

Règlement de la manifestation MILOTRAIL 2024 :

Ce présent règlement doit être accepté par chaque participant.

1-Participation

Courses ouvertes à toute personne âgée de plus de 16 ans
Epreuve du 21km (D+780) à partir de la catégorie Espoir
Epreuve du 11km (D+350) à partir de la catégorie Cadet
Epreuve du 5 km (D+100) à partir de la catégorie Minime
Epreuve du 1,5 km à partir de la catégorie Benjamin

Coureur non licencié : => produire un certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'athlétisme, de la course à pied en compétition, de l'athlétisme en compétition, du sport en compétition, daté de moins d'un an. Ce document sera conservé en original ou en copie en tant que justificatif en cas d'accident. Aucun autre document ne pourra être accepté pour attester de la présentation du certificat médical.

Coureur licencié : => produire la copie d'une licence sportive valide délivrée par la FFA. Attention les autres licences délivrées par la FFA (Triathlon, Santé, Encadrement et découverte...) ne sont pas acceptées.

En cas d'inscription en ligne, scanner le certificat médical ou renseigner le N° de la licence. Pour les inscriptions le jour même, le certificat médical dématérialisé ne sera pas accepté. Prévoir un document papier.

Une autorisation parentale est requise pour les mineurs (voir bulletin d'inscription) accompagnée du questionnaire de santé dûment complété et signé.

Les inscriptions sont fermes et définitives.

Aucun remboursement ne sera effectué.

2- Départ et arrivée

- Circuits adultes 11km et 21km
Retrait des dossards et puces à partir de 7h30 dans la zone de départ
Clôture des inscriptions à 8H30.
Départ à 9H00 pour les 21km
Départ à 9h30 pour les 11km
- Circuit allure libre 5 km non chronométré
Autorisation parentale requise pour les mineurs (voir bulletin d'inscription)
Clôture des inscriptions à 9H
Départ 9h40

3-Ravitaillement

Il s'agit d'une épreuve en autosuffisance partielle.

L'organisation prévoit 1 ravitaillement à 5 km environ et 1 collation à l'arrivée pour la course 11 km.

L'organisation prévoit 2 ravitaillements, à 6 km et à 13 km environ et 1 collation à l'arrivée pour la course 21 km.

4-Sécurité

Des signaleurs officiels organiseront la sécurité aux croisements de route. Les concurrents devront impérativement respecter le code de la route et faire preuve de vigilance.

Tout abandon devra être signalé.

Une équipe de secouristes assurera l'assistance médicale.

Le coureur devra porter le dossard remis par l'organisateur, être muni de tout le matériel adéquat vis à vis des conditions climatiques et de l'environnement, ne pas porter de bijoux susceptibles de générer des blessures graves. Cette liste n'est pas exhaustive, vous êtes acteur de votre sécurité et de celle des autres participants (devoir d'assistance à tout autre participant dans la nécessité).

5-Respect de l'environnement

Des poubelles seront à disposition des coureurs aux points de ravitaillement.

Les coureurs sont invités à apporter leur gobelet.

Il est interdit de jeter vos déchets sur le parcours de la course.

6-Assurance

Les organisateurs ont souscrit une assurance, mais chaque coureur devra être couvert par une assurance dommages corporels individuelle (si non incluse par une licence).

Les organisateurs ne peuvent être en aucun cas tenus responsables en cas d'accident, de défaillance consécutive à un mauvais état de santé ou une préparation insuffisante.

7-Récompenses aux coureurs

Les 3 premiers hommes et 3 premières femmes au scratch sur les courses 11km et 21km. Le premier homme et la première femme de chaque catégorie/Regroupements ci-dessous :

JUNIOR – ESPOIR - SENIOR+M0 - M1+M2 - M3+M4 - M5+M6 - M7+M8 - M9+M10

Les récompenses ne sont pas cumulables

Notre course participe au Challenge des Monts du Lyonnais

8-Catégories d'âge

POUSSINS U12 : 2013-2014 (1,5 KM)
BENJAMINS U14 : 2011-2012 (1,5 KM)
MINIMES U16 : 2009-2010 (jusqu'à 4km)
CA cadets : 2007-2008 (jusqu'à 11 Km)
JU juniors : 2005-2006 (jusqu'à 11 Km)
ES espoirs : 2003-2004
S Seniors : 1990-2001
Masters : 1989 et avant

Les Catégories d'âge 2024
(valable jusqu'au 31 août 2024, ces catégories changeront le 1er septembre 2024)

CATEGORIE	CODE	ANNEE DE NAISSANCE
Masters	VE	1989 et avant
Seniors	SE	1990 à 2001
U23 / Espoirs	ES	2002 à 2004
U20 / Juniors	JU	2005 et 2006
U18 / Cadets	CA	2007 et 2008
U16 / Minimes	MI	2009 et 2010
U14 / Benjamins	BE	2011 et 2012
U12 / Poussins	PO	2013 et 2014
Éveil Athlétique	EA	2015 à 2017
Baby Athlé	BB	2018 et après

9-Droit à l'image

Les coureurs, en s'inscrivant au Milotrail, abandonnent leur droit à l'image et autorisent les organisateurs à utiliser toutes les images prises pendant la course.

10-Modification du règlement

Les organisateurs se réservent le droit d'apporter des modifications au règlement, et aux circuits à la suite de tout événement imprévu et indépendant de leur volonté.

11-Acceptation du règlement

L'engagement d'un coureur entraîne l'acceptation pure et simple du présent règlement.

Bon pour accord,

« Le coureur »

INSCRIPTION MILOTRAIL

Dimanche 3 Mars 2024

Nom..... Prénom.....

Sexe..... Date de naissance.....

Adresse

Tel.....

Email.....

Club.....

N° LICENCE FFA

Si je n'ai pas de licence FFA (voir règlement), je joins un certificat médical de moins de 1 an indiquant la « non contre-indication de la course à pied en compétition ».

Autorisation parentale pour les mineurs

Je soussigné, autorise mon enfant..... à participer aux épreuves de ce jour et autorise les organisateurs à prendre les mesures nécessaires pour soigner mon enfant en cas de nécessité

Mon choix :



5 km

5€ le jour de la course



11 km

13€ jusqu'au 29 février, 16€ au-delà



21km

16€ jusqu'au 29 février, 19€ au-delà

Je reconnais avoir pris connaissance du règlement de la course affiché sur place.

Je renonce à mon droit à l'image (cf règlement de la course).

Date et signature (précédé de la mention « lu et approuvé »)

Tout dossier incomplet ne sera pas traité.

Ce coupon est à compléter et à renvoyer à Véronique CHIRAT – 396 Chemin du Pourron – 69770 VILLECHENEVE

Règlement par chèque à l'ordre de « Des fourmis dans les pattes »

➡ Possibilité de s'inscrire en ligne, en cliquant directement sur le lien accessible sur notre site internet www.milotrail.fr

Questionnaire de santé

NOM :

PRENOM :

SEXE :

DATE DE NAISSANCE :

Ce questionnaire de santé permet de savoir si vous devez fournir un certificat médical. **Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON***

OUI

NON

Durant les douze derniers mois

1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?

2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?

3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?

4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?

5) Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord d'un médecin ?

6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?

A ce jour

7) Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc...) survenu durant les 12 derniers mois ?

8) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?

9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?

**NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du coureur et de son représentant légal*

Si vous avez répondu NON à toutes les questions

Pas de certificat médical à fournir.

Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions

Certificat médical à fournir.

Date et signature du représentant légal