



REGLEMENT Edition 2023

6 au 8 Octobre 2023

ORGANISATION :

L'association Course Nature 66 (association loi 1901 enregistrée le 14/05/13 à la préfecture des Pyrénées Orientales sous le numéro W663001421), dénommée ci-après l'organisateur, organise Le 100 Miles Sud de France les 6, 7 et 8 Octobre 2023.

EPREUVES :

Le 100 Miles Sud de France se décline sous 3 versions. Ce règlement est applicable pour les 3 distances de la course.

- Le 100 Miles Sud de France : course de pleine nature traversant le département des Pyrénées orientales entre la mer et la montagne, d'Argelès-sur-Mer à Bolquères-Pyrénées2000.

La traversée sera au plus près des 170km, pour environ 9800 m de dénivelé positif et plus de 8100 m de dénivelé négatif.

Le départ est fixé au 6 Octobre à 10h à Argelès-sur-Mer, Château de Valmy.

- La Grande Traversée : parcours au départ de Arles sur Tech jusqu'à Bolquères-Pyrénées 2000, avec une distance d'environ 95kms pour 5400 mètres de dénivelé positif et 3900 de négatif. Le départ est fixé au 7 Octobre à minuit au Centre sud canigo de Arles sur Tech.

- La Traversée : parcours au départ de Vernet-les-Bains jusqu'à Bolquères-Pyrénées 2000, avec une distance d'environ 55 kms pour 3200 m de dénivelé positif et 2000 de négatif. Le départ est fixé au 7 Octobre à 8h00 au gymnase de Vernet-les-Bains.

Ces 3 versions se déroulent en individuel, en une seule étape à allure libre dans un temps limité. Les coureurs doivent respecter le code de la route lorsque le parcours emprunte des voies de circulation.

Une version est prévue en relais Trio sur les deux grandes distances. Chacune des deux courses pourra par conséquent être réalisée en 3 étapes.

Sur le 100 Miles, les relais se prendront au poste de Las Illas (Km 49) puis sur la Base de vie de Vernet-les-Bains (km 112). Le dernier relayeur aura donc une partie un peu plus courte (55km environ). Le départ de ce relais Trio se fera le 6 octobre à 10h au Château de Valmy.

Sur la Grande Traversée, le départ sera donné à Arles -Sur-Tech. Le premier relais se prendra sur la base de vie de Vernet-les-Bains (km36) et le second relais au poste relais de Olette (km65)

SEMI AUTOSUFFISANCE :

Ces courses se déroulent sur le principe de l'autosuffisance et imposent aux coureurs une certaine autonomie. Cependant des postes de ravitaillements (liquides et/ou solides) sont répartis sur l'ensemble des parcours. Ces points de ravitaillement seront signalés sur le road book fourni par l'organisation. 2 bases de vie où un plat chaud est proposé, sont placées sur le parcours du 100 Miles (environ aux km 75 et 112).

Ces bases de vie peuvent également permettre aux coureurs de se reposer et de consulter une équipe médicale.

Une douche chaude sera possible à l'arrivée sur Bolquères-Pyrénées 2000. C'est aussi le cas sur les bases de vie de Arles-sur-Tech et Vernet-les-Bains.

Sur les postes de ravitaillement, une assistance personnelle (en dehors des soins médicaux ou paramédicaux) peut être apportée.

Cette assistance doit se faire dans un périmètre de moins de 50 mètres autour du poste de ravitaillement.

Toute personne sans dossard n'a pas le droit d'accompagner un coureur sur le parcours.

CONDITIONS D'INSCRIPTION :

Pour valider son inscription, un coureur devra fournir l'original ou une copie certifiée conforme par ses soins, d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied portant explicitement la mention complémentaire « en compétition ». Ce certificat devra être daté de moins d'un an avant le départ de la course.

Ce certificat médical pourra :

- Soit être téléchargé par le coureur directement depuis la plateforme d'inscription de la course, après le paiement de son inscription. Un lien spécifique sera mis en place pour cela.
- Soit scanné directement à l'adresse mail de notre prestataire gérant les inscriptions

La solution recommandée par l'organisation restant le téléchargement depuis la plateforme d'inscription de la course.

Il est important que les coureurs qui s'inscrivent soient conscients des difficultés du parcours et des conditions qu'ils peuvent trouver (longueur du tracé, dénivelé, mauvaises conditions météo, course en partie de nuit...). Ceci nécessite donc de la part des coureurs, une bonne préparation physique et une capacité d'autonomie pour l'aider dans la réussite de ce type d'aventure

INSCRIPTION (modalités, droits et clôture) :

Les inscriptions sont limitées à un total de 1000 inscrits.

