

## Règlement 2020

### 17<sup>ème</sup> édition Trail des Terroirs Vosgiens, VTT et sa marche dégustation

Le Trail des Terroirs Vosgiens et sa marche dégustation, c'est aller à la découverte de nos paysages vosgiens par l'intermédiaire du sport, c'est apprendre à connaître les produits locaux de qualité grâce à une marche dégustation originale et à un marché basé sur une sélection rigoureuse des produits au parc du Château à Epinal et dans les forêts vosgiennes autour d'Epinal. Une manifestation conviviale, mettant en avant la chaleur de l'accueil des paysans des Vosges et les producteurs Vosges Terroir.

#### **Parcours : 40km**

- VTT rando

#### **Parcours : 30km**

- VTT rando

#### **Parcours : 21km**

- VTT rando

#### **Parcours : 21.5 km (+640 m de dénivelé)**

- Trail individuel (chrono)

#### **Parcours : 11 km (+300m de dénivelé)**

- Trail Individuel découverte (chrono)

#### **Parcours : 8.5 km**

- Marche dégustation

#### **Parcours : 14 km**

- Marche dégustation

#### **Trail découverte solidaire de 11 km et Trail de 21.5 km**

L'épreuve du Trail individuel 21.5 km est réservée exclusivement aux coureurs nés en 2000 et avant (à partir de la catégorie espoir). Concernant Trail découverte 11 km, la course est ouverte aux participants nés en 2004 et avant (à partir de la catégorie "cadet").

Pour les non licenciés, il est obligatoire de fournir un certificat médical (ou sa photocopie) de non contre-indication à la pratique de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition datant de moins d'un an.

#### **Pour les licenciés, il faut fournir :**

- 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) et les licences TRIATHLON ne sont pas acceptées.**

- 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)

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 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.

***Le nombre de concurrents est limité à 800 participants pour le 11 km et 800 participants pour le 21.5 km.***

**Marche Dégustation : 8.5 et 14km**

***Les 3000 premiers inscrits pourront accéder aux 2 points de ravitaillement.***

### **Courses scolaires**

14h45 : 1er course : Garçons et filles nés en 2013/2014 : 800 m  
15h00 : 2ème course : Garçons et filles nés en 2011/2012 : 800 m  
15h15 : 3ème course : Garçons et filles nés en 2009/2010 : 1600 m  
15h30 : 4ème course : garçons et filles nés en 2007/2008 : 1600 m

### **Cyclo Cross**

#### 5 catégories

Pré-licencié : 5 min  
Poussins : 7min  
Pupilles : 10 min  
Benjamins : 15 min  
Minimes : 20 min

Ouverts à tous les jeunes, niveau école de cyclisme jusqu'à Minimes licenciés Route ou VTT ou non licenciés avec certificat médical et carte à la journée

## **Du sport en pleine nature pour une forme vosgienne**

Epreuves annuelles organisées par la Chambre d'Agriculture des Vosges, en partenariat avec le Comité des Vosges d'Athlétisme, le Club Athlétique Vosges, le Véloce Club Spinalien et le Club Vosgien pour l'accompagnement technique spécialisé et l'Usep.

Les épreuves ouvertes à tous, licenciés ou non (sous réserve dans ce cas de fournir un certificat médical pour les Trailers, destinées au grand public, aux athlètes de haut niveau comme aux amateurs de courses, de marche à pied et de VTT, toutes catégories. Femmes et hommes qui souhaitent mettre l'accent sur le sport dans un environnement naturel et dans un contexte convivial, familial et de découverte du milieu forestier vosgien. Un itinéraire et profil très nature !

## **Rassemblement, départ et arrivée**

Le 29 mars 2020

Départs et arrivées : Parc du Château d'Épinal

Inscription, retrait des dossards dès 7h30 pour les sportifs. Possibilité de retirer les dossards trail et VTT le vendredi 29 mars de 14h à 18h et samedi 30 mars 2019 de 9h30 à 12h et 14h à 18h au magasin Décathlon à Epinal.

