

Règlement Particulier des épreuves

CAP SUR GRENADE 2021

5 et 10 km de Grenade sur route, courses nature 8 et 16 km, randonnée et courses enfants du samedi 3 juillet 2021

L'Association « Enfile tes baskets » organise la 16^{ème} édition des courses pédestres « **CAP sur Grenade** », le **3 juillet 2021 à Grenade sur Garonne (31)**.

Epreuves de CAP sur Grenade:

5 épreuves sont proposées + 2 courses enfants :

- 2 courses enfants de 750m et 1500m (0m D+) : 18h et 18h10,
- Course nature de 16 km (30m D+) : départ 18h30,
- Course nature de 8 km (20m D+) : départ 18h50,
- Randonnée de 8 km (20m D+) : départ 18h20 (sur le parcours de la course nature),
- Course sur route de 10 km (20m D+) : départ 19h00
- Course sur route de 5 km (10m D+), départ 19h05

Age minimum accepté pour participer aux épreuves proposées:

Les courses nature et sur route sont ouvertes à tous les licenciés ou non licenciés :

- nés en 2003 ou avant pour la course nature de 16 km,
- nés en 2005 ou avant pour le 10 km et la course nature de 8 km,
- et nés en 2007 ou avant pour le 5 km.

Les départs des courses sur route et nature seront donnés sur la piste de roller à Grenade sur Garonne (31) et l'arrivée se fera sous la halle de Grenade, sauf pour les courses enfants (départ et arrivée Halle de Grenade).

Les courses enfants sont ouvertes aux enfants:

- nés entre 2012 et 2014 pour la course de 750m
- nés entre 2008 et 2011 pour la course de 1500m

Les départs et arrivées des courses enfants seront donnés sous la Halle de Grenade. L'engagement est gratuit et le certificat médical facultatif car il n'y a pas de classement officiel. Un goûter leur sera proposé à l'issue de la course et des cadeaux récompenseront tous les arrivants.

La randonnée est ouverte à toute personne majeure. Les mineurs sont autorisés uniquement s'ils se trouvent accompagnés d'une personne majeure.

Certificat médical et licence

Les participations aux courses sur route des 5 km et 10 km, et aux courses nature de 8 km et 16 km sont soumises à la **présentation obligatoire par les participants à l'organisateur** :

- d'une licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running délivrée par la FFA, ou d'un « Pass' J'aime Courir » délivré par la FFA et complété par le médecin, en cours de validité à la

date de la manifestation. (Attention : les autres licences délivrées par la FFA (Santé, Encadrement et Découverte ne sont pas acceptées);

- ou d'une licence sportive, en cours de validité à la date de la manifestation, sur laquelle doit apparaître, par tous moyens, la non contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition et délivrée par une des fédérations suivantes :
 - Fédération des clubs de la défense (FCD),
 - Fédération française du sport adapté (FFSA),
 - Fédération française handisport (FFH),
 - Fédération sportive de la police nationale (FSPN),
 - Fédération sportive des ASPTT,
 - Fédération sportive et culturelle de France (FSCF),
 - Fédération sportive et gymnique du travail (FSGT),
 - Union française des œuvres laïques d'éducation physique (UFOLEP);
- ou d'un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition ou de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, datant de moins d'un an à la date de la compétition, ou de sa copie. Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la possession du certificat médical.

L'organisateur conservera, selon le cas, la trace de la licence présentée (numéro et fédération de délivrance), l'original ou la copie du certificat, pour la durée du délai de prescription (10 ans). Les certificats originaux (ou les copies de certificat médical) ne seront pas rendus aux participants.

Les participants étrangers sont tenus de fournir un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, même s'ils sont détenteurs d'une licence compétition émise par une fédération affiliée à World Athletics. Ce certificat doit être rédigé en langue française, daté, signé et permettre l'authentification du médecin, que ce dernier soit ou non établi sur le territoire national. S'il n'est pas rédigé en langue française, une traduction en français doit être fournie

Autorisation parentale pour les mineurs :

Une autorisation parentale sera demandée pour tout mineur en date du jour de la course, participants à une des épreuves de CAP sur Grenade (course route de 5 km ou 10 km, ou course nature 8 km ou 16 km, ou randonnée 8 km) ou «course enfant» du 3 juillet 2021. Cette autorisation est incluse dans le bulletin d'inscription, qui devra être obligatoirement rempli et signé par un des deux parents du mineur.

