

# Règlement Lapone

## Avertissement important

Des passages peuvent présenter des dangers objectifs : pentes raides, risques de chutes de pierres, sentiers très étroits, traversées d'éboulis, absence par endroit de sentier ou de trace clairement définie...

Le parcours est NON BALISE et le plus souvent LOIN DES ZONES HABITÉES. Il est à réaliser en autonomie entre chaque ravitaillement.

Afin de progresser en sécurité les concurrents doivent maîtriser les techniques de navigation avec carte topographique, d'une boussole et d'un altimètre. Ils doivent impérativement progresser en équipe (à moins de 50m l'un de l'autre). Ils doivent aussi être capables d'affronter des conditions naturelles difficiles.

## PREAMBULE

### ORGANISATION

La Lapone est une épreuve organisée par Dijon Triathlon.

Elle est dirigée par un Comité de Course dont les décisions sont sans appel.

### ACCEPTATION DU REGLEMENT ET DE L'ETHIQUE DE LA COURSE

La participation aux épreuves du Trail de la Chouette implique l'acceptation expresse et sans réserve du présent règlement, de l'éthique de l'événement et de toute consigne adressée par l'organisateur aux participants.

## CARACTERISTIQUES DE L'EPREUVE

1. La Lapone a pour but de réaliser un parcours donné sans dépasser un temps imparti. Elle ne peut pas être considérée comme une épreuve compétitive et de ce fait, ne donne pas lieu à un classement officiel.
2. Elle est ouverte à des équipes féminines, masculines ou mixtes de 2 personnes. Le nombre de concurrents maximum étant plafonné à **100**.
3. **Les équipes sont strictement indissociables. En cas d'abandon d'un coureur dans une équipe, les 2 coureurs s'arrêtent.**
4. Le parcours est à réaliser en **semi-autosuffisance**, les équipes gèrent comme elles l'entendent leur ravitaillement et leur temps de repos. Tout au long du parcours, l'organisation propose :
  - des **ravitaillement solides et liquides ainsi que la carte permettant de trouver le ravitaillement suivant.**

5. **L'assistance n'est tolérée que sur les ravitaillements.** Elle est strictement interdite en tout autre point du parcours, y compris les traversées de village ou de route, sous peine de disqualification immédiate.
6. **Aucun accompagnement** n'est autorisé tout au long du parcours (à l'exception du kilomètre précédant et suivant les ravitaillements)

# CONDITIONS DE PARTICIPATION ET INSCRIPTION

## CONDITIONS D'INSCRIPTION

La Lapone est ouverte à toute personne née en 2003 ou avant (catégories espoir à vétéran), licenciée ou non.

Pour valider son inscription, chaque coureur doit :

- **Fournir un certificat médical.**

**Aucun dossard ne sera attribué en l'absence du certificat médical.**

## FRAIS D'INSCRIPTION

Inscriptions exclusivement sur internet et paiement sécurisé par carte bancaire.

Droits d'engagement 2023 : 90 euros par équipe de 2.

Prestations fournies par l'organisation :

1. Dossard (un pour chaque équipier).
2. Balise GPS permettant de suivre l'équipe depuis le PC course
3. Jeu de cartes au 1/25 000ème
4. Veille téléphonique 24h/24 au PC course,
5. Ravitaillements solides et liquides.

# ENGAGEMENT DES COUREURS

Pour participer à la Lapone, il est indispensable :

- D'être pleinement conscient de la longueur et de la spécificité de l'épreuve et d'être parfaitement préparé pour cela ;
- D'avoir acquis, préalablement à l'épreuve, une réelle capacité d'autonomie en pleine nature, et notamment :
  - D'être pleinement conscient que le parcours comporte des passages techniques difficiles et à risque : pentes raides, hors trace, éboulis, etc et qu'il est non balisé

- De maîtriser les techniques nécessaires pour affronter ce milieu et connaître les méthodes d'orientation
- Savoir affronter sans aide extérieure des conditions climatiques (nuit, vent, froid, brouillard, pluie ou neige) ;
- 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 l'épreuve n'est pas médicalisée par l'organisation
- D'être pleinement conscient que pour une telle activité en pleine nature la sécurité dépend en premier lieu de la capacité du coureur à s'adapter aux problèmes rencontrés
- D'informer et sensibiliser ses accompagnants sur le respect des lieux, des personnes et du règlement de la course.
- D'accepter de recevoir toutes les newsletters avec les informations sur l'événement.

