



Le Trail des Glières est un véritable trail de montagne, disputé sur un terrain naturel comportant un certain nombre de caractéristiques techniques. Les participants sont tenus de respecter le règlement suivant afin de permettre à cette course de conserver l'esprit trail. Chaque coureur doit prendre en compte dans sa préparation la longueur, le dénivelé et la difficulté du parcours.

#### **Article 1 : Organisateur**

Le Trail des Glières est organisé par le Club Nordic des Glières (association loi 1901) en partenariat avec le Comité des Fêtes de Thorens-Glières (Haute-Savoie).

#### **Article 2 : Epreuves et parcours**

Le Trail des Glières est une course pédestre de moyenne montagne se déroulant dans le massif des Glières. Il est composé de 3 parcours, à grande majorité sur sentiers qui s'effectuent en boucle :

- « L'escarmouche » : 47 km avec 2600m de dénivelé positif et 2600m négatif
- « Le dernier assaut » : 20 km avec 1300m de dénivelé positif et 1300m négatif
- « La Grimpette d'Esparzales » : 11 km avec 300 m de dénivelé positif et 300m négatif
- Le point culminant des parcours 52km et 21km se situe à 2004 m d'altitude au sommet de la montagne de Sous-Dine. Pour plus de détails, consulter le site [www.traildesglieres.com](http://www.traildesglieres.com). Les parcours sont balisés et sécurisés. Le balisage est effectué avec de la rubalise et des flèches directionnelles. Un balisage spécifique sera mis en place sur les passages délicats des parcours.

Le parcours « L'escarmouche » 47 km s'effectue **en duo** ou **en solo**.

Pour les duos :

L'épreuve se déroulant en binôme, les deux coureurs devront toujours rester ensemble, plusieurs contrôles seront prévus sur le parcours. Si les coureurs de la même équipe ne passent pas le point de contrôle ou l'arrivée ensemble ils encourent une pénalité de temps voire une disqualification.

Ce parcours étant une course en équipe, l'entraide est autorisée. A la manière des coureurs de Raid Multisport, les équipes peuvent utiliser des systèmes d'accroche ou de tractage entre équipiers (ex : élastique/tire-minette ou ... tracte-cochon !), mais ceux-ci doivent pouvoir s'enlever très facilement et rapidement (ex : mousquetons). L'utilisation du système de tractage est sous la seule responsabilité de l'équipe. L'organisation se garde le

droit, à la vérification matérielle ou pendant la course, de refuser un système qui pourrait s'avérer dangereux pour les participants.

L'organisateur du Trail des Glières se réserve le droit de modifier les parcours et les barrières horaires en fonction des conditions climatiques. Il se réserve également le droit d'annuler ou de stopper la course en cas de conditions défavorables et dangereuses mettant en péril la sécurité des participants (coureurs ou bénévoles) tant au niveau des parcours, de la météo ou d'évènements imprévus.

**Dans ce cas, aucun remboursement ne pourra être demandé.**

Le nombre de participants est au maximum de 1 400 coureurs sur l'ensemble des parcours.

#### **Article 3 : Conditions générales**

Tous les concurrents s'engagent à se soumettre à ce règlement dès la validation de leur inscription et dégagent la responsabilité des organisateurs pour tout incident ou accident pouvant survenir du fait du non-respect du règlement.

Par ailleurs, chaque concurrent doit formellement, sous peine de disqualification :

- Respecter l'environnement (faune et flore), le balisage et les bénévoles,
- N'emprunter que les chemins balisés et ne rien jeter sur les sentiers,
- Apporter assistance à tout coureur en situation dangereuse,
- Suivre les consignes des signaleurs et des bénévoles,
- Posséder le matériel obligatoire imposé et le présenter à toute réquisition de l'organisateur, juste avant le départ, durant la totalité de l'épreuve ou dans l'aire d'arrivée. Les coureurs ne doivent pas utiliser de matériel alpin ni de technique alpine.

Il est interdit d'être suivi de manière permanente par un accompagnant. Les ravitaillements ou assistances personnels sont autorisés uniquement dans les zones proches des postes de ravitaillements (50 m avant ou après).

#### **Article 4 : Conditions de participation**

Le Trail des Glières est ouvert à tous, hommes ou femmes, licenciés ou non, **nés en 2001 et avant pour le 47 km, en 2001 et avant pour le 20 km, en 2005 et avant pour le 11km.**

Le Trail des Glières est réservé aux coureurs entraînés, en très bonne condition physique et aptes à courir pendant plusieurs heures d'affilée sur des sentiers de montagne parfois escarpés, et dans des conditions qui peuvent être rendues difficiles par les conditions météorologiques (température pouvant être négative).