Ce cumul intègre les courses individuelles et les relais.

Aucune inscription ne sera prise après le 30 septembre 2023. L'organisation se réserve le droit de clôturer les inscriptions avant cette date si les effectifs maximums sont atteints.

Aucun accusé de réception n'est adressé, chaque inscrit pourra vérifier son inscription sur le site www.100miles-suddefrance.fr, en regardant la liste des inscrits sur la page dédiée aux inscriptions. Il suffit de reprendre le fil d'une inscription normale.

Un coureur ne pourra participer au 100 Miles Sud de France (170 kms) que s'il justifie d'une course terminée d'un minimum ou équivalent de 50 kms et 2500 m de D+, dans les 3 ans précédant son inscription.

L'organisation se réserve le droit d'étudier tout cas particulier, lié notamment à un passé important en ultra trail ou la réalisation de longues distances dans des disciplines assimilées (iron man par exemple).

Droits d'engagement :

- 100 Miles Sud de France : 170 € en solo ; 60 €/pers en Relais Trio.
- Grande Traversée Sud de France : 105 € en solo ; 40 €/pers en Relais Trio.
- Traversée Sud de France : 70 € en solo.

L'organisation laisse la possibilité de basculer d'une course à l'autre seulement si le coureur souhaite participer à une course plus courte et si la capacité d'accueil de ladite course n'est pas dépassée. Aucun remboursement ne sera effectué. Ce changement sera ferme et définitif.

Il n'est pas possible d'échanger son dossard avec un autre coureur inscrit sur l'autre version de course ou non inscrit à l'épreuve.

ANNULATION D'UNE INSCRIPTION :

Toute demande d'annulation d'inscription doit être faite par mail auprès du prestataire gérant la plateforme.

La demande d'annulation sera prise en compte uniquement pour les causes suivantes:

- Un accident, une maladie grave ou le décès du coureur lui-même,

- Une maladie grave nécessitant une hospitalisation ou un décès atteignant son conjoint ou concubin notoire, ses ascendants ou descendants au premier degré, et ce dans les trente jours précédant la manifestation.

En cas d'accident ou de maladie grave du coureur, il est nécessaire de fournir un certificat médical attestant de la contre-indication à participer à la course.

Pour les autres causes d'annulation, le justificatif doit être accompagné d'un certificat délivré par l'autorité compétente.

L'organisation s'autorise le droit de modifier exceptionnellement ces critères d'acceptation d'une demande d'annulation à d'autres cas, en fonction des circonstances.

Conditions d'indemnité :

Toute demande de remboursement doit nous parvenir, accompagnée du certificat médical, au plus tard le 30 septembre 2023, jour de la clôture des inscriptions.

Les demandes sont traitées dans les deux mois qui suivent l'épreuve.

En cas de demande d'annulation, le remboursement des droits versés à l'inscription se fera selon les conditions suivantes :

- 70 % du montant si la demande est reçue avant le 30 juin 2023.
- 50 % du montant si la demande est reçue après le 30 juin 2023
- Aucun remboursement ne sera effectué après le 30 septembre 2023.

PARTICIPATION :

Les trois courses Solo ainsi que les Relais sont ouvertes à tous les coureurs étant majeur (18 ans révolus) au moment de la course.

MATERIEL OBLIGATOIRE (pour le 170 et le 95 kms) :

- Gobelet + cuillère personnels pour boire les liquides (eau, coca et soupe) aux ravitaillements.
- Réserve d'eau minimum d'1,5L.
- Réserve alimentaire.
- Deux lampes en bon état de marche avec piles de rechange.
- Couverture de survie de 2m² minimum.
- Sifflet
- Téléphone portable.
- Bandes adhésives permettant de faire un bandage ou un stripping.
- Veste imperméable et respirante de type membrane (veste type K-way et ponchos non acceptés).
- Pantalon ou collants longs ou corsaire avec chaussettes montantes (cette solution est acceptée uniquement si les jambes peuvent être intégralement couvertes).
- Casquette ou équivalent.
- Vêtements chauds manches longues, servant de seconde couche entre le T-shirt et la veste imperméable respirante (polaire ou autre vêtement technique chaud).
- Gants couvrant intégralement les mains (moufles acceptées).

L'organisation pourra décider avant le départ de la course de rendre cet équipement recommandé et non plus obligatoire (typiquement en fonction des prévisions météorologiques). L'annonce sera faite au moment du briefing de la course.

