

REGLEMENT DE

LA NORDIQUE DE CASTRIES

La Marche Nordique Castries

Organisation :

L'association La Marche Nordique de Castries organise une manifestation nommée LA NORDIQUE DE CASTRIES, composée de 2 épreuves :

- Marche loisir non chronométrée
- Marche Nordique chronométrée

LE SAMEDI 3 JUIN 2023 AU DOMAINE de SAINT JEAN DE L'ARBOUSIER à CASTRIES

Conditions d'inscription :

Toutes les inscriptions s'effectuent sur le site Endurance Chrono : <https://www.endurancechrono.com> jusqu'au jeudi 1 juin 20 h, ou sur place le jour de la course dans la limite des dossards disponibles.

MARCHE LOISIR non chronométrée : Parcours de 6 Km, avec ou sans bâtons.

Tarif = 6 € jusqu'au jeudi 1 juin 20h et 9 € le jour de la course

Départ : 9h40

Le bénéfice de cette course sera reversé à la Ligue contre le Cancer.

Epreuve ouverte à toutes les catégories à partir de cadets, licenciés ou non. Une autorisation parentale sera demandée aux mineurs.

Certificat médical non obligatoire sur la marche loisir.

MARCHE NORDIQUE chronométrée course support aux Championnats de l'Hérault de Marche Nordique.

Parcours de 11,6 Km : 4 boucles de 2,9 KM.

Départ : 9h30 - En fonction du nombre d'inscrits, un départ en ligne sera décidé, 1^{er} sas réservé aux Marcheurs Elite (+ de 8KM/H) et 2eme sas pour les licenciés FFA (-8 KM/H) ou le départ se fera en ligne sans sas préférentiel

Tarif = 12 € jusqu'au jeudi 1 juin 2023 et 15 € le jour de la course.

Epreuve ouverte à toutes personnes, hommes ou femmes, nés avant le 31 Décembre 2007 inclus (catégorie cadet à vétérans) licenciés ou non. Une autorisation parentale sera demandée aux mineurs.

Toute inscription doit être accompagnée d'une licence ou d'un certificat médical mentionnant « une Non contre-indication à la Marche Nordique en compétition », daté de moins d'1 an à la date de l'épreuve.

Les licences acceptées sont les suivantes :

Licence Athlé Compétition, Athlé entreprise, Athlé Running délivrée par la FFA ou d'un « pass j'aime courir ». Les autres licences délivrées par la FFA (santé, encadrement et découverte) ne sont pas acceptées.

Dossards :

Pour la Marche Nordique chronométrée, Le dossard doit être visible, fixé par 4 épingles de sureté, porté en intégralité pendant la durée de l'épreuve.

Le retrait des dossards aura lieu au Domaine de Saint Jean de l'Arbousier, le vendredi 2 juin de 16 h à 18 h ou le jour de la manifestation, à partir de 8h, sur présentation d'un pièce d'identité. Le retrait des dossards pour un tiers est possible sur présentation d'une pièce d'identité et d'une procuration.

Fin de remise des dossards à 9h pour la Marche chronométrée et à 9h10 pour la Marche Loisir.

Règles techniques Marche Nordique compétition :

Les gestes fondamentaux enseignés dans les clubs FFA sont les suivants :

- L'utilisation des bâtons « marche nordique » est obligatoire
- Il s'agit de propulser le corps à l'aide des quatre membres en exerçant une poussée au sol à l'impact du bâton. La pointe doit rester au sol jusqu'à la fin du mouvement.
- A chaque instant, le marcheur doit avoir un pied et un bâton en contact avec le sol, le bras et la jambe doivent toujours être en opposition
- Le pas de course est interdit
- La main et le coude de bras d'attaque doivent passer devant le buste puis derrière la fesse en fin de poussée.
- Le pied qui avance doit attaquer le sol avec le talon. Le pas glissé qui consiste à allonger au maximum la foulée en attaquant par le plat du pied est pénalisé
- La jambe d'attaque ne doit pas être tendue lors de son passage à la verticale du bassin
- L'alignement articulaire est obligatoire : Pied, genou, bassin, épaule en fin de propulsion de la jambe arrière, avec la main opposée derrière la hanche.
- L'abaissement du centre de gravité provoqué par le fléchissement des genoux est pénalisé

Juges et pénalités :

Le jury officiel est composé à minima d'un chef-juge désigné par le comité régional de Marche Nordique, dont le pouvoir de décision est sans appel. Il est assisté de juges fixes et mobiles, habilités par l'organisation. Ils pourront informer, conseiller, les marcheurs pour ajuster les techniques de marche. Ils sont souverains pour prendre les décisions relatives aux pénalités.

L'application des pénalités techniques est consultable sur le règlement marche Nordique Compétition de la FFA, disponible sur le lien : <https://www.atle.fr/asp.net/main.pdf/pdf.aspx...>

Le juge annoncera le N° de dossard, et la faute relevée tout en présentant un carton jaune au marcheur.

