



## REGLEMENT FIT & RUN LA BILLOMOISE

### Préliminaire

La course Fit & Run la Billomoise, objet du présent règlement est interdite à tous engins à roue(s), hors ceux de l'organisation ou acceptés par celle-ci, et aux animaux.

### 1. Lieu, date et nature de la manifestation

La course se déroule exclusivement sur la commune de Billom (63160).

Trois épreuves sont proposées :

Course Fit & Run de 5 kms le samedi 11 juin matin (de 8h30 à 12h30).

Course Fit & Run de 10 kms le dimanche matin (de 8h30 à 12h30).

Un parcours Forme et Patrimoine (guidé par GPS), samedi et dimanche de 14h à 18h30 (durée environ 1h30 à 2h).

La jauge de participants sera limitée à 150 concurrents pour la course 5 kms et 150 concurrents pour la course 10 kms, pour cette première édition 2022.

Les concurrents partiront par vagues de 15 personnes.

Le parcours est une boucle de 2,5 kms, à réaliser 2 fois pour la distance de 5kms, et 4 fois pour la distance de 10 kms. Les dénivelés positifs et négatifs sont très faible (environ 50m). Course sur plat.

Le départ et l'arrivée se situent sur le même lieu (prairie du complexe nautique de Billom).

L'accueil, les toilettes et la buvette sont situés sur le point de départ, dans le club house du camping.

Pour le parcours Forme et Patrimoine, départ depuis le club house du camping. Le tracé vous fait traverser le quartier médiéval de Billom et vous amène jusqu'à la cascade de Champportat, puis dans la campagne Billomoise avec vue sur la chaîne des Puys et le Sancy et retour par le quartier Saint-Loup. Différents exercices vous seront proposés comme renforcement musculaire (vidéos). Tous les commentaires sont audio, d'autres médias illustrent les commentaires (photos et vidéos). C'est un audio guide à télécharger via une application. Tous les renseignements vous seront donnés au départ.

### 2. Organisateur

Monsieur Marc-Etienne BAUDRY, 31 avenue Victor Cohalion – 63160 Billom.

Salle sport & santé Le Hangar.

Téléphone : 06.62.52.76.90

Mail : [m.e.baudry@wanadoo.fr](mailto:m.e.baudry@wanadoo.fr)

Page Internet en cours de développement sur le site [www.le-hangar.org](http://www.le-hangar.org)

### 3. Conditions de participation

La participation à la manifestation est conditionnée à :

a) Catégorie d'âge :



Les concurrents doivent être âgés au minimum de 14 ans.

(nés en mai 2008 et avant) pour la course de 5kms.

Les concurrents doivent être âgés au minimum de 16 ans.

(nés en mai 2006 et avant) pour la course de 10kms.

Les concurrents mineurs doivent présenter une autorisation parentale pour la participation à la Fit & Run la Billomoise 2022.

#### **b) Certificat médical :**

La participation à cette course est soumise à la présentation obligatoire :

Soit d'une licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running ou d'un Pass' j'aime courir, **délivrée par la FFA**, en cours de validité à la date de la manifestation ;

Soit d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins de un an à la date de la course, ou de sa copie. Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la possession du certificat médical.

Autorisation parentale et/ou certificat médical à fournir lors de l'inscription en ligne ou à l'accueil le jour de la course pour les inscriptions tardives.

#### **c) Droit d'inscription :**

Le droit d'inscription est de :

7 euros pour la course de 5kms.

12 euros pour la course de 10 kms.

*Droit d'inscription à régler en ligne.*

#### **d) Clôture des inscriptions**

La clôture des inscriptions est fixée au :

08/06/2022 à 20h pour les 2 courses.

#### **e) Athlètes handisport**

Le parcours ne permet pas l'accueil des concurrents en fauteuil.

#### **f) Dossard / Bracelet**

Le concurrent doit porter visiblement, pendant la totalité de la course, dans son intégralité, un dossard fourni par l'organisation sur la poitrine ou un bracelet spécifique remis à l'inscription.

#### **g) Rétractation**

En cas de rétractation du concurrent, avant le 31/05/2022, ses frais lui seront remboursés avec une retenue de 3 euros pour frais administratifs.

#### **h) Acceptation du présent règlement**

Le concurrent accepte sans réserve le présent règlement.

