



REGLEMENT

Organisation

3 courses natures de 10Kms, 20Kms et 42Kms organisées par l'association **Saint-Leu-Outdoor**, avec le concours de la Croix Rouge et de nombreux Bénévoles qui assurent les ravitaillements et veillent à la sécurité du parcours.

Les courses seront neutralisées à 16h00.

L'organisation s'engage à respecter l'ensemble des règles sanitaires en vigueur au moment de l'évènement

Parcours

Le départ et l'arrivée de chaque épreuve se tiendront au centre-ville de Saint Leu la Forêt (95).

- Départ : Rue de Chauvry
- Arrivée : Rue des Ecoles

Les 3 courses proposent des parcours extrêmement vallonnés sillonnant la forêt de Montmorency sur les communes de Saint Leu la Forêt – Taverny - Saint Prix - Béthemont la Forêt – Bouffémont – Chauvry.

L'organisation se réserve le droit de modifier ces parcours, y compris le jour de l'épreuve, pour des raisons de sécurité ou d'autorisation.

Le dénivelé des courses :

- 400m D+ sur le 10Kms
- 900m D+ sur le 20Kms
- 2000m D+ sur le 42Kms

Ravitaillements :

Les parcours s'effectuent en **autonomie complète pour les coureurs**. Un seul point de ravitaillement sur le 42km, avec liquides uniquement. Chaque coureur doit disposer de son propre gobelet.

Les coureurs doivent donc prévoir leur propre ravitaillement pendant la course, que ce soit en liquide et en solide !

- 1 ravitaillement est prévu sur le 42Km
 - o Km20
- Pas de ravitaillement intermédiaire sur le 10Km et sur le 20Km.
- Ravitaillement d'arrivée pour tous

Sécurité

Le parcours sera balisé et chaque traversée de route sera sécurisée par des signaleurs.

La couverture médicale sera conforme à la réglementation en vigueur.

Les participants sont informés des règles essentielles à leur propre protection sanitaire, à la protection du milieu naturel et de la propriété forestière (piétinement, érosion, feu, ordure, ...) et au respect des autres usagers.

En cas d'incendie ou autre catastrophe grave dans les espaces traversés, la course pourra être arrêtée et priorité sera donnée aux véhicules de secours sur les pistes balisées.

L'organisateur s'engage à annuler de son propre chef l'opération en cas d'alerte météorologique, forts vents, tempête, ou toute autre intempérie qui présenterait un risque pour les participants. Les niveaux 3 (orange) ou 4 (rouge) de la carte vigilance météo entraînent l'annulation de la manifestation.

Les massifs forestiers sont des zones propices à la présence de tiques. Ces parasites sont parfois vecteurs de la transmission de la maladie de Lyme. Il convient que les participants en soient alertés et consultent un médecin en cas d'infection survenant après une morsure. Le cas échéant, vous pouvez utilement consulter les sites suivants : <http://www.lyme-fr.net> ou <http://www.francelyme.fr>

Inscriptions

La participation à l'épreuve des 42Kms est autorisée aux catégories d'âge suivantes :

CATEGORIE	CODE	ANNEE DE NAISSANCE
Vétérans	MA	1986 et avant
Seniors	SE	1987 à 1998
Espoirs	ES	1999 à 2001

La participation à l'épreuve des 20Kms est autorisée aux catégories d'âge suivantes :

CATEGORIE	CODE	ANNEE DE NAISSANCE
Vétérans	MA	1986 et avant
Seniors	SE	1987 à 1998
Espoirs	ES	1999 à 2001
Juniors	JU	2002 et 2003

La participation à l'épreuve des 10Kms est autorisée aux catégories d'âge suivantes :

CATEGORIE	CODE	ANNEE DE NAISSANCE
Vétérans	MA	1986 et avant
Seniors	SE	1987 à 1998
Espoirs	ES	1999 à 2001
Juniors	JU	2002 et 2003

Les inscriptions sont exclusivement faites en ligne. Elles seront ouvertes à partir du **13 Juin 2020** depuis le site de : https://inscriptions.oxybol.fr/inscription_evenement.php

Pour s'inscrire, chaque coureur devra fournir un certificat médical datant de moins d'un an portant la mention « Course à pied en compétition »

Ou

Une licence d'athlétisme en cours de validité

Les inscriptions sont limitées à 400 coureurs pour les 42Kms ; 600 coureurs pour les 20Kms et 300 coureurs pour les 10Kms

Toutefois, en fonction des décisions gouvernementales concernant la crise du COVID-19, l'organisation pourrait être contrainte de réduire les quotas du nombre de coureurs par course.

Annulation

Tout engagement est ferme et définitif, aucun remboursement ne sera effectué en cas d'annulation de la part d'un concurrent, peu importe la raison.

La direction de course se réserve le droit d'annuler la/les compétition(s) en cas de force majeure, de mise en danger des personnes ou de raisons indépendantes de la volonté des organisateurs.

