665 m de D- | Passage des serre-files | Liquide/Solide |
| Pla d'amount | 17,5 km et 1000m de D- | Passage des serre-files | Liquide/Solide |
| Arrivée | 20km et 1250m de D+/D- | 14h00 | Liquide/Solide |

Récompense :

Les 3 premiers homme et femme scratch

Une équipe de serre file fermera le circuit en intégralité et aura la charge de faire respecter les barrières horaires et de sécuriser la fin de course

VIII- Trail de Goa

Accessible à partir de la catégorie junior

Horaire de départ : 09h30

Circuit en boucle de 10 km et 560 m de D+ et de d-).

Altitudes : de 650m à 1250m et retour (soit 1120m de dénivelée totale).

Contrôle et barrière horaires :

| Point de contrôle | Distance depuis le départ et D+ | Horaire de fermeture des ravitaillements | ravitaillement |
|-------------------|---------------------------------|--|----------------|
| Col de jou | 4,6km et 470m de D+ | 11h30 | Liquide/Solide |
| Pla d'amount | 8,5km et 360 m de D- | Passage des serre files | Liquide/Solide |
| arrivée | 10,5km et 560m de D+/D- | 13h30 | Liquide/Solide |

Récompense :

Les 3 premiers homme et femme scratch

Une équipe de serre file fermera le circuit en intégralité et aura la charge de faire respecter les barrières horaires et de sécuriser la fin de course