MATERIEL RECOMMANDÉ :

- Gants, bonnet, vêtements chauds indispensables en cas de mauvaises conditions météo.
- Bâtons télescopiques,
- Vêtements de rechange,
- Crème solaire, vaseline ou crème anti-échauffement

MATERIEL OBLIGATOIRE TRAVERSEE SUD DE FRANCE (55 kms) :

- Gobelet + cuillère personnels pour boire les liquides (eau, coca et soupe) aux ravitaillements.
- Réserve d'eau minimum d'1,5L.
- Réserve alimentaire.
- Deux lampes en bon état de marche avec piles de rechange.
- Couverture de survie de 2m² minimum.
- Sifflet
- Téléphone portable.
- Bandes adhésives permettant de faire un bandage ou un stripping.
- Veste imperméable et respirante de type membrane (veste type K-way et ponchos non acceptés).
- Pantalon ou collants longs ou corsaire avec chaussettes montantes (cette solution est acceptée uniquement si les jambes peuvent être intégralement couvertes).
- Casquette ou équivalent.

L'organisation pourra décider avant le départ de la course de rendre cet équipement recommandé et non plus obligatoire (typiquement en fonction des prévisions météorologiques). L'annonce sera faite au moment du briefing de la course.

DOSSARD :

Lors de la remise des dossards, la présentation d'une pièce d'identité avec photo est exigée.

Des contrôles inopinés du matériel pourront être réalisés par les organisateurs qui interdiront le départ à tout coureur ne présentant pas le matériel obligatoire, sans possibilité de remboursement. Une charte de responsabilité et d'engagement concernant le respect de la liste du matériel sera signée par chaque coureur.

Le dossard est disposé sur la poitrine, le ventre ou la jambe, mais impérativement sur la face avant du coureur, afin d'être visible en permanence et en totalité pendant toute la course et permettre facilement l'enregistrement par les bénévoles aux points de contrôles. Le port de ce dossard sur le sac ou la

face arrière du coureur n'est pas autorisé.

A la remise du dossard, un cadeau de bienvenue est remis à chaque coureur.

SACS COUREURS :

Le parcours se compose de 2 bases de vie sur le 100 Miles Sud de France et de 1 base de vie sur la Grande Traversée Sud de France.

Sur les 2 bases de vie de Arles-sur-Tech et Vernet-les-Bains (75km et 115km), il est proposé d'acheminer depuis les départ de Valmy et de Arles-sur-Tech, un sac contenant des affaires personnelles de rechange.

Les sacs d'une contenance de 30 litres seront remis aux coureurs au moment du retrait du dossard. Chaque sac sera identifié avec le numéro du dossard. Après avoir préparé ses affaires, le coureur doit les déposer soit le jeudi 5 Octobre entre 17h00 et 20h00 soit le vendredi 6 octobre avant 9h30 à la base d'accueil du Château de Valmy pour le 100 Miles Sud de France ; ou à la base d'accueil de Arles-sur-Tech (Centre Canigo) pour la Grande Traversée, le vendredi 7 Octobre avant 23h.

Aucune base de vie n'est prévue sur le parcours de la Traversée (55 kms).

Le dépôt de bâtons est strictement interdit dans ces sacs.

Les coureurs en Relais Trio ne pourront pas laisser d'affaires dans les bases de vie. Ils pourront en revanche s'entendre avec leurs équipiers pour récupérer ou échanger des affaires.

Lorsqu'un coureur arrive à une base vie, il doit impérativement récupérer son sac. Lorsqu'il repart de cette base vie, il le dépose à l'endroit prévu par l'organisation. A la fermeture de la dernière base vie, les sacs coureurs sont rapatriés vers Bolqueres-Pyrénées 2000, au niveau de l'espace d'arrivée.

Ces sacs pourront être récupérés sur présentation du dossard, à partir du Samedi 7 octobre à 18h jusqu'au dimanche 8 octobre à 12h.

L'organisation se charge de rapatrier à Bolquères-Pyrénées 2000 les sacs des coureurs qui ont abandonné.

Ils seront mis à disposition des coureurs en même temps que les autres sacs et pourront être récupérés sur présentation d'une pièce d'identité.

Aucune vérification des sacs n'étant faite avant le départ, il n'est pas possible de contester le contenu des sacs récupérés. L'Organisateur se dégage de toute responsabilité en cas de perte.

Il est recommandé aux coureurs de ne laisser aucun objet de valeur dans ces sacs.