En cas d'interdiction par les autorités d'organiser des épreuves sportives regroupant autant de coureurs pour cause de pandémie, les organisateurs s'engagent à rembourser les frais d'inscriptions à hauteur de 80% minimum (hors frais d'inscription de la société Oxybol)

Tarifs (hors frais d'inscription)

Pour le 10Kms

- 10€ pour les 50 premiers inscrits
- 15€ pour les inscrits suivants

Pour le 20Kms

- 18€ pour les 50 premiers inscrits
- 25€ pour les inscrits suivants

Pour le 42Kms

- 32€ pour les 50 premiers inscrits
- 45€ pour les inscrits suivants

Clôture des inscriptions le 3 Décembre 2020. Aucune inscription ne sera prise le jour de la course

Localisation

- Lieu de départ : Rue de Chauvry à Saint Leu la Forêt (95)
- Lieu d'arrivée : Rue des Ecoles à Saint Leu la Forêt (95)

Comment s'y rendre :

- SNCF : Transilien ligne H Direction Persan Beaumont, Arrêt Gare de Saint Leu la Forêt
- Voiture : de Paris prendre la A15 Direction Cergy Pontoise. Puis prendre la A115 sortie Saint Leu la Forêt

Où se garer :

- Parking n°1 Place Foch pour les coureurs du 42 Kms
- Parking n°2 Gare de St Leu pour les coureurs du 20 et 10 Kms

Horaires

- Pour le 42Kms : Départ 8h (temps limite 7h30)
- Pour le 20Kms : Départ 10h (temps limite 4h)
- Pour le 10Kms : Départ 14h (temps limite 2h)

Estimation des temps de passage :

42Kms	Premiers	milieu peloton	Barrières horaires
Départ	8h	8h	N/A
1er ravito -km 11	8h55	9h15	9h45

Bifurcation Km 19	9h50	10h25	11h30
2ème ravito -Km 20	10h	10h45	12h
Arrivée	12h15	13h30	15h30

20Kms	premiers	milieu peloton	Barrières horaires
Départ	10h	10h	N/A
1er ravito -km11	10h50	11h20	12h10
Arrivée	11h45	12h30	14h

Au-delà des barrières horaires, chaque coureur se verra retirer son dossard et sa puce. La sécurité ne sera alors plus assurée par l'organisation.

Dossards

Le retrait des dossards se fera

- Le Samedi 5 Décembre 2020 de 10h à 17h au gymnase « Les Dourdains » Place Foch à Saint Leu la Forêt (95)
- Le jour de la course au gymnase « Les Dourdains » Place Foch à Saint Leu la Forêt (95)
 - o De 6h30 à 7h30 pour le 42Kms
 - o De 6h30 à 9h30 pour le 20Kms
 - o De 11h à 13h30 pour le 10Kms

Les dossards seront remis en mains propres sur présentation d'une pièce d'identité.

En cas de retrait de dossards pour un tiers. Se munir de la photocopie d'une pièce d'identité du coureur ainsi que d'une lettre autorisant le retrait.

Se munir d'épingles à nourrice.

Classement

Le lundi 07 Décembre 2020, le classement définitif pourra être consulté sur le site des 40 bosses dès 13h: <https://les40bosses.fr>

Récompenses

Un cadeau sera remis à chaque coureur lors du retrait des dossards.

Des récompenses seront remises aux 3 premiers hommes et 3 premières femmes de chaque course

Mise hors course

Au cours de l'épreuve, tout concurrent sera considéré « hors course » s'il ne respecte pas volontairement le tracé du parcours ou s'il affiche un comportement déloyal ou dangereux.

Tout coureur pris en train de jeter des débris sur le parcours sera automatiquement disqualifié. Des poubelles seront disposées au point de ravitaillement et aucune dépose de déchets ne sera acceptée en dehors de ces zones.

Assurance

Responsabilité civile : les organisateurs sont couverts par une police d'assurance auprès de GAN.

Individuelle accident : les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance de leur licence. **Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement en souscrivant une assurance « accident de la vie ».**

Recommandations importantes

Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas d'accidents provoqués par une déficience physique immédiate ou future du coureur ainsi que pour tout vol pouvant survenir le jour de la course.

Du fait de la difficulté du parcours, le temps d'intervention des secours pourra varier selon la possibilité d'accès au lieu de l'accident.

En conséquence, il ne pourra y avoir aucun recours contre l'organisation ou l'organisme assurant les secours.

Les participants doivent s'assurer avant le départ que leur état de santé les autorise à participer à cette course.

Attention les parcours proposés sont exigeants et sont réservés aux coureurs expérimentés.

En respect des contraintes sanitaires liées au Covid19, l'organisation a décidé de ne pas organiser de ravitaillement intermédiaire (si ce n'est un ravitaillement liquide sur le 42Km uniquement). **Les coureurs devront disposer d'une réserve alimentaire et en eau.**

Le port du masque est obligatoire en extérieur comme à l'intérieur du gymnase. Chaque coureur doit le conserver jusqu'au franchissement de la ligne de départ et devra remettre son masque à l'arrivée.

Tout coureur présentant des symptômes du Covid19 (fièvre, toux sèche, fatigue, courbatures, maux de gorge, diarrhée, conjonctivite, maux de tête, perte de l'odorat ou du goût, éruption cutanée, ou décoloration des doigts ou des orteils...) **ne doit pas prendre le départ de la course.**

Chaque coureur prendra garde de ne pas se moucher ni cracher en présence d'autres coureurs durant l'épreuve

Les participants non licenciés doivent obligatoirement retourner un certificat médical de moins d'un an de non-contre-indication à la pratique d'une course hors stade en compétition.

Licences et certificats médicaux

L'obligation pour les licenciés et les non licenciés participant à une compétition de présenter leur licence ou un certificat médical de non-contre-indication à la pratique sportive ou sa copie certifiée conforme datant de moins d'un an, s'impose sans condition d'âge, aux adultes comme aux mineurs (loi n°99-223 du 23 mars 1999).

Droit à l'image

Tout coureur autorise expressément les organisateurs des 40 bosses à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles je pourrais apparaître, prises à l'occasion de ma participation à cette course, sur tous les supports y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires ; et ce dans le monde entier, pour une durée la plus longue prévue par la loi, les règlements, les traités en vigueur, y compris les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée.

Engagement

Toute personne s'inscrivant à la course s'engage à avoir pris connaissance et à respecter le règlement intérieur ci-dessus.