

5ème édition : Samedi 22 septembre 2018 ORGANISATION

L'association Grand Raid Insulaire organise Belle Ile en Trail avec le concours des communes Le Palais, Locmaria, Bangor, Sauzon , la Communauté de Communes de Belle Ile en Mer, le Conservatoire du Littoral, le Service des Espaces sensibles du Conseil General du Morbihan et le Conseil Régional de Bretagne

CONDITIONS DE PARTICIPATION

Pour participer, il est indispensable :

- d'être pleinement conscient de la longueur et de la spécificité de l'épreuve et d'être parfaitement entraîné pour cela
- d'avoir acquis, préalablement à la course, une réelle capacité d'autonomie personnelle permettant de gérer les problèmes induits par ce type d'épreuve, et notamment :
 - savoir affronter sans aide extérieure des conditions climatiques pouvant être très difficiles (nuit, vent, pluie)
 - savoir gérer les problèmes physiques ou mentaux découlant d'une grande fatigue, les problèmes digestifs, les douleurs musculaires ou articulaires, les petites blessures...
 - d'être pleinement conscient que le rôle de l'organisation n'est pas d'aider un coureur à gérer ces problèmes
 - d'être pleinement conscient que pour une telle activité de pleine nature la sécurité dépend de la capacité du coureur à s'adapter aux problèmes rencontrés ou prévisibles.

EPREUVES

Belle ile en Trail est un événement au sein duquel sont proposées plusieurs épreuves de pleine nature, empruntant les sentiers côtiers et chemins de Belle Ile en Mer.

Chaque épreuve se déroule en une seule étape, à allure libre, en un temps limité.

- L'Ultra des Vagues : environ 83km pour environ 2200mètres de dénivelé positif
- Le Trail du Ponant [Le Palais / Locmaria / Bangor / Le Palais] environ 45km pour environ 1000 mètres de dénivelé positif.
- La Palantine: environ 19km, 300 mètres de dénivelé positif.
- La Course du Sémaphore, une course d'environ 9km.

L'ULTRA DES VAGUES

L'Ultra des Vagues est une course ouverte à toute personne, homme ou femme, né en 1998 ou avant, (catégories espoirs à vétéran), licenciés ou non. Distance : 83 Km

Départ : 07h00 Le Palais

Temps limite : 14h00

3 barrières horaires :

- Bangor à 13h00 soit 6 heures de course.
- Apothicairerie à 17h00 soit 10 heures de course.
- Sauzon à 19h00 soit 12 heures de course.

Engagement : 60€

Matériel obligatoire :

- Ravitaillement personnel avec une réserve d'eau ou boisson énergétique de 1,5l.
- Couverture de survie, sifflet et coupe-vent.
- Téléphone portable
- Puce électronique du chronométrage
- Frontale avec réserve de pile
- Gobelet

Matériel conseillé selon la météo :

- Crème solaire, casquette

Matériel interdit :

- Pour la protection du sentier côtier, les bâtons sont interdits.

Ravitaillement :

- 5 postes de ravitaillement sont à disposition : Locmaria, Bangor, Apothicairerie, Sauzon, arrivée.

Nombre de coureurs : 500 coureurs maximum.

LE TRAIL DU PONANT

Le Trail du Ponant est une course ouverte à toute personne, homme ou femme, né en 1998 ou avant, (catégories espoirs à vétéran), licenciés ou non. Distance : 45 Km

Départ : 10h00 Le Palais

Temps limite : 8h00

1 barrière horaire :

- Bangor à 16h00 soit 6 heures de course.

Engagement : 45€

Matériel obligatoire :

- Ravitaillement personnel avec une réserve d'eau ou boisson énergétique de 1,5l.
- Couverture de survie, sifflet et coupe-vent.
- Téléphone portable
- Puce électronique du chronométrage
- Gobelet

Matériel conseillé selon la météo :

- Crème solaire, casquette

Matériel interdit :

- Pour la protection du sentier côtier, les bâtons sont interdits.

Ravitaillement :

- 3 postes de ravitaillement sont à disposition : Locmaria, Bangor, arrivée.

Nombre de coureurs : 500 coureurs maximum.

