



Redeg E Plougastell
29470 PLOUGASTEL DAOULAS
☎ 06.10.79.17.89

LA PLOUGASTELL

Dimanche 12 mai 2019
6ème édition

REGLEMENT

Article 1

Le **Dimanche 12 mai 2019** sera organisée, par le club de course à pied **Redeg E Plougastell**, sous l'égide du Comité Départemental des Courses sur route, *la Plougastell*.

Article 2

Les épreuves de marche et de courses respecteront les horaires suivants (voir réserves):

- Courses « enfants » encadrées, par catégorie d'âge : à partir de 10h20 sur le site de l'espace Avel Sport (terrain en herbe),
- Marche nordique chronométrée et non chronométrée à 09h00 : PLOUGASTEL, espace AVEL SPORT,
- Randonnée pédestre à 09h05 : PLOUGASTEL, espace AVEL SPORT,
- Course courte 8 Km à 09h30 : Bourg de Plougastel Daoulas, place du calvaire,
- Course principale 14 Km à 10h00 : Bourg de Plougastel Daoulas, place du calvaire.

- *Réserves : les horaires indiqués sont susceptibles d'être retardés d'une demi-heure ou 1 heure.*

Les arrivées de toutes les épreuves seront jugées à la salle AVEL SPORT.

Article 3

Les épreuves de courses 8 Km et 14 Km et de la marche nordique chronométrée sont ouvertes aux coureurs licenciés et non licenciés de 16 ans et plus.

Pour être acceptée, toute inscription devra être accompagnée :

- ▶ Du numéro de licence pour les licenciés FFA
- ▶ D'une photocopie de la licence pour les licenciés à une autre fédération
- ▶ D'un certificat médical (ou copie certifiée conforme) mentionnant l'absence de contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition, datant de moins d'un an, pour les non licenciés.
- ▶ Les coureurs mineurs licenciés et non licenciés pourront prendre le départ des épreuves en présentant une autorisation parentale écrite et signée. Ils prendront le départ sous la responsabilité des parents.

Les épreuves des courses enfants sont ouvertes aux enfants nés de 2003 à 2011 : ils participent à cette épreuve sous la responsabilité de leurs parents.

La marche nordique non chronométrée et la randonnée sont ouvertes à tous, adultes et enfants. Ces derniers sont engagés dans cette épreuve sous la responsabilité de leurs parents.

Pour bénéficier du cadeau-souvenir remis à l'arrivée, chaque participant devra être en possession de son dossard.

Article 4

Le droit d'inscription est fixé à 7€ pour les épreuves de marches nordiques et randonnée et de 7€ pour les courses de 8 Km et de 14 Km.

Ce droit d'inscription sera majoré de 2€ pour les inscriptions sur place le 12/05/2019.

L'inscription aux courses « enfants » est gratuite, soumise à une autorisation parentale.

Article 5

Les dossards seront remis :

- Le samedi 11 mai 2019 à partir de 09h30 au super U de Plougastel Daoulas.
- le dimanche 12 mai 2019 à partir de 08h00 à l'espace AVEL SPORT, près du centre bourg de PLOUGASTEL.

Article 6

Les organisateurs sont couverts par une assurance « Responsabilité civile » souscrite auprès de la compagnie « Groupama », Agence Place du calvaire Plougastel Daoulas.

En matière « Individuelle Accident » il incombe aux participants de s'assurer personnellement.

Article 7

Une couverture médicale sera assurée par les organisateurs. Chaque concurrent participera sous son entière responsabilité. Toutefois le médecin de la course pourra mettre, hors course, tout coureur dont la santé lui semblera compromise par l'effort.

Article 8

Les points de ravitaillement sont prévus aux :

- Km 5 - Le Stang
- Km 9 - Pen An Néac'h Tangui
- Site d'arrivé - Espace Avel Sport