

# A seconda cullata di u Capizzolu

C'est avec un immense plaisir que nous vous annonçons le lancement de la seconda cullata di u Capizzolu . Organisé par l'association I Cervi Venachesi le samedi 10 Mai 2025 à Venaco à partir de 7H30 sur la place du pont.

Cette épreuve est organisée sous la forme d'un contre la montre au travers de 3 distances:

- 1,7Km assortie d'un dénivelé de 500 m positif.
- 3,5Km assortie d'un dénivelé de 1 000 m positif.
- 5,3 Km assortie d'un dénivelé de 1 500 m positif avec une arrivé au sommet du capizzolu.

Le départ et l'arrivée se feront de la place du pont à Venaco à partir de 8h30.

Le Retrait des dossards se fera le jour de la course de 7h30 à 8h 30 place du pont-20231 Venaco.

Chaque coureur se verra remettre une dotation en complément de son dossard qui comprendra au minimum :

- Le dossard
- Un ticket donnant accès au petit déjeuner (café – thé – canistrelli)
- Un ticket pour le déjeuner donnant l'accès au buffet et à une boisson.

Il sera prévu des bons pour les accompagnants des coureurs qui devront être retirés au niveau des inscriptions pour un coût de 5€ par personne. Ces bons sont réservés aux accompagnants qui devront donner le nom et le numéro de dossard du coureur qu'il accompagne. Ces bons seront gratuits pour les enfants de –12 ans.

L'évènement se déroulera au cœur du village et est co-organisé par l'ensemble des commerçants qui proposeront des activités et des animations complémentaires tout au long de la journée. Il sera aussi possible de se restaurer et de consommer dans l'ensemble des commerces.

## 0. ORGANISATION

La course «a seconda cullata di u Capizzolu » est organisé par l'association I Cervi Venachesi soutenu par la commune de Venaco et de nombreux bénévoles. Le présent règlement s'applique à l'épreuves nommée «a seconda cullata di u Capizzolu ». Il a été rédigé en corrélation avec le règlement FFA (fédération française d'athlétisme) concernant les courses hors stade, consultable sur le site de la FFA.

## 1. PRÉSENTATION DE LA COURSE

Présentation des courses

L'organisation attire l'attention des coureurs sur le fait que, selon les systèmes et les réglages utilisés, les tracés des courses pourront donner des résultats différents.

A seconda cullata di u Capizzolu

- Course organisée sous forme d'un contre la montre.
- 3 Distances sont proposées :
  - 1,7Km assortie d'un dénivelé de 500 m positif.
  - 3,5Km assortie d'un dénivelé de 1 000 m positif.

- 5,3 Km assortie d'un dénivelé de 1 500 m positif avec une arrivée au sommet du capizzolu.
- L'ensemble des formats sont ouvert à partir de la catégorie Junior.
- Course alpine, la fin du parcours est aérienne typée montagne, avec une arrivée à 2106m.
- Départ samedi 11 mai 2024 à 8h30, en cas de mauvaises conditions météorologiques le KM Vertical pourra être reporté au dimanche 12 mai 2024.

## 2. ORGANISATION DES INSCRIPTIONS

Inscriptions à partir du lundi 25 mars 2024 à 9h00. L'inscription sera possible sans passer par un tirage au sort jusqu'à épuisement des places disponibles. Les inscriptions se feront via le site

<https://www.sportimers.com>

## 3. DROITS D'ENGAGEMENT

- Inscriptions sur internet avec paiement sécurisé par carte bancaire jusqu'à la veille de la course pour un montant de 25€.
- Inscriptions enregistrées sur place le jour de la course pour un montant de 25€ (Chèque ou espèce).

Les droits d'engagement comprennent tous les services décrits dans le présent règlement.

## 4. PARTICIPATION

L'épreuve est ouverte aux licenciés et non licenciés, de toutes nationalités, dont l'âge correspond aux critères catégorie/distance de la FFA. L'épreuve est ouverte à partir de la catégorie junior.

## 5. CATEGORIE DE LA COURSE

Catégorie homme et femme – 23 ans (année limite de naissance 2005)

Catégorie homme et femme de 23 ans à 55 ans (année limite de naissance de 2006 à 1970)

Catégorie homme et femme + 55 ans (année limite de naissance de 1971)

## 6. CERTIFICAT MÉDICAL, LICENCE, QUESTIONNAIRE DE SANTÉ POUR LES MINEURS

Pour pouvoir participer à la course, vous devez impérativement fournir au moment du retrait du dossard :

- Un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition ou de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, datant de moins de un an à la date de la compétition. Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la possession du certificat médical.
- Ou une des licences ci-dessous
- la licence FFA (plus précisément licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé running délivrée par la FFA, ou d'un «Pass' J'aime Courir» délivré par la FFA.