Responsabilité et assurance

Les coureurs participent à la compétition sous leur propre et exclusive responsabilité. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas d'accident ou de défaillance consécutive à un mauvais état de santé. Les secours sont assurés par une équipe de secouristes, ainsi chaque coureur autorise le service de secours à prendre les dispositions médicales qui pourraient s'imposer.

Les concurrents, par leur engagement, déclarent renoncer à leur droit à l'image, et autorisent l'organisateur à exploiter les clichés et vidéos pris le jour de l'épreuve à des fins de promotion.

En cas de force majeure, de catastrophe naturelle, de décision administrative, ou de toute autre circonstance mettant en danger la sécurité des concurrents, l'association se réserve le droit d'annuler l'épreuve sans que les concurrents puissent prétendre à un quelconque remboursement.

En cas d'abandon, le concurrent doit obligatoirement prévenir les responsables de l'épreuve et leur **remettre son dossard et sa puce sans franchir la ligne d'arrivée.**

Toute puce non restituée à l'arrivée sera facturée 10€.

Les organisateurs sont couverts par une police d'assurance responsabilité civile auprès de la MACIF. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence.

Il est vivement conseillé aux autres athlètes de souscrire une assurance personnelle couvrant les dommages corporels auxquels leur pratique sportive peut les exposer.

Vols et effractions

Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de vols ou effractions.

Sécurité

En dehors des voitures des organisateurs, aucun véhicule motorisé ne pourra suivre la course. De même ne sont pas autorisés les accompagnateurs cyclistes. La circulation n'étant pas fermée mais filtrée, les coureurs sont tenus de respecter le code de la route.

Aucun animal ne sera autorisé sur le parcours des épreuves (même pour les chiens tenus en laisse de type cani-cross).

L'épreuve sera encadrée par les organisateurs, la police municipale et la gendarmerie.

Chaque participant doit porter visiblement, pendant la totalité de la compétition, un dossard fourni par l'organisation.

Le temps maximum alloué est de 60 min pour la course de 5 km, 80 min pour les courses 10 km route et 8 km nature, et 120 min pour la course nature de 16 km et la randonnée. Passés ces délais, les concurrents seront considérés comme hors course, pourront continuer sous leur seule responsabilité et devront alors se conformer aux dispositions du code de la route.

Inscriptions

Les montants des engagements sont fixés à :

- 10 € pour le 5 km
- 12 € pour le 10 km, la course nature de 8 km
- 14 € pour la course nature de 16 km
- 6 € pour la randonnée
- Gratuit pour les courses enfants.

Le coût des inscriptions sera majoré de 2 € pour toute inscription à partir du 1er juillet 2021.

L'inscription se fait sur Internet via le site de la course <http://enfiletesbaskets.fr> ou sur <http://www.chrono-start.com>; avant le 2 juillet 2021 minuit;

ou par courrier avant le 30 juin 2021, à l'adresse suivante :

Mr Laurent PIGATTO 30 rue des Demoiselles 31330 ONDES.

Les inscriptions le jour de la course seront possibles mais **il est demandé aux participants de privilégier les inscriptions par internet avant le 1er juillet 2021**, afin de limiter l'affluence le jour de la course compte tenu du « contexte covid 19 ».

Retrait des dossards le jour de la course entre 09h00 et 12h00 ou entre 16h00 et 18h00.

Tout engagement est ferme et définitif, et ne donnera pas lieu à remboursement en cas de non-participation ou annulation des épreuves pour raison administrative ou cas de force majeure.

Catégories

Pour les courses des 5 km, 10 km, 8 km et 16 km, les catégories sont : minimes (sur le 5 km uniquement), cadets (sauf sur le 16 km), juniors, espoirs, seniors, Masters. Il n'y aura pas de catégorie handisport.