## **Horaires des départs**

- **VTT Rando : entre 7h30 et 9h30 (accès à la boucle 40 km jusqu'à 11h30, au-delà les VTTistes seront orientés sur le parcours 30 km)**
- **Marche : entre 8h et 11h30**
- **Trail 21.5 km : 10h15**
- **Trail 8,5 km : 10h45**
- **Scolaires : à partir de 14h45**
- **Cyclo Cross VTT : à partir de 14h45**

## **Parcours**

Epinal et ses environs en passant par les forêts d'Epinal, Archettes, Deyvillers et La Baffe.

## **Temps limite**

Pour des raisons de sécurité, l'épreuve est limitée à 4h30. Pour ceux souhaitant terminer la course hors délai, ils l'effectueront sous leur entière responsabilité et ne seront pas classés.

**L'accès à la boucle 40 km pour le VTT rando sera fermé à partir de 11h30. Passé 11h30, les VTTistes seront orientés sur le parcours 30 km.**

## **Ravitaillement**

- 4 points ravitaillement aux kilomètres 5, 10, 17 km pour les 21.5 km de trail
- 2 point de ravitaillement pour les 11 km de trail
- 3 points de ravitaillement pour les 21 km de VTT rando

- 4 points ravitaillement pour les 30 km de VTT rando
- 5 points de ravitaillements pour le 40 km de VTT rando
- 2 points de dégustation pour la marche

### Sécurité

- Respecter le code de la route
- Respecter l'environnement
- Port du casque obligatoire pour les VTTistes
- Surveillance médicale assurée par 2 médecins, accompagnement par la Protection civile des Vosges au parc du château et sur le parcours. une ambulance lourde et des kinés (associés aux 2 médecins) à l'arrivée.
- Téléphone portable obligatoire
- Numéro de téléphone du PC course : 0674410975

### Inscriptions avant le 23 mars pour les paiements en chèque et espèce et avant le 25 mars pour les paiements en carte bancaire.

Inscription par courrier :

- Pour le Trail, et la marche : Stéphane DUFAYS (Comité des Vosges d'Athlétisme)  
17 rue Pierre Mendès France 88140 BULGNEVILLE - Tél.06.74.67.44.21
- Pour le VTT rando et cyclo cross, Sylviane FRECHIN (Veloce club spinalien), 11 rue Anatole France 88000 EPINAL Tel : 06.89.91.21.58

Inscription sur le site internet du Trail des Terroirs Vosgiens : [www.cda-vosges.com](http://www.cda-vosges.com)

### Tarifs

- Trail 21,5 km : 18 €
- Trail 11 km : 9€ (la moitié des recettes sera reversée à une association de solidarité)
- VTT rando 21 km : 7 €
- VTT rando 30 km et 40 km : 9 €
- Marche 8 et 14 km : 9 €
- Course scolaire : gratuit
- Cyclo Cross : gratuit

### Tarif famille : 1 place offerte pour 5 achetées dans la même catégorie (Trail, VTT et marche)

Possibilité de s'inscrire le 31 mars dès 7h30 au Parc du Château d'Epinal. **Une majoration de 3€ sera appliquée pour toute inscription faite le jour de l'événement, ainsi que le samedi et le vendredi**

### Remises des prix

Podiums :

- Trail: 13h30
- Scolaires : 15h45
- Tirages au sort VTT et marche: à partir de 14h00
- Cyclo Cross : 16h15

Valeur totale de 6000 € de bons d'achats dans les structures inscrites dans le guide «Bienvenue à la Ferme dans les Vosges» et chez les producteurs Vosges Terroir et des lots des partenaires.  
Cadeaux à tous les participants.

### **Assurance**

Responsabilité civile : les organisateurs sont couverts par une police souscrite auprès de Groupama.

Individuelle accident : les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence, pour les coureurs non-licenciés, il leur incombe de s'assurer.  
Les organisateurs ne sont pas responsables des incidents, vols, dégâts, pouvant intervenir aux équipements, matériels, voitures et objets personnels appartenant aux concurrents avant, pendant et après les épreuves.