- une licence sportive délivrée par une fédération uniquement agréée 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.

Les originaux de ces documents sont obligatoires lors du retrait des dossards. *Pour les mineurs, une autorisation parentale sera nécessaire.*

## 7. INSCRIPTIONS

En s’inscrivant, chaque coureur prend personnellement les engagements suivants :

Je déclare avoir réellement pris connaissance du règlement et de l’éthique de la course.

Je comprends et j’approuve les conditions de participation figurant dans le présent règlement.

Je m’engage à respecter le règlement en tous points.

Je déclare être en possession d’une assurance individuel accident couvrant les frais de secours, de recherche et d’évacuation en France.

Je déclare m’être renseigné sur les contre-indications médicales qui pourraient me concerner et, en conséquence, décharger l’organisation de tout problème médical pouvant survenir pendant l’épreuve du fait d’une négligence de ma part.

Je déclare avoir satisfait à l’obligation de consultation médicale préalable matérialisé par la fourniture d’un certificat médical d’absence de contre-indication à la pratique de la course à pied, m’être renseigné sur les contre-indications médicales susceptibles de me concerner et en conséquence, décharger l’organisation de tout problème médical pouvant survenir pendant l’épreuve me concernant.

J’accepte de me soumettre aux contrôles qui pourront être effectués de manière fixe ou aléatoire tout au long du parcours ainsi que les décisions qui pourraient être prises à mon encontre.

Toute inscription est personnelle, ferme et définitive, et ne peut faire l’objet de remboursement pour quelque motif que ce soit.

Tout engagement est personnel. **Aucun transfert d’inscription n’est autorisé pour quelque motif que ce soit.** Toute personne rétrocédant son dossard ou son inscription à une tierce personne, sera reconnue responsable en cas d’accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l’épreuve. **Toute personne disposant d’un dossard ou d’une inscription acquis en infraction avec le présent règlement sera disqualifiée sans remboursement.** Le coureur pris en flagrant délit de revente de dossard, verra son inscription annulée sans remboursement.

Le dossard devra être entièrement lisible lors de la course. L’organisation décline toute responsabilité en cas d’accident face à ce type de situation.

## 8. ANNULATION D'INSCRIPTION

Aucune demande de remboursement ne pourra être acceptée par l’organisations.

## 9. ANNULATION EN CAS DE FORCE MAJEURE

Avant le départ des courses

En cas de « force majeure », conditions météorologiques (alerte météorologique orange ou rouge) empêchant la pratique de la course à pied en compétition, catastrophes naturelles (séisme, tempête) ou événements politiques majeurs (révolution, guerre, attentats) hors pandémie, forçant l'organisateur à annuler l'évènement, 50 % des droits d'inscription réellement encaissés seront remboursés.

Ce remboursement sera effectué par recrédit de votre carte bancaire. Pour pouvoir bénéficier de ce remboursement vous devrez impérativement faire une demande sur votre profil d'inscription avant le 15 juillet 2024.

Pendant les courses

En cas de « force majeur », l'organisateur peut arrêter la course. Dans ce cas, le coureur arrivant sur un point de ravitaillement ou de contrôle devra suivre les consignes données par les bénévoles et aura l'obligation de les respecter. Aucun remboursement ne pourra être réclamé.

## 10.REPORT DE COURSE

En cas de « force majeure », conditions météorologiques (alerte météorologique orange ou rouge) empêchant la pratique de la course à pied en compétition, catastrophes naturelles (séisme, tempête) ou événements politiques majeurs (révolution, guerre, attentats) hors pandémie, forçant l'organisateur à reporter la course, les coureurs ne pouvant prendre le départ de la course reportée ne pourront pas demander un remboursement des droits d'inscription réellement encaissés.

## 11.ASSURANCE

Assurance annulation :

Tous les participants à la course peuvent souscrire, lors de leur inscription, une assurance annulation.

Cette assurance « annulation » est proposée au moment de l'inscription sur la plateforme d'inscription, dont la police est consultable via ce lien. Cette option doit être souscrite avant la validation de la commande. Cette option permet au participant, sous certaines conditions établies par l'assureur choisi par l'organisateur, de se faire rembourser les droits d'inscription payés.

Si le coureur n'a pas souscrit d'assurance annulation il ne pourra faire aucune demande de remboursement auprès de l'organisation.