### **4. Cession de dossard ou bracelet**



Tout engagement est personnel. Aucun transfert d'inscription n'est autorisé pour quelque motif que ce soit. Toute personne rétrocédant son dossard ou bracelet à une tierce personne, sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve. Toute personne disposant d'un dossard ou bracelet acquis en infraction avec le présent règlement pourra être disqualifiée. Le dossard ou bracelet devra être entièrement lisible lors de la course. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation.



## **5. Assurances**

### **a) Responsabilité civile**

La responsabilité de l'organisateur et des participants est couverte par la police d'assurance souscrite auprès de Allianz.

### **b) Assurance dommages corporels**

Sauf s'ils y ont renoncé, les athlètes licenciés FFA sont couverts par une assurance dommages corporels. Il est vivement conseillé aux autres concurrents de souscrire une assurance personnelle couvrant les dommages corporels auxquels leur pratique sportive peut les exposer.

## **6. Règles sportives**

Il y a 4 points d'exercice sur chaque boucle de 2,5 km.

- Zone de ramping
- Franchissement de pneus au sol
- Tractions sur barrière
- Zone de fentes marchées

Ajouté à ces zones, un signal sonore sera émis toutes les 5 minutes.

A chaque signal sonore, les concurrents devront effectuer :

10 SQUATS + 5 POMPES sur la course de 5 kms.

20 SQUATS + 10 POMPES sur la course de 10kms.

Signal sonore émis avec cornes de brume (3 signaleurs répartis sur le parcours seront en liaison radio et déclencheront le signal de manière coordonnée).

### **Aide aux concurrents**

Une personne de l'organisation sera présente sur chaque point d'exercices pour rappeler aux concurrents le type d'exercice à réaliser.

### **Bâtons**

Le port des bâtons n'est pas autorisé.

### **Limites horaires**

Il n'y a pas de limite horaire pour couvrir les distances (marche ou course). Cependant, la course sera considérée comme terminée à 12h45 heure de départ des secours. Les concurrents seront invités à rejoindre la ligne d'arrivée par annonce micro et par les signaleurs. Le dernier départ étant à 10h45, les derniers partants auront 2h pour couvrir les distances de 5kms le samedi ou 10 kms le dimanche.

### **Chronométrage et classements**

Il n'y aura pas de chronométrage ni de classements sur les deux courses pour cette première édition 2022.

## **7. Ravitaillement**

Pour la course de 10 kms, un poste de ravitaillement est prévu au km 5 .



## **8. Sécurité et soins**

### **a) Voies utilisées**

La compétition se déroule sur des voies totalement fermées à la circulation .

### **b) Sécurité des concurrents**

La sécurité est assurée par la protection civile.

Les secours sont composés d'une équipe de 2 secouristes (1 PSE2 minimum et 1 PSE1), avec matériel et véhicule, le samedi 11 juin et le dimanche 12 juin 2022, de 7h45 à 12h45.

L'équipe est missionnée pour les premiers soins, le bilan complet et appel au centre 15, l'attente de renfort pour évacuation si décision du centre 15.

Un responsable des secours est délégué pour les deux courses.

### **c) Entraide entre concurrents**

Tout concurrent est tenu à assistance en cas d'accident d'un autre concurrent, dans l'attente des secours.

## **9. Protection de l'environnement**

Tout abandon de matériel, tout jet de déchet, hors des lieux prévus à cet effet entraînera la mise hors-course du concurrent fautif.

## **10. Droit à l'image**

De par sa participation, le concurrent renonce à tout droit personnel à image et autorise l'organisateur ainsi que ses ayants droit et partenaires à utiliser celle-ci sur tout support, pour une durée de 2 ans, dans le monde entier.

## **11. Force majeure**

En cas de force majeure, l'organisateur pourra à tout instant mettre fin à la manifestation. Les participants en seront prévenus par tous moyens possibles, ils devront alors se conformer strictement aux directives de l'organisation. Le non-respect de ces consignes, entraînera de-facto, la fin de la responsabilité de l'organisateur. Les participants seront remboursés de leurs frais d'engagement (hors retenue administrative de 3 euros), ils ne pourront prétendre à aucune autre indemnité à ce titre.

## **12. Annulation**

L'organisateur se réserve la faculté d'annuler la manifestation soit sur requête de l'autorité administrative, soit en cas de force majeure. Aucune indemnité ne pourra être versée à ce titre. Les participants seront remboursés de leurs frais d'engagement (hors retenue administrative de 3 euros), ils ne pourront prétendre à aucune autre indemnité à ce titre.