**NB : l'organisation est habilitée à mettre hors course les équipes qui sont jugées incapables de progresser en sécurité en pleine nature. De plus, ceux qui n'auront pas la capacité technique de passer les passages difficiles par eux même sans l'aide de l'organisation seront exclus de la course une fois qu'ils seront mis en sécurité.**

## **EQUIPEMENT OBLIGATOIRE**

**Pour des raisons évidentes de sécurité les participants s'engagent sur l'honneur à garder avec eux tous les équipements obligatoires ci-dessous énumérés. Des contrôles systématiques seront effectués à la remise des dossards, aux ravitaillements et d'une manière aléatoire tout au long du parcours.**

### **Equipement individuel obligatoire**

- Réserve d'eau minimum 1.5 litres
- Réserve de nourriture énergétique de sécurité
- 1 lampe en bon état de marche avec piles de rechange.
- Couverture de survie (minimum 140x210cm)
- Sifflet
- Téléphone mobile (pas de numéro masqué)
- 1 veste en tissu respirant et 100% imperméable
- 1 gobelet multi-usages, pour pouvoir manger sur les ravitaillements
- Masque Covid 19 (suivant règles au 23 avril)

### **Equipement obligatoire par équipe**

- Les cartes du parcours fournis par l'organisation
- 1 Boussole

### **Autres équipements fortement conseillés pour votre sécurité (liste non exhaustive)**

- bâtons,
- autres vêtements de rechange,

- ficelle, crème solaire, vaseline ou crème anti-échauffement...

## **SECURITE ET CONDUITE A TENIR EN CAS D'ACCIDENT OU D'INCIDENT**

Le PC Course installé à Dijon et les contrôleurs disposés sur le parcours seront les seuls interlocuteurs des coureurs qui s'adresseront à eux pour tout problème rencontré. Le cas échéant, ils seront chargés de l'alerte et de la coordination des secours publics.

En cas d'accident :

- les coureurs devront utiliser leur trousse de secours pour les premiers soins,
- en cas d'urgence ou d'impossibilité de se déplacer, ils alerteront impérativement le PC Course par tous les moyens.

**En cas de mauvaises conditions météorologiques, et pour des raisons de sécurité, le Comité de course se réserve le droit de modifier le parcours, d'arrêter l'épreuve en cours ou de modifier les barrières horaires. Ses décisions sont sans appel.**

## **ASSURANCE**

Individuelle accident :

**Chaque concurrent doit être en possession d'une assurance individuelle accident couvrant les frais de recherche et d'évacuation en France.** Une telle assurance peut être souscrite auprès de tout organisme au choix du concurrent, et notamment auprès de la Fédération Française d'Athlétisme via la souscription d'une licence ou encore auprès de la Fédération Française de la Montagne et de l'Escalade ou de la Fédération Française des Clubs Alpins et de Montagne.

## **RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT**

En s'inscrivant à la Lapone, les participants s'engagent à respecter l'environnement et les espaces naturels traversés. En particulier :

- Il est strictement interdit d'abandonner ses déchets (tubes contenant des gels, papiers, détritiques organiques, emballages plastiques...) sur le parcours.
- Tous les participants doivent conserver les déchets et emballages en attendant de pouvoir les jeter dans les poubelles mises à disposition sur les bases vies ou les villages traversés. L'organisation incite les coureurs à se munir d'une pochette déchets pour transporter leurs déchets.

**Aucune vaisselle jetable (couverts, gobelets, bols) ne sera distribuée sur les ravitaillements. Ceci afin de réduire la consommation de plastique des coureurs, ainsi que des bénévoles.**

## **DROIT À L'IMAGE**

Tout concurrent renonce expressément à se prévaloir du droit à l'image durant l'épreuve, comme il renonce à tout recours à l'encontre de l'organisateur et de ses partenaires

agréés pour l'utilisation faite de son image. Seule l'organisation peut transmettre ce droit à l'image à tout média, via une accréditation ou une licence adaptée.

## PROTECTIONS DES DONNÉES PERSONNELLES

Selon la loi informatique et liberté du 6 août 1978 (loi française), et conformément au nouveau Règlement Général sur la Protection des Données (RGPD UE 2016/679), tout concurrent dispose d'un droit d'accès et de rectification des données le concernant.

Les informations sont recueillies dans le cadre d'une inscription à l'une des courses du Trail de la Chouette, pour les besoins de l'organisation, et notamment celui d'identifier individuellement chaque concurrent afin de lui communiquer avant, pendant ou après l'évènement toute information liée à sa participation.

L'intégralité des données du coureur est conservée pendant une durée de 10 ans, renouvelable à chaque inscription, correspondant à la durée légale de conservation du certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'athlétisme ou de la course à pied en compétition, ou de la licence sportive. Au-delà de ces 10 ans, et sauf autorisation explicite du coureur, toutes les données sont supprimées exceptées nom, prénom, date de naissance, genre et nationalité pour maintenir les classements.

