

# **Règlement L'Intégrale de la Sonnette**

## **Préambule**

### **Organisation**

L'Intégrale de la Sonnette est une épreuve organisée par l'Association des Amis du Trail de La Sonnette

### **Acceptation du Règlement et de l'éthique de la course**

La participation à l'épreuve du Trail de La Sonnette 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.

## **Caractéristiques de l'épreuve**

1. L'Intégrale de La Sonnette a pour but de réaliser un parcours donné sans dépasser le 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 (soit 50 équipes).
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 ravitaillements 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.

## **Conditions de participation et inscription**

### **Conditions d'inscription**

L'Intégrale de La Sonnette 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 d'un certificat médical.

### **Frais d'inscription**

Inscriptions exclusivement sur internet [https://](https://traildelasonnette2023.ikinoa.com)

[traildelasonnette2023.ikinoa.com](https://traildelasonnette2023.ikinoa.com) et paiement sécurisé par carte bancaire.

Droits d'engagement 2023 : 40 euros par équipe de 2.

Prestations fournies par l'organisation :

1. Dossard (un pour chaque équipier)
2. Jeu de cartes au 1/25000ème
3. Veille téléphonique au PC course
4. Ravitaillements solides et liquides (5 au total)

### **Engagement des coureurs**

Pour participer à l'Intégrale de La Sonnette, 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'être capable de s'orienter sur les chemins sur la base de lecture d'une carte IGN détaillée (absence de balisage). A titre d'exemple, voilà à quoi ressembleront les cartes qui vous permettront de progresser :



- D'informer et sensibiliser ses accompagnants sur le respect des lieux, des personnes et du règlement de la course.
- D'avoir acquis, préalablement à l'épreuve, une réelle capacité d'autonomie en pleine nature et notamment :
  - D'être pleinement conscient que le parcours est non balisé

- Savoir affronter sans aide extérieure des conditions climatiques, pluie, vent, orage, canicule
- 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..

## **Équipement 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.

Équipement individuel obligatoirement

- réserve eau minimale 1l
- réserve de nourriture énergétique
- couverture de survie
- sifflet
- téléphone mobile (un par équipier)
- 1 gobelet multi-usage (un par équipier)

## **Sécurité et conduite à tenir en cas d'accident ou d'incident**

Le PC course installé à Beaulieu sur Sonnette 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'urgence ou d'impossibilité de se déplacer, les coureurs alerteront impérativement le PC course par tous les moyens.

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

## **Assurances**

Individuelle accident :

Chaque coureur doit être en possession d'une assurance individuelle accident couvrant les frais de recherche et d'évacuation en France.

## **Respect de l'environnement**

En s'inscrivant à l'Intégrale de La Sonnette, 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 aux postes de ravitaillements.

Aucune vaisselle jetable (couverts, gobelets, bois...) ne sera distribuée sur les ravitaillements ceci afin de réduire la consommation de plastique.

## **Droit à l'image**

Tout concurrent renonce expressément à se prévaloir du droit à l'image durant l'épreuve, comme in 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.

## **Protection 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'Intégrale de La Sonnette, 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.

Toute demande de modification de données peut être effectuée :

– par courrier à l'adresse suivante :

Association des Amis du Trail de La Sonnette, 2 rue du Marronnier 16450  
Le Grand-Madieu

– Par email à l'adresse suivante : [Declercqfd@aol.com](mailto:Declercqfd@aol.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.

## **Déroulement de l'épreuve**

L'intégrale de La Sonnette 2023 se déroulera au départ de la place du champ de foire à Beaulieu sur Sonnette (16450) sous la forme d'un circuit en pleine nature long d'environ **42km** et comportant environ **1000m** de dénivelé positif.

Le départ est fixé le dimanche 27 août 2023 à 07.30. Les arrivées seront jugées sur cette même place du champ de foire jusqu'au dimanche 27 août à 15.00, soit un temps maximum imparti de 7hr30 pour réaliser le parcours complet.

### **Dossards**

Chaque dossard est remis individuellement à chaque concurrent sur présentation d'une pièce d'identité avec photo

### **Barrière horaire :**

Une barrière horaire sera mise en place au second point de ravitaillement. Elle est calculée pour permettre aux participants de rallier l'arrivée dans le temps d'effort maximum imposé de 7hr30.

En cas de non respect de cette barrière horaire, deux solutions vous seront proposées.

- Rallier la ligne d'arrivée par un itinéraire vous permettant de réduire significativement la durée de l'épreuve (les détails vous seront communiqués lors du briefing de départ).
- Abandonner. Un rapatriement sur la ligne d'arrivée vous sera proposé.

### **Abandon et rapatriement**

L'organisation assurera le rapatriement des coureurs (qui abandonnent ou qui sont mis hors courses 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, les coureurs devront s'organiser par leurs propres moyens.

### **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 tout autre circonstance mettant en danger la sécurité des concurrents, l'organisation se réserve le droit de :

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

### **Prestations complémentaires**

Assurances

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 proposés et des participants.