Responsabilité civile :

Conformément à la législation en vigueur, l'Organisateur a souscrit une assurance couvrant les conséquences pécuniaires de sa responsabilité civile, celle de ses préposés et de tous les participants à la course. En ce qui concerne la responsabilité civile des participants, l'intervention de cette assurance pour ces derniers est limitée aux accidents qu'ils pourraient causer à l'occasion du déroulement de a seconda a cullata di u capizzolu. Cette garantie interviendra en complément ou à défaut d'autres assurances dont les participants pourraient bénéficier par ailleurs. Un justificatif peut être communiqué à tout participant sur simple demande.

Domage matériel :

L'organisateur décline toute responsabilité en cas de dommages (vol, bris, perte, ...) subis par les biens personnels des participants, et ceux même si l'organisateur en assure la surveillance. Le

participant, en sa qualité de propriétaire, accepte expressément conserver la garde de ses biens personnels pendant l'évènement. Sont notamment visés tous dommages subis par les biens personnels du participant pendant qu'ils sont laissés dans les sacs coureurs mis en place pendant l'évènement par l'organisateur. Les participants ne pourront donc se retourner contre l'organisateur pour tout dommage causé à leur équipement. La souscription d'une assurance garantissant ces risques est du ressort de chacun.

## 12.RAVITAILLEMENTS

**La Course a Seconda Cullata di u Capizzolu se déroulent en semi-autonomie.** La semi-autonomie est définie comme étant la capacité à être autonome entre deux points de ravitaillements, aussi bien sur le plan alimentaire que celui de l'équipement vestimentaire et de sécurité, permettant notamment de s'adapter aux problèmes rencontrés ou prévisibles (mauvais temps, problèmes physiques, blessures...).

Seuls les coureurs porteurs d'un dossard visible et dûment contrôlés ont accès aux postes de ravitaillement.

Il appartient aux coureurs d'estimer leurs besoins en eau et en nourriture entre deux points de ravitaillements. La quantité d'eau imposée dans la liste du matériel obligatoire est une quantité minimum à prévoir, il appartient ensuite à chaque coureur d'estimer ses besoins et de prévoir son eau et sa nourriture en fonction.

Il sera proposé 3 points de ravitaillements proposant : eau plate, eau gazeuse , cola, thé, fruits.

Tout coureur vu en train de jeter ses déchets sur le parcours sera pénalisé. Des poubelles permettant le tri des déchets et le compostage sont disposées en grand nombre sur chaque poste de ravitaillement et doivent impérativement être utilisées.

L'assistance individuelle est interdite.

## 13.ASSISTANCE

Les accompagnants sont interdits.

L'assistance individuelle est interdite, de même que l'accompagnement en course.

## 14.COMPORTEMENT EN COURSE

Si, sur la base du rapport d'un membre de l'organisation, le jury de course est convaincu qu'un athlète a quitté le parcours balisé (réduisant ainsi la distance à parcourir), a reçu toute forme d'aide pour gérer son allure ou en dehors des zones de ravitaillement autorisées, ou n'a pas respecté toute disposition du règlement spécifique de la course, pourra être disqualifié ou se verra infliger la pénalité prévue par le règlement spécifique de l'épreuve de la rubrique "Pénalisation / disqualification".

## 15.EQUIPEMENT

L'équipement requis est conforme aux règles administratives et techniques spécifiques aux trails éditées par la FFA. Chaque coureur s'engage à posséder le matériel de sécurité imposé dans le présent règlement pendant toute la durée de la course (avant le départ, pendant la course, dans l'aire d'arrivée) et à le présenter à toute réquisition de l'organisateur durant la totalité de l'épreuve.

A tout moment des contrôles pourront être faits durant l'épreuve afin d'assurer de parfaites conditions de régularité de course, **le coureur a l'obligation de se soumettre à ces contrôles avec cordialité, en cas de refus de la part d'un coureur de se faire contrôler ou en cas de non respect de la pénalité appliquée celui-ci se verra disqualifié.**

Attention pas de gobelet sur les ravitaillements de l'ensemble de la course.

Il appartient aux coureurs d'estimer leurs besoins en eau et en nourriture entre deux points de ravitaillements. La quantité d'eau imposée dans la liste du matériel obligatoire est une quantité minimum à prévoir, il appartient ensuite à chaque coureur d'estimer ses besoins et de prévoir son eau et sa nourriture en fonction.