LA PALANTINE :

La Palantine est une course ouverte à toute personne, homme ou femme, né en 2000 ou avant, (à partir de juniors), licenciés ou non. Distance : 19 Km

Départ : 10h30 Le Palais

Engagement : 23€

Matériel obligatoire :

- Ravitaillement personnel avec une réserve d'eau ou boisson énergétique de 1,5l.
- Téléphone portable
- Puce électronique du chronométrage
- Gobelet

Matériel conseillé selon la météo :

- Crème solaire, casquette

Matériel interdit :

- Pour la protection du sentier côtier, les bâtons sont interdits.

Ravitaillement :

- 1 poste de ravitaillement est à disposition à l'arrivée.

Nombre de coureurs : 500 coureurs maximum.

LA COURSE DU SEMAPHORE :

La Course du Sémaphore est une course ouverte à toute personne, homme ou femme, né en 2000 ou avant, (à partir de cadets), licenciés ou non. Distance : 9 Km

Départ : 11h00 Le Palais

Engagement : 14€

Matériel obligatoire :

- Ravitaillement personnel avec une réserve d'eau ou boisson énergétique.
- Téléphone portable
- Puce électronique du chronométrage
- Gobelet

Matériel conseillé selon la météo :

- Crème solaire, casquette

Matériel interdit :

- Pour la protection du sentier côtier, les bâtons sont interdits.

Ravitaillement :

- 1 poste de ravitaillement est à disposition à l'arrivée.

Nombre de coureurs : 500 coureurs maximum.

SEMI AUTO-SUFFISANCE

Le principe de course individuelle en semi autosuffisance est la règle.

En particulier :

1) Chaque coureur doit avoir avec lui pendant toute la durée de la course la totalité de son matériel obligatoire (voir paragraphe EQUIPEMENT).

2) Des postes de ravitaillement sont approvisionnés en boissons et nourritures. Le coureur peut y assurer le remplissage des gourdes, bidons ou poches a eau. **Aucun gobelet ne sera distribué sur les lieux de ravitaillement.** En absence de gourdes, le gobelet personnel est nécessaire pour boire. Le coureur doit veiller à disposer, au départ de chaque poste de ravitaillement, de la quantité d'eau et d'aliments qui lui est nécessaire pour rallier le point de ravitaillement suivant.

3) Une assistance personnelle est tolérée uniquement sur les points de ravitaillement. Cette assistance ne peut être assurée que par une seule personne.

4) Il est interdit de se faire accompagner pendant tout ou partie de la course par une personne non inscrite, hors des zones de tolérance clairement signalées à proximité des postes de ravitaillement.

CLASSEMENTS ET RECOMPENSES

Pour les 4 courses, seuls les coureurs arrivant à Le Palais seront classés.

Aucune prime en argent n'est distribuée. Pour chaque course, un classement général homme et femme et un classement pour chaque catégorie homme et femme sont établis.

GUIDE

Un guide est remis gracieusement à chaque coureur lors de la remise des dossards : Il comprend les cartes du parcours et les informations pratiques telles que les heures limites de passage, les lieux de ravitaillements, les postes de secours, les postes de soins, ainsi que les lieux d'accès pour les accompagnateurs.

INSCRIPTIONS / ANNULATIONS

Les inscriptions se feront exclusivement par internet

Tous les coureurs(ses) devront s'inscrire en ligne et déposer une adresse email. Pas d'inscription sur place.

Pas de changement de course sur place.

Les inscriptions se déroulent en six temps.

1/ acte de candidature "groupe" du 15 au 30 novembre 2017.

2/ tirage au sort le 1^{er} décembre 2017

3/paiement, confirmation du 2 au 15 décembre 2017

4/ acte de candidature "particuliers" du 2 au 15 janvier 2018

5/ tirage au sort le 16 janvier 2018

6/ paiement, confirmation du 17 au 31 janvier 2018.

Précisions : 50% des places sont accordées aux groupes. 50% aux particuliers.

Définition du groupe : 4 personnes mini. 20 personnes maxi. (Associations, comités d'entreprise, amis, compagnons de courses, conjoint(e)).

Le seul intérêt de l'inscription en groupe est d'avoir le même résultat au tirage au sort pour tous les membres du groupe, positif ou négatif.