Les Catégories d'âge 2021

(valable jusqu'au 31 octobre 2021, ces catégories changeront le 1er novembre 2021)

CATEGORIE	CODE	ANNEE DE NAISSANCE
Masters	VE	1986 et avant
Seniors	SE	1987 à 1998
Espoirs	ES	1999 à 2001
Juniors	JU	2002 et 2003
Cadets	CA	2004 et 2005
Minimes	MI	2006 et 2007
Benjamins	BE	2008 et 2009
Poussins	PO	2010 et 2011
École d'Athlétisme	EA	2012 à 2014
Baby Athlé	BB	2015 et après

Détails des catégories Masters

CATEGORIE	CODE	ANNEE DE NAISSANCE
Masters H et F	M0	1986 - 1982
	M1	1981 - 1977
	M2	1976 - 1972
	M3	1971 - 1967
	M4	1966 - 1962
	M5	1961 - 1957
	M6	1956 - 1952
	M7	1951 - 1947
	M8	1946 - 1942
	M9	1941 - 1937
	M10	1936 et avant

Ravitaillement (point d'eau)

Ils seront disposés :

- Au point kilométrique 3 et 8 pour les circuits sur route,
- Aux point kilométrique 6 pour la course nature de 8 km,
- Aux point kilométrique 10 pour la course nature de 16 km,

Ainsi qu'à l'arrivée des courses, sauf dispositif contraire préconisé dans le cadre des recommandations Covid 19.

Les participants devront obligatoirement prévoir un ravitaillement personnel, notamment en eau : bouteille, camel back, poche à eau, ...

Classements et récompenses

Seules les épreuves 5 et 10 km « route », et 8 et 16 km « nature » sont chronométrées.

Les classements seront visibles à partir du lendemain sur <http://enfiletesbaskets.fr>.

Pas d'affichage sur place suivant recommandation sanitaire covid 19.

Il sera établi un classement féminin et masculin.

Seront récompensés, les 3 premiers au scratch de chaque épreuve chronométrée.

Le chronométrage sera assuré par puce électronique.

Chaque arrivant recevra un cadeau y compris les randonneurs.

Acceptation

L'inscription à la compétition entraîne l'acceptation du présent règlement dans son intégralité ainsi que de la charte du coureur – engagement post Covid 19.

CHARTRE DU COUREUR – ENGAGEMENT POST COVID-19

Conscient que la participation à tout évènement doit se faire dans le respect strict des règles sanitaires transmises par le gouvernement et de nos valeurs environnementales, en tant que coureur de l'évènement CAP SUR GRENADE 2021, je m'engage à :

1/ Respecter les gestes barrières en vigueur en particulier dans les espaces fermés, semi ouvert ou à forte densité de personnes lors de l'évènement (port d'un masque, lavage des mains, distanciation physique).

2/ Respecter strictement le règlement de la course et les mesures mises en place par l'organisation afin de minimiser les risques sanitaires :

> Port du masque sur la zone de départ que je garde sur moi pendant la course et remets après l'arrivée dans la file du parcours de sortie

> Courir en respectant au maximum la distanciation sociale en vigueur avec les autres participants et en utilisant toute la largeur de la chaussée

> Ne pas cracher au sol

> Me moucher dans un mouchoir à usage unique que je jette dans une poubelle

> Ne pas jeter de déchets sur la voie publique

> Respecter et laisser les lieux publics propres

> Être équipé et utiliser mon propre contenant de ravitaillement liquide (poche à eau, gourde, flasque, bouteille, gobelet...), ...

3/ Ne pas entrer physiquement au contact d'autres participants.

4/ Comprendre qu'en prenant part à l'évènement, je participe à un rassemblement de personnes potentiellement générateur de la diffusion de l'épidémie à coronavirus si les mesures barrières ne sont pas appliquées par tous.

5/ Accepter, en prenant part à l'évènement, que ce risque sanitaire est potentiellement grave chez les plus fragiles (plus 65 ans, porteur de maladie chronique, femme enceinte).

6/ Si j'ai présenté la Covid-19 dans les semaines et mois précédant la course, consulter un médecin préalablement à ma participation pour savoir si la pratique des efforts intenses et ma participation à la compétition est possible, notamment les courses présentant des dénivelés importants et à fortiori en altitude.

7/ Ne pas courir si je présente des symptômes de la Covid-19 depuis moins de 14 jours

8/ Faire preuve de civisme en m'engageant à prévenir le référent Covid-19 de l'organisation en cas de déclaration de la maladie après la course.

9/ Télécharger si possible et m'enregistrer sur l'application « StopCovid » préalablement à ma venue sur l'évènement.

10/ Choisir des épreuves proches de son lieu d'habitation et nécessitant peu de déplacements et de transports