- Les bâtons sont interdits sur ces courses.
- Matériel obligatoire :
  - Réserve d'eau de 0,50 litre minimum
  - Gobelet
  - Veste coupe-vent avec capuche ou veste imperméable avec capuche en fonction des conditions météo.
  - 1 Couverture de survie

## 16.DOSSARDS

Le dossard doit être visible pendant la totalité de la course. Le dossard doit être porté sur la poitrine ou le ventre, il est interdit de positionner le dossard dans le dos ou sur le sac à dos. L'utilisation d'une ceinture porte dossard est autorisée.

## 17.REMISE DES DOSSARDS

La remise des dossards se fera le jour de la course entre 7H 30 et 8H30.

## 18.BARRIÈRES HORAIRES

Les barrières horaires sont les suivantes :

- Ravitaillement du 500 D+ : 10H00
- Ravitaillement du 1000 D+ : 10H45
- Ravitaillement du 1500 D+ : 11H30

Les barrières horaires indiquées ci-dessous sont données à titre indicatif, elles pourront être modifiées en cas de nécessité pour la sécurité des participants. 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.

Le temps maximal et les barrières horaires tout au long des courses tiennent compte des éventuels ralentissements (bouchons, contrôle matériel, attente aux ravitaillements). Aux coureurs de prendre les mesures nécessaires pour calculer leur temps de course.

Le temps maximum de course, lui, est calculé en fonction de l'heure de départ.

L'ordre de départ est l'ordre croissant ITRA des coureurs.

## 19. REGLEMENT DE L'EPREUVE

Chaque coureur a la liberté de s'arrêter à l'un des 3 points de ravitaillements. Pour que son temps soit retenu il doit le signaler au chef de poste qui aura bipper son passage à l'aide d'une raquette.

Pour que le temps de chaque coureur soit retenu définitivement le coureur doit être de retour au point de départ avant 14H00. Il devra signaler à la table d'arrivée son nom prénom et numéro de dossard.

Le retour de chaque coureur doit se faire par le même chemin que celui de montée sous peine de disqualification.

Le coureur qui arrive depuis l'arrière à la priorité. Les coureurs ne laissant pas le passage peuvent se voir disqualifiés.

## 20. ABANDONS

En cas d'abandon, le concurrent doit obligatoirement prévenir le responsable du poste de ravitaillement ou de contrôle le plus proche, et bien préciser son numéro de dossard. Si aucun membre de l'organisation n'est présent à côté du coureur qui abandonne ce dernier devra contacter le PC course pour signaler son abandon. Le numéro du PC course est le 0621352150 ou le 0621746240.

En cas d'abandon, le dossard sera récupéré par le chef de poste, le coureur sera invité à emprunter le chemin inverse pour retourner à l'arrivée.

## 21. MODIFICATION DU PARCOURS

En cas de conditions météo trop défavorables (importantes quantités de pluie et de neige en altitude, fort risque orageux...) et suite à la décision du jury de course, l'organisation se réserve le droit de modifier les horaires de départ, les parcours et les barrières horaires.

Les coureurs seront prévenus de ces changements par l'envoi d'un SMS et d'un mail. Toutes les informations seront également affichées sur les lieux névralgiques de la course (départ des courses, retrait des dossards).

## 22. SÉCURITÉ

Une équipe médicale sera présente pendant toute la durée de l'épreuve.

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

- En appelant le PC course (numéro noté sur le dossard des coureurs)
- 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.

Tout problème ou accident devra être immédiatement signalé au poste de contrôle le plus proche. 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 frais résultants de l'emploi de moyens de secours ou d'évacuation exceptionnels seront supportés par la personne secourue qui devra également assurer son retour de l'endroit où elle aura été évacuée. Il est du seul ressort du coureur de constituer et présenter un dossier à son assurance personnelle dans le délai imparti.

En cas d'impossibilité de joindre le PC course, vous pouvez appeler directement les organismes de secours (plus particulièrement si vous vous trouvez dans une zone « urgences seulement ») 112 depuis la France.

## 23.REMISE DES PRIX

Seront récompensés selon 3 catégories les meilleurs coureurs du premier des 3 points d'arrivées définis (+ 500D+ ; +1000D+ ; +1500D+) :

- Classement général Homme et Femme (du 1<sup>er</sup> au 3<sup>-ème</sup>)
- Meilleur homme et femme de moins de 23 ans (année limite de naissance 2005)
- Meilleur homme et femme de + 55 ans (année limite de naissance de 1970)
- Un maillot à poids récompensant le meilleur temps toutes courses confondues au KV (homme et femme).

## 24.DROIT D'IMAGE

Participants :

Chaque participant autorise expressément les organisateurs de la course ainsi que leurs ayants droit tels que les titulaires d'une licence d'exploitation, les partenaires et les médias à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles il pourrait apparaître, prises à l'occasion de sa participation à la course, sur tous supports y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires, dans le monde entier et pour la durée la plus longue prévue par la loi, les règlements, les traités en vigueur, y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée.