Un groupe peut être composé de coureurs sur des courses différentes dont il faut préciser le nombre dès le premier positionnement ; ce dernier étant définitif.

Le tirage au sort présente un classement aléatoire (proposé par l'outil excel) des groupes candidats. Ceux-ci sont examinés un à un dans l'ordre proposé.

Le groupe est retenu si sa composition ne fait pas dépasser le quota de 50% du nombre de coureurs autorisés dans aucune des courses. Dans le cas contraire, le groupe, dans sa totalité, n'est pas retenu.

Un paiement unique pour l'ensemble du groupe est demandé.

Les coureurs non retenus au tirage au sort "groupe" peuvent donc se présenter comme particuliers.

ATTENTION :

L'inscription est validée si et seulement si les deux conditions suivantes sont réunies dès le premier contact :

1/ Présentation du certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied (ou à la pratique de l'athlétisme) en compétition signé par un médecin du sport ou généraliste après le 22 septembre 2017.

2/ Règlement par carte bancaire. L'organisation de Belle Ile en Trail se réserve le droit d'utiliser cette adresse email à l'envoi d'une lettre d'information. Chaque coureur(se) pourra se désabonner de cette lettre d'information selon son souhait.

Seul(e)s, les inscrit(e)s, présentant un certificat médical justifiant leur annulation dans un délai maximum de 10 jours après la date de l'épreuve, pourront bénéficier du remboursement de l'engagement.

TRANSPORTS MARITIMES

Les coureur(euse)s et leurs accompagnateurs utilisent les moyens de transport de leur choix pour se rendre à Belle Ile. Le site internet de l'organisation les informe des diverses solutions.

La Compagnie Océane, partenaire de l'événement, propose aux coureurs et coureuses engagées sur l'une des quatre épreuves, un tarif privilégié.

ATTENTION : La réservation des titres de transports maritimes de la Compagnie Océane s'effectue uniquement par téléphone et après réception du courrier électronique confirmant l'inscription.

SECURITE ET ASSISTANCE MEDICALE

Des postes de secours sont implantés en divers points des parcours. Ces postes sont en liaison radio ou téléphonique avec le PC de la course. Une équipe médicale de régulation est présente pendant toute la durée des épreuves au PC course de Le Palais.

Les postes de secours sont destinés à porter assistance à toute personne en danger avec les moyens propres à l'organisation ou conventionnés.

Il appartient à un coureur en difficulté ou sérieusement blessé de faire appel aux secours

- en se présentant à un poste de secours
- en appelant le PC course
- en demandant à un autre coureur de prévenir les secours

Il appartient à chaque coureur de porter assistance à toute personne en danger et de prévenir les secours.

N'oubliez pas que des aléas de toute sorte, liés à l'environnement et à la course, peuvent vous faire attendre les secours plus longtemps que prévu. Votre sécurité dépendra alors de la qualité de ce que vous avez mis dans votre sac.

Un coureur faisant appel à un médecin ou un secouriste se soumet de fait à son autorité et s'engage à accepter ses décisions.

Les secouristes et médecins officiels sont en particulier habilités :

- à mettre hors course tout concurrent inapte à continuer l'épreuve
- à faire évacuer par tout moyen à leur convenance les coureurs qu'ils jugeront en danger

ABANDON ET RAPATRIEMENT

Sauf blessure, un coureur ne doit pas abandonner ailleurs que sur un point de contrôle. Il doit alors prévenir le responsable de poste, qui invalide définitivement son dossard. Le coureur conserve son dossard car c'est son laissez-passer pour accéder aux navettes et salles de soins. Le rapatriement sera décidé avec le chef de poste ; une navette se rendra sur les lieux suite à la confirmation téléphonique de l'abandon au PC course.

En cas de conditions météo défavorables justifiant l'arrêt partiel ou total de la course, l'organisation assure le rapatriement des coureurs arrêtés dans les meilleurs délais possibles.

En cas d'abandon avant un point de contrôle, il est impératif de revenir au point de contrôle précédent et de signaler son abandon au chef de poste. En cas d'abandon avant un point de contrôle, de retour en arrière, et de rencontre avec les fermiers, ceux-ci invalident le

dossard. Le coureur n'est alors plus sous le contrôle de l'organisation.

