



Règlement Entre Loire et Coteaux

Article 1 : Organisation

La course Entre Loire et Coteaux, qui se déroulera le **dimanche 25 mai 2025 à Ancenis Saint Géréon (44)**, est organisée par le club **ACPA (Athlétic Club du Pays d'Ancenis)**, suivant le règlement des courses running FFA.

Vous pouvez contacter l'organisateur à tout moment par mail à l'adresse suivante : acpa44150.hs@gmail.com

5 distances sont proposées :

- **5 kms environ** ouvert aux coureurs à partir de 14 ans
- **10 kms (dénivelé de 100 m environ)** ouvert aux coureurs à partir de 16 ans
- **21 kms (dénivelé de 200 m environ)** ouvert aux coureurs à partir de 18 ans
- **34 kms (dénivelé de 500 m environ)** ouvert aux coureurs à partir de 20 ans
- **Marche nordique (15 kms) (dénivelé de 125 m environ)** ouvert aux marcheurs à partir de 16 ans

Horaires et lieux des départs :

Les départs seront donnés sur le site, autour de la salle de la Charbonnière à Ancenis

Circuit : 34 kms à **8h30**

Circuit : 21 kms à **9h15**

Marche Nordique à **9h30**

Circuit : 10 kms à **10h00**

Circuit : 5 kms à **10h15**

Les horaires sont donnés à titre indicatifs et peuvent évoluer suivant les contraintes de l'organisation. Horaires également consultables et mis à jour sur le site Time Pulse

Le retrait des dossards se fera sur place jusqu'à 30 mn avant le départ de chaque course. **Une pièce d'identité avec photo sera demandée pour le retrait des dossards.**

Prix et évolution de tarifs :

Se reporter aux **informations disponibles sur la plateforme d'inscription Time Pulse** ou sur le site internet de l'acpa : acpa-ancenis.fr

Inscriptions majorées de 2 € pour les non licenciés

Pas de possibilité d'inscription sur place, le jour de la course

Article 2 : Conditions de participation

La course est ouverte à tous : licenciés et non licenciés sous réserve d'avoir 16 ans révolus à la date de l'épreuve et de respecter les distances maximales par âge définies par la FFA. **Les mineurs devront présenter une autorisation parentale dûment remplie et signée à télécharger sur le site de Time Pulse ou du club et à remettre lors du retrait du dossard**

Pour les coureurs licenciés FFA, FFTRI, FFCO, FFPM, il sera demandé de présenter une licence en cours de validité au jour de la course.

Les coureurs non licenciés devront présenter au moment de leur inscription un certificat médical de **non contre-indication à la pratique de l'athlétisme ou de la course à pieds en compétition datant de moins d'un an à la date de la course (ou non contre-indication à la pratique de la marche nordique en compétition pour les marcheurs).**

PPS :

La FFA a mis en place le **PPS (Parcours de Prévention Santé)** disponible sur le site de la FFA (<https://pps.athle.fr>) ou par lien sur Time Pulse (<https://www.timepulse.fr>). Au cours de ce parcours en ligne, le participant sera sensibilisé à différentes problématiques :

- Situations à risques : ressentis inhabituels, précautions à prendre selon l'âge, habitudes favorisant la dégradation de la santé, etc.,
- Invitation à consulter un médecin en cas de risques identifiés,
- Rappel de l'intérêt de se former aux gestes qui sauvent,
- Mise à disposition d'une base documentaire sur la pratique en santé

Au terme du PPS, **le participant pourra éditer son attestation de fin de Parcours, et le télécharger sur le site de Time Pulse pour valider son inscription**

Attention le PPS doit être en cours de validité le jour de la course (durée de validité du PPS : 3 mois)

En l'absence de ces documents, l'inscription ne sera pas prise en compte.

Tout engagement est personnel et engage le coureur. Aucun transfert d'inscription ou de dossard n'est possible. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident dans ce type de situation.

Article 3 : Sécurité

La sécurité et l'assistance médicale des participants est du ressort de l'organisateur qui mettra en place un Dispositif Prévisionnel de Secours (DPS). La sécurité sera assurée par des signaleurs sur les voies routières, une équipe de secouristes sera présente sur le parcours. Les services de secours (SDIS) et de gendarmerie seront avertis de l'événement.

La sécurité des coureurs sera assurée par des signaleurs et commissaires, licenciés ou bénévoles. Sur les portions de route empruntées, les concurrents devront respecter le code de la route et les consignes données par les signaleurs.

Les participants s'engagent à suivre le fléchage et la signalisation (rubalise, pancarte, flèches au sol...) mis en place tout au long du circuit.

L'organisation n'a pas prévu de repère kilométrique pour indiquer la distance tout au long du circuit.

Barrières horaires :

L'organisation a défini une barrière horaire à 8km/h sur le circuit du 34 km, donc tout coureur qui se présentera aux points de passage définis par l'organisation au-delà des horaires de barrière sera mis hors course par l'organisation : son dossard sera alors retiré par un membre de l'organisation.

Il est rappelé que toute activité sportive ou physique peut induire un risque pour la santé. Les participants sont donc invités à réguler leurs efforts.

Spécificités de l'épreuve de Marche Nordique : "La Nordique"

La « Nordique d'Entre Loire et Coteaux » est une compétition de marche nordique encadrée par un jury de la Fédération Française d'Athlétisme (FFA). Cette édition « 2025 » est labellisée Régional et intégrée au challenge Nordique Tour Compétition. Cette compétition est qualificative pour les championnats de France de Marche Nordique .