En dehors des bases de vie, l'organisation propose aux coureurs d'amener un sac d'affaires personnelles depuis le départ jusqu'à l'arrivée. Ce sac devra être fourni et étiqueté par le coureur. Il devra être déposé au plus tard 30 minutes avant le départ de la course concernée. Cela est valable pour les 3 courses Solo.

CONTROLES ET RAVITAILLEMENTS :

Des postes de contrôle et de ravitaillement sont répartis le long du parcours. Seuls les coureurs porteurs d'un dossard visible ont accès aux postes de ravitaillement.

Les accompagnateurs sont autorisés à accéder à l'intérieur des postes de ravitaillement des 2 bases de vie uniquement.

Pour des raisons de gestion de la course, le responsable de poste de ravitaillement pourra

interdire aux accompagnateurs l'accès au poste de ravitaillement (par exemple pour des raisons de place dans le poste de ravitaillement, si le nombre de coureurs présent devient trop important)

SECURITE ET ASSISTANCE MEDICALE :

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

Les médecins officiels sont habilités à mettre hors course (en invalidant le dossard) tout coureur inapte à continuer l'épreuve. Les médecins et infirmiers sont habilités à faire évacuer par tout moyen à leur convenance les coureurs qu'ils jugeront en danger.

En cas de nécessité, pour des raisons allant toujours dans l'intérêt de la personne secourue, il sera fait appel au secours en montagne qui prendra, à ce moment-là, la direction des opérations et mettra en œuvres tous moyens appropriés, y compris hélicoptères.

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

TEMPS MAXIMUM et BARRIERES HORAIRES :

Sur le 100 Miles Sud de France : 49 heures

Sur la Grande Traversée Sud de France : 26 heures 30 minutes

Sur la Traversée Sud de France : 14 heures

Sur le 100 Miles Sud de France, les barrières horaires sont fixées sur les bases de vie aux horaires suivants (horaire effectif en sortie de base de vie) :

- Village du Perthus au km 33,6 : vendredi 6 octobre à 19h30(9h30 de course)
- Village de Arles-sur-Tech au km 75,7 : Samedi 7 octobre à 7h00 (21h de course).
- Village de Vernet-les-Bains au km 112,3 : Samedi 7 octobre à 18h30 (32h30 de course).
- Village de Olette au km 140,6 : Dimanche 8 octobre à 3 (41h de course).

Sur la Grande Traversée Sud de France, les barrières horaires sont fixées aux horaires suivants :

- Village de Vernet-les-Bains au km 36,6 : Samedi 7 octobre à 10h (10 heures de course).
- Village de Olette au km 65,5 : Samedi 7 octobre à 18h30 (18h30 de course).

Sur la Traversée Sud de France, les barrières horaires sont fixées aux heures suivantes:

- Village de Olette au km 28,5 : samedi 7 Octobre à 15h (7h de course).

Les mêmes barrières horaires seront appliquées aux coureurs des Relais Trio.

En cas de dépassement de ces barrières horaires, les coureurs se verront dans l'obligation d'arrêter leur course et de remettre leur dossard aux membres de l'organisation présents sur la base de vie. Tout coureur qui ne parvient pas à rallier la barrière horaire dans les temps est donc considéré comme un abandon. (Barrière horaire en sortie de Poste).

NAVETTES :

Un service de navettes est proposé sur réservation lors de l'inscription:

- Navettes d'acheminement de Bolquères vers les 3 zones de départ, Argelès-sur-mer (Valmy, Arles-sur-Tech, Vernet-les-Bains).
- Navettes retour de Bolquère vers Vernet-les-Bains, Arles-Sur-Tech et Argelès-sur-Mer.
- Navettes de rapatriement des abandons de Arles-sur-Tech et de Vernet-les-Bains vers Argelès-sur-Mer ou Bolquères

Les horaires prévisionnels de ces navettes sont détaillés dans le road book.

En l'attente du passage de ces navettes, un espace nuit et douches sera mis à disposition des coureurs

ABANDON :

En cas d'abandon, un coureur doit obligatoirement prévenir le responsable du poste de contrôle le plus proche et y restituer son dossard qui l'invalidera définitivement en le récupérant.

Sauf en cas de blessure grave, l'abandon ne peut avoir lieu que sur un poste base de vie ou un poste de ravitaillement complet.

Des navettes seront mises en place pour récupérer les coureurs ayant abandonnés aux postes de contrôle avec barrières horaires.