Lors de l'inscription, un certificat médical (ou sa photocopie) de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition ou de l'athlétisme en compétition, datant de moins d'un an à la date de l'épreuve devra être délivré ou bien une photocopie de la licence sportive FFA en cours de validité pour les licenciés devra être jointe.

Le canicross n'est pas autorisé.

### **Article 5 : Inscriptions**

Les inscriptions se font exclusivement par internet à partir du 25 juin 2021 et jusqu'au 26 septembre 2021 à 18h.

#### **Pas d'inscription possible sur place.**

Les équipes pour les courses en duo doivent être composées de 2 coureurs. Les équipes incomplètes ne sont pas autorisées à prendre le départ.

### **Article 6 : Conditions d'annulation**

#### **Par le participant :**

Toute demande d'annulation/remboursement venant d'un participant sera prise en compte uniquement pour raisons médicales et accompagnée d'un certificat médical. Cette demande est à adresser par mail à [inscriptions@traildesglieres.com](mailto:inscriptions@traildesglieres.com) avant le 19 septembre 2021. Une somme forfaitaire de 8,00 EUR sera retenue pour les frais. Passé cette date, aucun remboursement ne sera accordé. Les dons à l'association partenaire ne sont pas remboursés.

**Aucune modification d'inscription (changement de nom, changement de parcours, etc...) ne sera acceptée.**

#### **Par l'organisateur :**

En cas d'annulation d'une épreuve, pour quelque raison que ce soit à l'exception des conditions climatiques mettant en péril la sécurité des participants (cf article 2), un remboursement partiel des droits d'inscriptions sera effectué.

Si l'épreuve est annulée avant le 14 septembre 2021, l'organisateur remboursera au minimum 70% du prix de l'inscription (hors frais bancaire de la plateforme d'inscription).

Si l'épreuve est annulée après le 14 septembre 2021, le montant de ce remboursement sera fixé de façon à permettre à l'organisation de faire face à l'ensemble des frais irrécupérables engagés à la date de l'annulation.

### **Article 7 : Droits d'inscriptions**

Le montant de l'inscription s'élève à :

- « L'escarmouche » - 47 km « duo » (2 participants)
  - 55 € X2 (soit 110€ par duo) jusqu'au 07/09/21
  - 60 € X2 (soit 120€ par duo) après le 07/09/21
- « L'escarmouche » - 47 km « solo » (1 participant)
  - 60 €
- « Le dernier assaut » - 20 km (1 participant)
  - 33 € jusqu'au 07/09/21
  - 36 € après le 07/09/21
- « La Grimpette d'Esparzales » - 11 km (1 participant)
  - 15 € jusqu'au 07/09/21
  - 20 € après le 07/09/21

Le repas d'après course est inclus dans le prix d'inscription pour les parcours 47 et 20km. Il s'agit d'un repas chaud.

A ces montants, il faudra ajouter les frais d'inscription en ligne (obligatoire). Il est possible de réserver des repas supplémentaires au prix de 13€ lors de l'inscription en ligne.

### **Article 8 : Ravitaillements**

Les parcours se font en semi-autonomie. Le coureur devra être autonome entre 2 points de ravitaillement. Sont prévus :

- « L'escarmouche » : 4 postes de ravitaillement solide et liquide
- « Le dernier assaut » : 1 poste de ravitaillement solide et liquide
- + 1 ravitaillement complet à l'arrivée
- Pas de ravitaillement sur le parcours « La Grimpette d'Esparzales »

L'emplacement précis des ravitaillements est spécifié sur le site web. Chaque concurrent se doit :

- D'être pleinement conscient de la durée et de la difficulté de l'épreuve,
- D'avoir acquis lors de sa préparation, une réelle capacité d'autonomie personnelle permettant de gérer les problèmes induits par ce genre d'épreuves.

Afin de limiter le volume de déchets, aucun verre en plastique ne sera distribué sur les ravitaillements, la boisson sera servie dans le gobelet personnel obligatoire.

## Article 9 : Equipement

### Matériel obligatoire pour le 11 km :

- Une paire de chaussures adaptées au trail,
- Une couverture de survie
- Un sifflet
- Un téléphone portable

### Matériel obligatoire pour le 20 km :

- Une paire de chaussures adaptées au trail,
- Une réserve d'eau,
- Une réserve alimentaire
- Une veste coupe-vent/imperméable
- Une couverture de survie
- Un sifflet
- Un gobelet personnel
- Un téléphone portable

### Matériel obligatoire pour le 47 km :

- Une paire de chaussures adaptées au trail,
- Une réserve d'eau,
- Une réserve alimentaire
- Une veste coupe-vent/imperméable
- Une couverture de survie
- Un sifflet
- Un gobelet personnel
- Un téléphone portable
- Une lampe frontale
- Un bonnet ou buff
- Une couche chaude haut du corps

### Matériel recommandé :

- Casquette ou bandana
- Micro polaire
- Bâtons (doivent être portés pendant la course entière)
- Gants et bonnet

L'organisateur se réserve le droit de modifier la liste du matériel obligatoire en fonction des conditions météorologiques annoncées, et ce quelques jours ou quelques heures avant le départ (consulter le site internet avant le départ).