Dans le cadre d'un mineur non-émancipé, l'inscription emporte accord des parents d'utilisation des images de l'enfant mineur.

## 25.POLITIQUE DE SANTÉ

En raison des défis physiques et environnementaux uniques associés à la pratique du trail-running, y compris, mais sans s'y limiter, les distances extrêmes, les conditions météorologiques variables, les altitudes extrêmes, les terrains difficiles et potentiellement instables, le potentiel manque de visibilité ou la pratique de nuit, l'objectif de la présente Politique de Santé est de protéger la santé des participants et d'augmenter la sécurité pendant la compétition.

Cette Politique de Santé s'inscrit dans un suivi de la santé des participants avant et pendant la compétition ainsi que la gestion de la sécurité des participants pendant la compétition. Cette Politique de Santé s'applique à tous les participants.

Comme condition de participation, chaque participant s'engage à :

Déclarer dans le cadre en vigueur par l'Organisation, tout antécédent médical et/ou liste de conditions médicales ainsi que l'utilisation de tout traitement régulier, de tout médicament (sur ordonnance et sans ordonnance) ou de tout complément alimentaire dans les 30 jours précédant le début de la compétition.

Accepter dans le cadre de la présente Politique de Santé de répondre à toute demande de rendez-vous sur place ou à distance (téléphone ou visioconférence) dans les 30 jours avant le début de la compétition et jusqu'à 15 jours après la compétition pour répondre à toute préoccupation de santé et/ou de sécurité en lien notamment avec des résultats d'analyses.

Se conformer à la liste des interdictions publiée chaque année par l'Agence Mondiale Antidopage (AMA) et ne pas utiliser de substances incluses dans le Programme de Surveillance de l'AMA.

Dans le cadre de la surveillance de la santé et de la sécurité des participants au travers de la présente Politique de Santé, accepter tous les prélèvements d'urine et/ou de sang et/ou de cheveux et/ou de salive dans les 30 jours avant le début de la compétition et jusqu'à 15 jours après la compétition sachant que tous les frais de prélèvements et d'analyses restent entièrement à la charge de l'Organisation.

Dans le cadre de la protection de la santé et de la sécurité des participants en compétition, les prises suivantes ne sont pas autorisées 24 heures avant et pendant la compétition (et peuvent être évaluées à partir des échantillons d'urine et/ou de sang et/ou de cheveux et/ou de salive prélevés) : Antalgiques (hors paracétamol/acétaminophène) incluant le Tramadol / Anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) quel que soit le mode d'administration / Cannabidiol (CBD) pour des raisons de sécurité.

Interdictions supplémentaires en matière de santé et de sécurité : Dans les 60 jours avant le début de la compétition et pendant la compétition : Perfusion intraveineuse de fer. Dans les 7 jours avant le début de la compétition et pendant la compétition : Perfusion intraveineuse (sauf si associée à une intervention médicale définie avec avis d'intervention et bilan). Hormones de synthèse thyroïdienne sauf en cas d'ablation partielle ou totale de la thyroïde ou d'hypothyroïdie d'origine médicale.

En cas de :

Manquement avéré, refus ou transmission d'informations erronées en lien avec la présente Politique de Santé.

Manquement avéré en rapport avec l'utilisation éventuelle d'une substance et/ou méthode non autorisée par la présente Politique de Santé, dans les périodes précédant la compétition ou pendant la compétition, principalement sur la base des analyses réalisées dans le cadre de la présente Politique de Santé.

Condition médicale incompatible avec la participation et/ou la poursuite de la compétition après vérification des informations de santé et/ou tout autre moyen d'investigation.

Le participant s'engage à accepter les décisions ou sanctions de l'Organisation pouvant aller à titre d'exemple d'un simple avertissement ou d'une non-participation avant la compétition jusqu'au déclassement après la compétition.

## 26. PÉNALISATION – 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 (\*) une pénalité en cas de non-respect, selon le tableau suivant :

- Absence de matériel obligatoire de sécurité : 30 secondes
- Assistance en dehors des zones autorisées : 15 secondes
- Défaut de dossard visible : 10 secondes

## 27.MODIFICATION DU RÈGLEMENT

Ce présent règlement pourra être modifié à tout moment et sans préavis par l'équipe d'organisation jusqu'à la veille de la course. Toute nouvelle version du règlement sera mise en ligne sur le site de l'épreuve <https://www.sportimers.com>