Les coureurs qui abandonnent sur un autre poste de contrôle ou de ravitaillement, et dont l'état de santé ne nécessite pas une évacuation d'urgence, doivent rejoindre par leurs propres moyens un point de rapatriement dans les meilleurs délais, et au plus tard avant le départ du dernier rapatriement du poste rallié. En cas de non-respect de cette obligation, le coureur engage sa responsabilité vis-à-vis de l'Organisateur.

Les coureurs ayant abandonnés pourront être rapatriés vers l'arrivée. Cela se fera au départ des bases de vie dans un délai que l'organisation ne maîtrise pas. Ce délai sera lié au remplissage des véhicules affectés pour l'occasion.

PENALISATION –DISQUALIFICATION :

En s'inscrivant à l'une des 3 courses (en Solo Trio), les coureurs s'engagent à :

- Respecter l'environnement traversé,
- Suivre le parcours sans couper les sentiers,
- Ne pas utiliser un moyen de transport,
- Ne pas jeter de déchets sur le parcours,

- Pointer à tous les postes de contrôle,
- Porter le dossard devant et visible durant la totalité de l'épreuve,
- Posséder sur soi durant toute l'épreuve le matériel obligatoire,
- Se soumettre au contrôle anti-dopage,
- Porter assistance à tout coureur en difficulté,
- Se laisser examiner par un médecin et respecter sa décision,
- Être respectueux envers toute personne présente sur le parcours.

Le manquement à l'une de ces règles par un coureur peut entraîner une disqualification immédiate ou l'application d'une pénalité, après décision du jury de l'épreuve sans aucune possibilité de faire appel de cette sanction.

JURY D'EPREUVE ET RECLAMATIONS :

Il est composé par :

- Le comité d'organisation,
- Le PC sécurité,
- L'équipe médicale présente sur la course,
- Les responsables des postes de contrôle concernés.

Les réclamations sont recevables par écrit dans les 30 minutes après l'affichage des classements provisoires.

MODIFICATIONS DU PARCOURS OU DES BARRIERES HORAIRES ET ANNULATION DE LA COURSE :

Pour des raisons de sécurité, notamment en cas de conditions météo trop défavorables, l'Organisateur se réserve le droit de retarder le départ des courses de 6 heures maximum, d'arrêter les courses ou de modifier les parcours et les barrières horaires, voire d'annuler les courses sans préavis, sans que les coureurs puissent prétendre à aucune indemnisation ou aucun remboursement des frais d'inscription.

En cas de « force majeure », forçant l'Organisateur à annuler l'évènement, une partie seulement des droits d'inscription réellement encaissés pourront être remboursés en fonction du budget restant après avoir couvert tous les frais déjà engagés par l'Organisateur.

Les modalités du remboursement seront, dans ce cas, expliqués sur le site internet de la course.

ASSURANCE/RESPONSABILITE :

L'épreuve est couverte par une assurance responsabilité civile souscrite par l'organisateur.

Cette assurance responsabilité civile garantit les conséquences pécuniaires de l'organisateur, des bénévoles et des participants.

Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence et il incombe aux autres coureurs de s'assurer personnellement.

En complément, il est vivement conseillé aux coureurs de souscrire à une assurance individuelle accident, couvrant leurs propres risques. Ce type d'assurance peut être, par exemple, souscrit auprès de la Fédération Française d'Athlétisme.

En cas d'abandon ou de disqualification (par l'organisation ou l'équipe médicale), la responsabilité de l'organisation est dégagee.

CLASSEMENTS ET RECOMPENSES :

Pour les 3 courses, seuls les coureurs arrivant à Bolqueres-Pyrénées 2000 sont classés.

Pour chaque course un classement général homme et femme est établi.

Les catégories d'âge donneront lieu à un classement séparé dans les différentes épreuves (Espoir ; Senior, Vétérant1, Vétérant2 et Vétérant3, etc...)

Dotation financière sur les courses Solo 100 Miles et Grande Traversée : 5 000 € (cinq mille euros) et dotation matérielle 10 000 € (dix mille euros).

La partie financière est répartie entre les 3 premiers scratch hommes et femmes.

La partie matérielle est répartie entre les 3 premiers scratch hommes et femmes sur chaque distance ainsi que pour les premiers hommes et femmes de chaque catégorie mentionnée ci-dessus, ce sur chaque distance.

DROITS A L'IMAGE :

Tout coureur 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.

LOI INFORMATIQUE ET LIBERTE :

Conformément à la loi informatique et liberté du 6 janvier 1978, chaque participant dispose d'un droit d'accès et de rectification des données personnelles le concernant.