ASSURANCE

Responsabilité civile : L'organisateur souscrit une assurance responsabilité civile pour la durée de l'épreuve.

Cette assurance responsabilité civile garantit les conséquences pécuniaires de sa responsabilité, de celle de ses préposés et des participants.

Individuelle accident : Chaque concurrent doit être en possession d'une assurance individuelle accident couvrant d'éventuels frais de recherche et d'évacuation. Une telle assurance peut être souscrite auprès de tout organisme au choix du concurrent.

PENALISATION ET DISQUALIFICATION

Des commissaires de course présents sur le parcours, et les chefs de poste des différents points de contrôle et de ravitaillement sont habilités à faire respecter le règlement et à appliquer immédiatement les sanctions en cas de non-respect, selon le tableau suivant :

MANQUE AU REGLEMENT	SANCTIONS
Dépassement de coureurs sur les zones interdisant le doublement	Disqualification immédiate
Coupe représentant un raccourci important	Disqualification immédiate
Coupe ne représentant pas un raccourci important mais effectuée hors de tout sentier ou via un raccourci fermé	Disqualification immédiate
Absence de matériel obligatoire de sécurité	Disqualification immédiate
Refus d'un contrôle du matériel obligatoire	Disqualification immédiate
Jet de détritus (acte volontaire) par un concurrent ou un membre de son Entourage	Disqualification immédiate
Non-respect des personnes (organisation Disqualification immédiate ou coureurs) Non-assistance à une personne en difficulté.	Disqualification immédiate
Assistance en dehors des zones autorisées	Disqualification immédiate
Triche (ex : utilisation d'un moyen de transport, partage de dossard, /)	Disqualification immédiate et à vie
Défaut de dossard visible	Disqualification immédiate
Refus d'obtempérer à un ordre de la direction de la course, d'un commissaire de course, d'un chef de poste, d'un médecin ou d'un secouriste	Disqualification immédiate
Absence d'une puce électronique	Selon décision du jury de course
Absence de passage à un point de contrôle	Selon décision du jury de course
Refus contrôle anti-dopage	Le coureur sera sanctionné de la même façon que s'il était convaincu de dopage.

Tout autre manquement au règlement fera l'objet d'une sanction décidée par le Jury de Course.

Un contrôle électronique, supervisé par des commissaires de course, est effectué à l'arrivée à tout poste de secours ou de ravitaillement.

Des postes de contrôle volants sont mis en place en d'autres endroits que les postes de secours et de ravitaillement. Leur localisation n'est pas communiquée par l'organisation.

CONTROLE ANTI-DOPAGE

Tout compétiteur peut être soumis à un contrôle antidopage pendant ou à l'arrivée de l'épreuve. En cas de refus ou d'abstention, le sportif sera sanctionné de la même façon que s'il était convaincu de dopage

JURY D'EPREUVE

Il se compose :

- de deux membres du conseil d'administration de l'Association Grand Raid Insulaire.
- du directeur de course
- d'un représentant des coureurs
- et toute personne choisie pour ses compétences par le président et le directeur de course

Le jury est habilité à statuer dans le délai compatible avec les impératifs de la course sur toutes les réclamations formulées durant l'épreuve. Les décisions sont sans appel.

MODIFICATIONS OU ANNULATIONS MODIFICATIONS DU PARCOURS OU DES BARRIERES HORAIRES

L'organisation se réserve le droit de modifier à tout moment le parcours et les emplacements des postes de secours et de ravitaillement, sans préavis.

En cas de conditions météo trop défavorables (importantes quantités de pluie et/ou vents très forts) le départ peut être reporté.
En cas de mauvaises conditions météorologiques, et pour des raisons de sécurité, l'organisation se réserve le droit d'arrêter l'épreuve en cours ou de modifier les barrières horaires. Toute décision sera prise par le jury d'épreuve.

DROITS A L'IMAGE

Tout concurrent renonce expressément à se prévaloir du droit a l'image durant l'épreuve, comme il renonce a tout recours a l'encontre de l'organisateur et de ses partenaires agréés pour l'utilisation faite de son image. Toute communication sur l'événement ou utilisation d'images de l'événement devra se faire dans le respect du nom de l'événement.