Tout demande de modification de données peut être effectuée:

- Par courrier à l'adresse suivante :  
Dijon Triathlon, Dominique Milou, 5 rue des champs moreaux - 21121 Daix
- Par email à l'adresse suivante : [trail.dijon@gmail.com](mailto:trail.dijon@gmail.com)

Toute demande d'accès ou de modification des données personnelles sera traitée dans les plus brefs délais à compter de la réception de la demande, dans un délai maximal de 1 mois.

## DEROULEMENT DE L'EPREUVE

La Lapone 2022 se déroulera au départ de Dijon sous la forme d'un circuit en pleine nature long d'environ 62 kilomètres et comportant environ 2000 mètres de dénivelé positif.

Le départ est fixé le **dimanche 23 avril 2023 à 03:00** devant l'IME des Ecayennes, rue des Ecayennes à Dijon, les arrivées seront jugées à L'IME des Ecayennes à Dijon **jusqu'au dimanche 23 avril à 18 : 00**, soit un temps maximum imparti de 14 heures pour réaliser le parcours complet.

## **DOSSARDS**

**Chaque dossard est remis individuellement à chaque concurrent sur présentation d'une pièce d'identité avec photo, après avoir signé un engagement sur l'honneur à conserver le matériel obligatoire avec soi pendant toute la course.**

Il devra être présenté lors des contrôles organisés le long du parcours.

## **LOCALISATION ET CONTRÔLE**

Une **balise GPS est fournie à chaque équipe**. Cette balise permet à l'organisation de suivre la progression de l'équipe et de s'assurer qu'elle respecte le parcours. Ces informations sont disponibles sur internet.

Le positionnement de la balise sur le sac préconisé par l'organisation devra être strictement respecté.

## **BARRIERES HORAIRES**

Des barrières horaires seront définies aux ravitaillements et tout autre lieu jugé utile par l'organisation pour des impératifs de sécurité. Elles sont calculées pour permettre aux participants de rallier l'arrivée dans le temps d'effort maximum imposé de 14 heures.

**Pour être autorisés à poursuivre l'épreuve, les équipes doivent repartir du point de passage avant l'heure limite indiquée.**

Tout concurrent mis hors course par l'organisation et voulant poursuivre son parcours le fera sous sa propre responsabilité après avoir restitué son dossard et sa balise GPS.

## **ABANDON ET RAPATRIEMENT**

L'organisation assurera le rapatriement des coureurs (qui abandonnent ou qui sont mis hors course à une barrière horaire) à partir de chaque lieu avec barrière horaire, sans engagement de délai.

En cas d'abandon en tout autre point du parcours, sauf exception, les coureurs devront s'organiser par leurs propres moyens.

## **RÉCLAMATIONS**

Toute réclamation devra nous être faite par email, dans un délai de 10 jours après la fin de la manifestation.

## **CONDITIONS EXCEPTIONNELLES**

Si les circonstances l'exigent, l'organisateur se réserve le droit de modifier à tout moment les parcours, les horaires de départ, les barrières horaires, la position des ravitaillements et des postes de secours, et tout autre aspect lié au bon déroulement des épreuves.

En cas de force majeure, de conditions climatiques trop défavorables ou de toute autre circonstance mettant en danger la sécurité des concurrents, l'organisation se réserve le droit de :

- différer le départ
- modifier les barrières horaires
- reporter la date de départ
- adapter l'itinéraire de l'épreuve
- annuler l'épreuve
- neutraliser l'épreuve
- arrêter l'épreuve en cours

## **MESURES SANITAIRES LIEES A LA PANDEMIE COVID 19**

Selon l'évolution de la situation sanitaire d'ici le 23 avril prochain, des adaptations de l'organisation pourront s'appliquer de manière à respecter la réglementation en vigueur (distanciation physique, gestes barrières) telles que :

- port du masque et lavage des mains obligatoire sur chaque lieu de rassemblement (remise des dossards, zone de départ, ravitaillements, zone d'arrivée, zone de récupération des sacs, transports, repas après course...)
- étalement des départs (peut entraîner des modifications significatives des horaires de départ prévu)
- adaptation ou déplacement de certains ravitaillements
- suppression du self service sur les ravitaillement (service individuel effectué par les membres de l'organisation)
- envoi / simplification des remises de dossard
- suppression des zones d'assistance
- limitation des jauges des zones spectateurs pouvant aller jusqu'au huis clos
- contrôle des flux visiteurs / spectateurs

L'organisation activera ou non ces mesures selon l'évolution de la situation et des réglementations en vigueur en France.

## **PRESTATIONS COMPLÉMENTAIRES**

### **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.