

Règlement

3e édition de la

LA MONTOISE

organisée par

Club Pédestre Notre-Dame de Monts



Dimanche 29 Septembre 2024

Epreuve : CPNDM organise la 3e édition de « LA MONTOISE », rassemblement de sportifs licenciés FFA et non licenciés, sur 4 parcours (label départemental) :

- Course Nature, 1 parcours de 17 kms ouvert à partir de juniors (nés en 2006 ou avant)
- Course Nature, 1 parcours de 11 kms ouvert à partir de cadets (nés en 2008 ou avant)
- Virée avec ou sans bâtons, 1 parcours non chronométré de 11 kms ouvert à partir de cadets (nés en 2008 ou avant)
- Marche Nordique, 1 parcours chronométré de 17 kms, 1^{ère} étape du Challenge de Marche Nordique en Vendée (saison 2023/2024), ouvert à partir de juniors (nés en 2006 ou avant)

Départ/ Arrivée : devant BIOTOPIA, Avenue Abbé Thibaud à Notre Dame de Monts (85690)

Parcours : Ces 4 circuits propices à la course, la marche nordique ou de randonnée, vous sont proposés au travers de la Forêt domaniale des Pays de Monts, 100% sans bitume, avec l'autorisation et le partenariat de l'ONF :

- 9H00 : départ Course Nature, 17 kms,
- 9H10 : départ Course Nature, 11ms,
- 9H20 : départ Marche Nordique 17 kms,
- 9H25 : départ Virée 11 kms,

Inscription : Elle se fera avant le vendredi 27/09/24 minuit, via le site :

<https://www.espace-competition.com/index.php?module=inscription&comp=2751>

(accessible sur le site www.cpndm.fr, et par QR-Code affiché sur l'affiche et les flyers de publicité)



accompagnée :

1 - Pour les épreuves chronométrées (trails 17 & 11 kms, marche nordique 17 kms) d'un certificat médical d'aptitude à l'athlétisme (la course ou la marche nordique selon le cas) mention « **en compétition** » obligatoire, pour les non licenciés FFA et les licenciés FFA Athlé-santé ; **ou** de la copie de votre licence FFA Athle-running ou Athlé-compétition saison 2024/2025

Le certificat médical est facultatif pour la virée non chronométrée de 11 Kms

2 - de votre paiement en ligne.

Pour les licenciés FFA, la copie de la licence 2024/2025 devra être envoyée sur le site d'inscription, au plus tard le 27/09/24.

A défaut le tarif non licencié sera exigé ainsi qu'un certificat médical d'aptitude valide, pour la délivrance du dossard.

Règlement

Tout engagement est personnel ; aucun transfert d'inscription n'est autorisé pour quelque motif que ce soit, sous peine de disqualification.

ATTENTION : Pas d'inscription sur place.
Nombre total de places limité à 499

Tarifs (+ participation environ 1€ pour site d'inscription) :

Inscription avant le 15/09/24 à minuit :

Courses Nature, (17 kms & 11 kms) et Marche Nordique (17 kms) :

Licenciés FFA : 10€ ; non Licenciés FFA : 12€

Virée 11 kms :

Licenciés FFA & non Licenciés FFA : tarif unique, 10€

Inscription après le 15/09/24 à minuit :

Augmentation de tous tarifs : +2€

Dossards : A retirer sur place à partir de 7H30, sur présentation d'une pièce d'identité.

Dossards Ecoresponsables à puce réutilisable, à restituer à l'arrivée sous peine de vous être facturé.

Le dossard devra être porté sur le devant, entièrement lisible tout au long de l'épreuve, sous peine de disqualification.

Signalisation : Les parcours seront balisés à l'aide de panneaux signalétiques et drapeaux.

Des signaleurs seront positionnés aux points stratégiques pour diriger et aider les coureurs et les marcheurs.

Ravitaillement : Les courses se déroulent en autosuffisance et imposent aux coureurs d'être autonomes. Néanmoins, sauf contraintes sanitaires, 1 point de ravitaillement sera proposé pour chacun des 4 circuits, et 1 ravitaillement à l'arrivée.

Chaque participant devra prévoir son propre gobelet.

Un bar, payant, sera ouvert tout au long de la matinée.

Respect de l'environnement : les organisateurs s'engagent dans une démarche écologique et demandent aux participants : de respecter la nature, de ne jeter aucun déchet ni aucun emballage en dehors des zones de ravitaillement, sous peine de disqualification.

Parking : le parking des voitures se fera prioritairement sur un parking aménagé rue de la Clairière - 85690 Notre Dame de Monts.

Récompense : 1 souvenir sera distribué à chaque arrivant des 4 épreuves. Podium aux trois premiers H et F du Scratch sur les 2 courses Nature et le 17 kms de la Marche Nordique ainsi qu'une coupe au club le plus représenté sur les 4 parcours. Pas de podium sur la virée (non chronométrée).

Chaque dossard participera à une tombola avec récompenses de nos partenaires tirées au sort.

Remise des résultats et récompenses sur le site d'arrivée, à partir de 11h00 pour les courses trail, à partir de 12h00 pour 17 kms marche nordique participant au Challenge Marche Nordique Vendée.

Pour cette épreuve (CMNV) le règlement FFA compétition sera appliqué, et devra être respecté

Voir le lien ci-après pour le règlement complet.

http://marche.athle.com/upload/ssites/001183/marche_nordique/2023/reglement_mnc_01.09.2023.pdf

Assurance : Les organisateurs sont couverts par une police de Responsabilité Civile souscrite auprès du Crédit Mutuel Océan. Les licenciés FFA bénéficient de leurs garanties accordées par leur licence. Les non licenciés doivent être couverts par une police d'assurance Responsabilité Civile souscrite à titre personnel.

Règlement

Sécurité : Un contrat est signé auprès de la Protection Civile. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de défaillances physiques personnelles pouvant survenir lors de ces épreuves. En cas de non-respect de la clause « Assurance », les organisateurs ne pourront être tenus pour responsables en cas d'accident.

Droit à l'image : Tout inscrit autorise les organisateurs de la Montoise et leurs ayants droits (partenaires, médias,) à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles il pourrait apparaître, prises à l'occasion de sa participation à cette manifestation.

Autres : WC sur place mais pas de douche.

Les règles sanitaires applicables au 29/09/24 devront être respectées par TOUS : coureurs, marcheurs, bénévoles, public.

Renseignements : Tel : 06.51.74.89.40 ou 07.69.91.46.07
Mail : secretariat@cpndm.fr
site : www.cpndm.fr