

ORGANISATION

Le club CARTO (Club Avallon Raid Trail Orientation) organise le samedi 6 janvier 2024 un trail sur deux distances (20 km et 10 km).

Les épreuves sont ouvertes à tous les licenciés FFA ou non licenciés à partir de la catégorie Cadets (né(e)s en 2008 et avant) pour le trail court et Juniors pour le trail long (né(e)s en 2006 et avant).

PARCOURS / HORAIRES

Les départs et arrivées auront lieu au Gymnase Gazzillo (avenue du Parc des Chaumes 89200 AVALLON). Chronométrage à l'arrivée.

Trail court : environ 10 km (dénivelé positif : environ 350m)Départ 13h30

Trail long : environ 20 km (dénivelé positif : environ 650m)Départ 13h30

Trail court à partir de Cadet / Trail long à partir de Junior

Accueil : à partir de 11h30

INSCRIPTIONS

Le montant des droits d'engagement est de :

6€ pour le Trail Court avant le vendredi 5 janvier 2024 12h00 (pas d'inscription sur place) + 4€ après le 01/01/2024

12€ pour le Trail Long avant le vendredi 5 janvier 2024 12h00 (pas d'inscription sur place) + 4€ après le 01/01/2024

Sur le site **www.lavallontrail.com**, lien vers HelloAsso, paiement en ligne obligatoire, dépose du certificat médical

Pass Sanitaire si mesures en vigueur.

LICENCES / CERTIFICATS MEDICAUX

Sont acceptées les licences FFA FFTri FFCO de l'année en cours.

Sont acceptés les certificats médicaux de moins d'un an mentionnant l'absence de contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition

DOSSARDS

Les coureurs devront fixer leur dossard sur la poitrine de manière bien visible. Pensez à vos épingles ! ou à la ceinture porte dossard !!!

RAVITAILLEMENT

Un poste de ravitaillement sera assuré au milieu du parcours long court, deux sur le long .

Une collation est prévue à l'arrivée.

Douches et vestiaires au gymnase

SURVEILLANCE MEDICALE

La surveillance médicale sera assurée par les Secouristes PSC1 de notre association.

ASSURANCE

Responsabilité civile : les organisateurs sont couverts par une police d'assurance souscrite auprès de la MAIF . Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

RECOMPENSES / PODIUM à 16h15

Trail Court : Récompense aux 3 premiers et 3 premières du scratch (masculin / féminin) et au Premier de chaque catégorie (au deuxième si le premier a été récompensé au scratch).

Trail Long : Récompense aux 5 premiers et 5 premières du scratch (masculin / féminin) et au Premier de chaque catégorie (au deuxième si le premier a été récompensé au scratch).

Les Catégories d'âge 2024

(valable jusqu'au 31 août 2024, ces catégories changeront le 1er septembre 2024)

CATEGORIE	CODE	ANNEE DE NAISSANCE
Masters	VE	1989 et avant
Seniors	SE	1990 à 2001
U23 / Espoirs	ES	2002 à 2004
U20 / Juniors	JU	2005 et 2006
U18 / Cadets	CA	2007 et 2008
U16 / Minimes	MI	2009 et 2010
U14 / Benjamins	BE	2011 et 2012
U12 / Poussins	PO	2013 et 2014
Éveil Athlétique	EA	2015 à 2017
Baby Athlé	BB	2018 et après

Détails des catégories Masters

CATEGORIE	CODE	ANNEE DE NAISSANCE
Masters H et F	M0	1989 - 1985
	M1	1984 - 1980
	M2	1979 - 1975
	M3	1974 - 1970
	M4	1969 - 1965
	M5	1964 - 1960
	M6	1959 - 1955
	M7	1954 - 1950
	M8	1949 - 1945
	M9	1944 - 1940
	M10	1939 et avant

CHARTE

Tout concurrent reconnaît avoir pris connaissance du règlement et en accepte toutes les clauses.

Tout concurrent doit se conformer aux indications des signaleurs, respecter le balisage et ne pas laisser de débris sur le parcours.

De par son engagement, il autorise l'organisateur, les partenaires et les médias à utiliser les images sur lesquelles il pourrait apparaître.