En cas d'incident particulier opposant marcheurs et/ou juges, le chef juge et l'organisation prendront les décisions nécessaires en fonction de la gravité de l'incident : exclusion, sanction disciplinaire

Les résultats seront affichés à la fin de l'épreuve.

Les réclamations seront portées dans les 30 minutes après l'affichage. Une réclamation officielle auprès du juge arbitre pourra être effectuée par écrit, auprès du juge arbitre, accompagnée d'un règlement de 100 €.

En fonction de l'évolution de la réglementation FFA, sera appliquée soit 1 tour de pénalité de 150 M, soit un Stop and Go de 30 secondes.

Ravitaillement :

Un ravitaillement est prévu sur le parcours, et un à l'arrivée. Il sera organisé en respect des consignes sanitaires du moment.

Des poubelles sont disposées sur les points de ravitaillement et doivent être utilisées. Tous participants vus par un juge ou un membre de l'organisation, en train de jeter ses déchets sera disqualifié.

Chronométrage

Le chronométrage est assuré par la société **Endurance Chrono**.

Récompenses :

Une cérémonie de récompense a lieu au terme de l'épreuve, sans cumul de prix

Seront récompensés, par l'organisateur LMNC :

- Les 3 premiers hommes et les 3 premières femmes au scratch.
- Les premiers et les premières de chaque catégorie de cadets à masters.

Seront récompensés, par le Comité départemental de l'Hérault pour les championnats départementaux les licenciés FFA Compétition uniquement

- Les 3 premiers hommes et les 3 premières femmes au scratch
- Les premiers et les premières de chaque catégorie de cadets à masters.
- La première équipe mixte (4 participants dont deux femmes et deux hommes) et au maximum 1 muté ou 1 étranger par équipe.

Il n'est pas prévu de récompense pour la Marche Loisir car ce n'est pas une course chronométrée mais une course solidaire.

Assurance :

Le club affilié à la FFA est couvert au titre de la responsabilité civile organisateur obligatoire prévu au terme des articles A.331-24 et A.331-25 du Code du Sport pour l'organisation de ces manifestations souscrites auprès de La MAIF sous le N° 034471.

Les licenciés bénéficient des garanties accordées par la licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer individuellement.

Par son engagement, chaque marcheur déclare être personnellement assuré et dégage la responsabilité des organisateurs pour tout accident physiologique survenant pendant l'épreuve, ou en découlant.

L'organisation décline toute responsabilité en cas de vols, perte d'effets personnels, dégradation de véhicules... qui surviendrait durant la manifestation.

Droits à l'image :

Les participants aux épreuves autorisent l'organisation à utiliser ou faire utiliser, à produire ou faire produire les images, voix, prestation sportive dans le cadre de l'évènement en vue de toute exploitation directe ou sous forme de dérivé et ce sur tous supports, documents promotionnels et publicitaires dans le monde entier et pour la durée la plus longue prévue par la loi, les règlements et les traités en vigueur.

RGPD :

Les informations communiquées à l'organisation sont nécessaires pour la participation à la Marche Nordique chronométrée. Elles font l'objet d'un traitement informatique et sont destinées au secrétariat de l'organisation.

Conformément à la RGPD de 2018, chaque coureur dispose d'un droit d'accès et de rectifications des données nominatives le concernant

Pour exercer ce droit et obtenir la communication des informations, il faut adresser un courrier à :

Association La Marche Nordique Castries, 23 Rue de la Pierre Bleue 34160 CASTRIES.

Contrôle anti dopage de l'épreuve chronométrée :

Tout compétiteur peut être soumis à un contrôle anti dopage, avant, pendant ou à l'arrivée. L'organisation s'engage à mettre des locaux à la disposition de la personne en charge du contrôle.

La réglementation en vigueur sera appliquée.

Sécurité et assistance médicale :

Le poste de secours est destiné à porter assistance à toute personne en danger, avec les moyens conventionnels ou propres à l'organisations.

Un PC Secours fixe regroupera Personnels de santé, kinésithérapeutes, médecin.

Pour faire appel aux secours un marcheur peut :

- Se présenter au PC Secours ou s'adresser aux bénévoles présents sur la manifestation
- Faire appeler le PC Secours par une autre personne. (Juges, jalonneurs)

Abandon et rapatriement : Si un marcheur abandonne l'épreuve, il devra prévenir un des juges sur le terrain ou une personne de l'organisation et lui rendre son dossard. Le PC Course sera alors informé.

Cas de force majeure :

En cas d'Arrêté préfectoral ou Municipal, de catastrophes naturelles, de vigilance météo orange ou rouge, ou toutes autres circonstances mettant en danger la sécurité des concurrents et du public, les organisateurs se réservent le droit d'annuler tout ou partie des activités proposées, sans que les engagés puissent prétendre à un quelconque dédommagement.

En cas d'annulation de la manifestation sportive, un avoir pourra être proposé sur demande.

Acceptation du règlement

Par son inscription, tout concurrent reconnaît avoir pris connaissance du présent règlement et en accepter toutes les clauses sous peine de disqualification.