Le règlement de la « Nordique Entre Loire et Coteaux reprend les dispositions réglementaires de la MNC en Nature, qui est consultable sur le site de la FFA par le lien :

[Fédération Française d'Athlétisme](#)

La « Nordique "Entre Loire et Coteaux" 2025 intègre Challenge Régional Marche Nordique des Pays de La Loire et reprend les dispositions réglementaires consultables sur le Site FFA par le lien : [Challenge Régional](#)

Définition de la marche nordique

La marche nordique consiste à propulser le corps en avant à l'aide des quatre membres et en exerçant une poussée au sol à l'impact du bâton. A chaque instant , un pied et un baton doivent être en contact avec le sol. Le pas de course et et la technique de la marche athlétique sont interdits.

Les bâtons de marche nordique sont obligatoires.

Les athlètes s'engagent à respecter le règlement de la marche nordique en compétition.

La compétition est encadrée par un jury FFA. La mise hors course d'un marcheur peut être prononcée en cas de non respect du règlement , ou en cas de comportement non sportif ou dangereux pour les marcheurs, ou si l'état de santé du marcheur lui paraît incompatible avec la poursuite de l'épreuve.

Organisation des départs

Le départ sera organisé par SAS d'allure pour fluidifier le départ :

1er SAS : pour ceux et celles qui marchent à une moyenne + 8,5 kms/h.

2 ° SAS : pour ceux ou celles qui marchent à une moyenne entre 7,5 et 8,5 kms/h.

3° SAS : pour ceux ou celles qui marchent en dessous de 7,5 kms/h.

Article 4 : Assurance

Les organisateurs sont couverts par une police d'assurance responsabilité civile souscrite auprès de GROUPAMA pour la durée de l'épreuve. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par les assurances liées à leur licence sportive. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement. L'organisation ne peut en aucun cas être tenue pour responsable en cas d'accident ou de défaillance des participants notamment ceux consécutifs à un mauvais état de santé ou à une préparation insuffisante. La participation se fait sous l'entière responsabilité des concurrents avec renonciation à tout recours contre les organisateurs en cas de dommages ou de séquelles ultérieurs à la course. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de vol ou de dégradation de matériel

Article 5 : Conditions générales – réclamations :

L'organisateur se réserve la faculté d'annuler la manifestation soit sur requête de l'autorité administrative, soit en cas de force majeure ou toute autre circonstance mettant en danger la sécurité des participants. Aucun remboursement ne pourra être versé à ce titre.

En cas de force majeure (intempéries,...) ou pour des raisons de sécurité, l'organisation se réserve le droit de modifier le parcours, neutraliser la course ou d'annuler l'épreuve. Aucune indemnité ou remboursement ne pourra être versé à ce titre.

Les résultats seront affichés après l'arrivée. La prestation de chronométrage et de classement est sous traitée par le club organisateur à une société spécialisée dans ce type de prestation.

Les réclamations pourront être recevables par les organisateurs dans le délai courant jusqu'à la cérémonie des podiums. Les responsables de course seront seuls juges en cas de litige.

Annulation de l'inscription :

Chaque engagement est ferme et définitif. Cependant, l'organisation accepte des changements de coureurs **jusqu'à 7 jours avant la course**. Il est donc possible à un concurrent inscrit de céder votre dossard à un remplaçant à condition que l'organisateur ait été contacté dans les temps pour communiquer le nom, prénom, date de naissance, certificat médical du remplaçant au mail suivant : *acpa44150.hs@gmail.com*

Article 6 : Droit à l'image :

Du fait de son engagement, chaque coureur autorise expressément les organisateurs à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles il pourrait apparaître, prises à l'occasion de sa participation aux épreuves, sur tous supports y compris les documents promotionnels et / ou publicitaires. Tout concurrent renonce à tout recours à l'encontre de l'organisateur et de ses partenaires agréés pour l'utilisation faite de son image.

Article 7 : Ethique et responsabilité :

Chaque concurrent s'engage à respecter l'environnement et à ne rien jeter sur le parcours. Chaque participant est responsable entièrement des dégâts qu'il cause.

Dans une démarche de développement durable et d'impact carbone de notre course : nous ne distribuerons pas de gobelets sur les ravitaillements. Chaque participant devra être autonome et emporter avec lui : camelbak, gourde ou gobelet pliable...

Chaque participant doit s'assurer qu'il parte avec une réserve d'eau suffisante cohérente avec son temps de course estimé et les conditions météorologiques (quantité minimum conseillée : 1 litre).

Le parcours de la course emprunte des chemins privés dont l'organisation de la course obtient l'autorisation des propriétaires uniquement pour le jour de la course. Il est expressément demandé aux coureurs de respecter les propriétés privées et de ne pas emprunter ces chemins en dehors de la course Entre Loire et Coteaux.

Les signaleurs, commissaires qui seront témoins d'irrégularités (voir cas ci-dessous) auront autorité pour mettre hors course tous les coureurs qui ne respecteraient pas les points essentiels du règlement.

Cas de disqualification :

- Non-respect du balisage
- Empreint d'un chemin autre que celui défini par l'organisation

- Le jet de détritrus en dehors des zones de ravitaillement
- Le fait de courir pour un concurrent de la marche nordique

Acceptation du règlement :

Tout concurrent s'engage à se conformer à l'ensemble des dispositions du présent règlement et à en accepter les clauses du seul fait de son inscription.