Un concurrent non muni de ces accessoires peut se voir refuser de prendre le départ par le comité de course, ou être arrêté sur le parcours.

Une vérification du matériel obligatoire sera effectuée au départ (à l'entrée dans le sas) et pendant la course.

Une pénalité d'une heure sera appliquée aux concurrents en cas de non présentation du matériel obligatoire demandé.

## Article 10 : Postes de contrôle

Des postes de contrôle seront positionnés sur l'ensemble des parcours. En cas d'abandon, il est impératif de rendre son dossard au plus tôt à un bénévole de la course afin d'éviter des recherches inutiles. **Toute cession de dossard est strictement interdite.**

## Article 11 : Barrières horaires

### **BARRIERES HORAIRES :**

**Les concurrents ne passant pas les barrières horaires sont stoppés, mis hors-courses et rapatriés par l'organisation vers l'aire d'arrivée.**

Pour des raisons de sécurité, les barrières horaires à respecter sont les suivantes :

Parcours 11km « La Grimette d'Esparzales »

- Thorens-Glières Arrivée : 14h

Parcours 20km « Le dernier assaut »

- Chalet de Landron : 14h30
- Thorens-Glières Arrivée : 17h

Parcours 47 km « L'escarmouche » :

- Pont de Pierre (pied du Pas du Roc) : 12h30
- Chalet de Landron : 14h30
- Thorens-Glières Arrivée : 17h

Ces barrières horaires sont susceptibles d'être modifiées à tout moment par l'organisateur.

Les dossards seront retirés aux coureurs qui dépasseront ces barrières horaires. Ils seront ensuite rapatriés à l'arrivée.

Au départ de certains passages « techniques » définis par l'organisation, une équipe de contrôleurs pourra arrêter un concurrent qu'ils ne jugent pas en état de franchir cette difficulté.

### **Article 12 : Dossards**

Les dossards seront remis à la salle Tom Morel de Thorens-Glières :

- Le samedi 2 octobre 2021 de 16h à 19h (obligatoire pour le parcours 47 km)
- Le dimanche 3 octobre 2021 de 7h à 9h30

Selon les consignes en vigueur, la présentation du pass sanitaire sera nécessaire pour retirer son dossard.

Une personne peut retirer le dossard d'un participant sur présentation d'une pièce d'identité et du pass sanitaire.

Les dossards doivent être visibles tout au long du parcours sous peine de disqualification.

### **Prévoir des épingles !**

Il est très important de ne pas plier, décoller ou obstruer les bandelettes de vos dossards électroniques : vous risqueriez de les endommager et de n'avoir aucun temps et classement.

Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve. L'organisation se dégage de toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation.

En cas d'accident, le cédant et le reprenneur du dossard pourront éventuellement voir leur responsabilité recherchée.

### **Article 13 : Abandon**

En cas d'abandon, le coureur (solo ou duo) doit remettre son dossard au plus tôt à un bénévole de la course, au plus tard à l'arrivée et prévenir l'organisation. Si un concurrent abandonne la course sans prévenir et que l'organisateur procède à des recherches, des poursuites judiciaires pourront être engagées à son encontre pour le remboursement des frais occasionnés.

En cas d'abandon, après avoir rendu son dossard et prévenu l'organisation :

- Si le coureur rentre par ses propres moyens, l'organisation se dégage de toute responsabilité pour son retour,
- Si le coureur n'est pas en mesure de rentrer par ses propres moyens, l'organisation prend en charge son retour sur l'aire d'arrivée.

Il est rappelé au coureur sa responsabilité en matière de sécurité :

- Il est le premier maillon de la sécurité ;
- Il doit donner rapidement et correctement l'alerte s'il est témoin d'un accident ou s'il se perd ou se rend compte que d'autres coureurs sont perdus ;
- Il doit signaler à l'organisateur son éventuel abandon.

Si les conditions météo, l'état physique ou le mauvais comportement d'un coureur l'exigent, l'équipe médicale et l'organisateur ont tout pouvoir de contraindre le concurrent à l'abandon.

Pour le grand parcours effectué en duos :

Si l'un des 2 abandonne ou est contraint de s'arrêter par l'équipe médicale, son coéquipier pourra continuer seul et sera classé après les duos en fin de classement, ou s'arrêter lui aussi.

