

# T'es Pas Cap ? - Réglement

## Nom, date et épreuves

Le club CAP Vercors organise le vendredi 19 juillet 2024 la course pédestre « T'es pas CAP » à Lans en Vercors.

Le parcours et l'organisation sont conformes au règlement des courses hors stade de l'Isère. Les enfants participent sous la responsabilité des parents.

Trois épreuves sont prévues :

- T'es Pas CAP – Solo : 15 km (2 boucles de 7,5 km)
- Je t'emmène si t'es CAP : relais-patrouille à deux coureurs. Un coureur parcourt 15 km, le second 7,5 km (la seconde boucle). Aucun élément de traction n'est autorisé.

En plus de ces deux courses, l'organisation propose une animation « T'es pas Cap Jeunes ». Cette animation n'est pas chronométrée. Deux parcours seront proposés selon l'âge.

Les itinéraires et profils des parcours sont affichés au départ, et sur le site internet de la course, [www.capvercors.com](http://www.capvercors.com).

L'organisation se réserve le droit de modifier le parcours de la course en fonction des conditions météorologiques.

## Catégories d'âge

Les épreuves sont ouvertes aux catégories d'âge FFA suivantes (âge au 31 décembre) :  
L'animation T'es pas CAP Jeunes est ouverte de 8 à 15 ans.

Une animation « Mini Run » est ouverte aux enfants de 6 à 8 ans.

T'es pas CAP – Solo et Je t'emmène si t'es CAP :

- Cadets (16-17 ans) /!\ les cadets ne pourront participer qu'au relais patrouille sur la 2ème boucle
- Juniors (18-19 ans)
- Seniors (20-34 ans)

- Masters (35+)

## Inscriptions

Les inscriptions sont ouvertes jusqu'au 19 juillet dans la limite des places disponibles, sur le site : capvercors.com

Les inscriptions seront ouvertes au centre du village, le jour de la course de 18h00 à 20h00, sous réserve de places disponibles.

Les dossards sont à retirer le jour de la course de 18h00 à 20h15.

## Droits d'engagement

Les droits d'engagement sont les suivants :

- T'es Pas CAP – Solo : 15 €
- Je t'emmène si t'es CAP : 20 €
- T'es pas CAP jeunes : 5€ pour les plus grands, gratuit pour les plus jeunes

Pour encourager ce mode d'inscription, l'organisation prend à sa charge les frais d'inscription par internet.

## Certificat médical – licences

Toute participation à une compétition est soumise à la présentation obligatoire par les participants à l'organisateur :

-d'une licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running délivrée par la FFA, ou d'un « Pass' J'aime Courir » délivré par la FFA et complété par le médecin, en cours de validité à la date de la manifestation. (Attention : les autres licences délivrées par la FFA Santé, Encadrement et Découverte ne sont pas acceptées);

-une licence sportive, en cours de validité à la date de la manifestation, 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 et délivrée par une des fédérations suivantes :

Fédération des clubs de la défense (FCD),

Fédération française du sport adapté (FFSA),

Fédération française handisport (FFH),

Fédération sportive de la police nationale (FSPN),

Fédération sportive des ASPTT,

Fédération sportive et culturelle de France (FSCF),

Fédération sportive et gymnique du travail (FSGT),

Union française des œuvres laïques d'éducation physique (UFOLEP);

-ou d'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, ou de sa copie.

- ou la validation du PPS proposé par la FFA. <https://pps.athle.fr/>

Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la possession du certificat médical.

Toutes demandes de renseignements sera envoyées sur le site <https://www.capvercors.com/> ou: [tespascap.inscription@gmail.com](mailto:tespascap.inscription@gmail.com) .

### **Participations des mineurs**

Une autorisation parentale à participer à la manifestation est demandée dans le bulletin d'engagement pour les mineurs licenciés et non licenciés.

### **Départ des courses**

Le départ des courses sera donné aux horaires suivants

- T'es pas CAP - Enfants : 20 h et 20 h 15
- T'es Pas CAP – Solo : 20h45
- Je t'emmène si t'es CAP : 20h45 (départ commun avec les Solos)

### **Assurance**

Responsabilité civile : L'organisation de la course est couverte par une assurance RC souscrite par Cap Vercors.

Individuelle accident : l'organisation rappelle que les non licenciés doivent être couverts des éventuels dommages corporels par une assurance personnelle.

L'organisation décline toute responsabilité en cas de perte d'objets personnels ou de vol de vol.

### **Secours**

En cas de nécessité, l'ADPC 38 sera sur place pour les premiers secours

### **Signalisation et balisage**

Le balisage sera assuré avec de la rubalise spécifique. Sur les portions ouvertes à la circulation, le concurrent devra se conformer au code de la route. Des signaleurs seront aux points jugés les plus problématiques. Des serre-files seront présents pour sécuriser la course. Ils assureront également le débalisage systématique.