Rappel : l'équipier qui abandonne doit obligatoirement remettre son dossard à un membre de l'organisation ou à un poste de contrôle/ravitaillement.

### **Article 14 : Départs & Arrivées**

Départ & arrivée à Thorens-Glières :

- 47 km « L'escarmouche » : départ à 6h
- 20 km « Le dernier assaut » : départ à 9h
- 11km « La Grimpette d'Esparzales » : départ à 10h

15 mn avant le départ, les concurrents doivent se rendre dans le bloc de départ pour le briefing.

Il est impératif de pénétrer dans le bloc de départ par le sas afin d'être bipé. Un concurrent non bipé au départ sera disqualifié. Vous serez bipés à différents points du parcours.

Les repas chauds sont servis à partir de 11h30 à la Salle Tom Morel. Des tickets repas seront en vente au prix de 13 € pour les personnes accompagnant les coureurs.

Un lieu abrité pour déposer les sacs des coureurs (affaires de change) sera mis à disposition.

**Il n'est pas surveillé.**

### **Article 15 : Catégories et Récompenses**

Pour les courses « Le dernier assaut » et « La Grimpette d'Esparzales » :

Un classement scratch et par catégories sera réalisé. Les catégories sont les suivantes :

Cadets	2004 - 2005
Juniors	2002 – 2003
Espoirs	1999 – 2001
Séniors	1987 – 1998
Masters 0	1982 – 1986
Masters 1	1977 - 1981
Masters 2	1972 – 1976
Masters 3	1967 - 1971
Masters 4	1962 – 1966
Masters 5	1957 -1961
Masters 6	1952 – 1956
Masters 7	1947 - 1951
Masters 8	1942 – 1946
Masters 9	1937 - 1941
Masters 10	1936 et avant

Une récompense sera remise aux trois premiers coureurs du classement scratch hommes et du classement scratch femmes.

Une récompense sera également remise aux coureurs suivants :

- La première femme et le premier homme catégorie Cadets
- La première femme et le premier homme catégorie Juniors
- La première femme et le premier homme catégorie Espoirs
- La première femme et le premier homme du classement regroupant les catégories Séniors et Masters 0
- La première femme et le premier homme du classement regroupant les catégories Masters 1 et 2

- La première femme et le premier homme du classement regroupant les catégories Masters 3 et 4
- La première femme et le premier homme du classement regroupant les catégories Masters 5 et 6
- La première femme et le premier homme du classement regroupant les catégories Masters 7 à 10

Les coureurs récompensés au classement scratch ne seront pas pris en compte pour les récompenses par catégories.

Pour la course « L'Escarmouche » :

Les duos et solos seront classés séparément.

Pour les duos : une récompense sera remise aux trois premières équipes du classement scratch hommes, du classement scratch femmes, et du classement scratch mixte.

Pour les solos : Une récompense sera remise aux trois premiers coureurs du classement scratch hommes et du classement scratch femmes. Pas de récompense par catégorie.

### **Article 16 : Sécurité / Assistance médicale**

Six postes de secours, composés d'un médecin et/ou de secouristes seront implantés le long du parcours et seront en liaison radio avec le PC de la course. Les équipes médicales seront présentes pendant toute la durée de l'épreuve.

Les médecins officiels seront habilités à retirer le dossard de tout concurrent inapte à continuer l'épreuve. Le coureur s'engage à accepter les décisions prises par la direction de course.

Les médecins ne sont présents que pour traiter des situations d'urgence et pas des traumatismes sans gravité.

Il appartient à chaque coureur en difficulté ou sérieusement blessé de faire appel aux secours :

- En se présentant à un poste de secours
- En appelant le PC course (le n° de tél. est inscrit sur chaque dossard)
- En demandant à un autre coureur de prévenir les secours

Certains passages aériens et dangereux seront soumis à des consignes spécifiques à respecter obligatoirement :

- Interdiction de courir
- Interdiction de doubler

- Interdiction de prendre le parcours en sens inverse
- Interdiction de s'arrêter en présence d'autres coureurs

Il est possible que des nids de guêpes soient présents à certains endroits des parcours.

#### **Article 17 : Assurance**

L'organisateur a souscrit pour la durée de l'épreuve une assurance responsabilité civile pour couvrir sa propre responsabilité civile, celle de ses préposés et des participants. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe à chaque concurrent d'être couvert par une assurance personnelle ou individuelle Accidents couvrant les dommages corporels auxquels leur pratique sportive peut les exposer (article L 321 – 4 du code du sport).

#### **Article 18 : Droit d'image**

Du fait de son engagement, le concurrent donne à l'organisateur ainsi que leur ayant droits tels que partenaires et médias un pouvoir tacite pour utiliser toute photo ou image le concernant, et cède son droit à l'image dans le cadre de la promotion et de la communication de l'épreuve.