### **Participants**

Les inscriptions aux courses « T'es pas CAP – Solo » et « Je t'emmène si t'es CAP » sont plafonnées à 350 participants au total.

La T'es pas CAP - Enfants est limitée à 100 participants.

### **Barrière horaire**

Cet article est valable pour les courses « T'es pas CAP – Solo » et « Je t'emmène si t'es CAP »

La barrière horaire est fixée à 1 heure après le départ. Tout participant arrivant à la fin de la première boucle passé ce délai sera hors course. L'équipe ou le coureur ne pourra en aucun cas être classé.

### **Conditions nocturnes - Equipement obligatoire**

Les courses « T'es pas CAP – Solo » et « Je t'emmène si t'es CAP » se dérouleront en partie en condition nocturne.

Chaque concurrent au départ devra être équipé d'un dispositif d'éclairage électrique **individuel.**

Des équipements à haut pouvoir réfléchissants sont fortement recommandés.

Chaque coureur doit avoir avec lui pendant toute la durée de la course la totalité de son matériel obligatoire.

Une vérification pourra être effectuée par l'organisation avant le départ ou en course et **entraîner une disqualification en cas d'absence de matériel.**

Spécificités de la course « Je t'emmène si t'es CAP » :

La course est un « relais-patrouille » en équipe. L'équipier numéro 1 s'élance seul au départ. En fin de première boucle, l'équipier numéro 2 le rejoint pour la seconde boucle.

Les équipiers veillent à rester ensemble tout au long du deuxième tour et passer la ligne d'arrivée ensemble. Aucun élément de traction n'est autorisé. Une vérification sera effectuée par l'organisation avant le départ ou en course.

ATTENTION : Gobelet personnel pour boire les liquides. Aucun gobelet ne sera distribué sur les ravitaillements (parcours et arrivée). Penser également à prendre des épingles pour le dossard.

### **Arrivée et récompenses**

Le dessert sera offert à l'issue de la course à chaque concurrent des trois épreuves.

Seront également récompensés :

- T'es pas CAP – Solo : Les trois premiers au scratch et le premier de chaque groupement de catégorie ancienne version ( +40ans;+50ans;+60ans...).
- Je t'emmène si t'es CAP : La première équipe hommes, femmes et mixte

## **Conditions exceptionnelles**

En cas de mauvais temps, les organisateurs se réservent le droit de modifier le parcours ou d'annuler l'événement dans un souci de sécurité.

## **Publication des résultats**

Les résultats de la course seront publiés sur place le soir même et sur le site de CAP Vercors. Conformément aux dispositions de la loi n° 78-17 du 11 janvier 1978 modifiée dite « informatique et libertés », les participants disposent d'un droit d'accès et de rectification quant aux données personnelles hébergées sur ces fichiers. Pour cela vous pouvez contacter [tespascap.inscription@gmail.com](mailto:tespascap.inscription@gmail.com) .

Notamment, si les participants souhaitent s'opposer à la publication de leur résultat, ils doivent expressément en informer l'organisateur à l'adresse [tespascap.inscription@gmail.com](mailto:tespascap.inscription@gmail.com)

.

## **Droit à l'image**

Pour toutes les photos prises dans le cadre de la course, les coureurs abandonnent leur droit à l'image au profit de CAP Vercors.

CAP Vercors se réserve la possibilité de pouvoir utiliser les éventuelles images de la manifestation sous quelque forme que ce soit.

A l'inscription à la course, le participant autorise à titre gracieux la reproduction et l'exploitation de son image au profit de l'organisateur ou de ses partenaires pour une durée de 5 ans.

## **Éthique de course**

Le coureur s'engage à préserver la nature et à ne jeter aucun déchet tout au long du parcours. En cas de blessure ou d'accident d'un concurrent, chacun devra porter secours à la victime ou avoir le comportement le plus approprié.

## **Disqualification - Réclamations**

Les concurrents seront mis hors-course pour cause de:

- Falsification de dossard
- Absence ou **non-visibilité** de dossard
- Absence de l'équipement obligatoire

- Utilisation d'élément de traction
- Dépassement des temps maximum autorisés aux postes de contrôle
- Pollution ou dégradation des sites traversés
- Manque de respect auprès du public ou des membres de l'organisation
- Utilisation d'un moyen de transport extérieur.

Le non-respect du règlement par un coureur peut entraîner une disqualification immédiate ou l'application d'une pénalité, après décision du comité d'organisation sans aucune possibilité de faire appel de cette sanction.

Les réclamations seront recevables jusqu'à 1h après l'arrivée du dernier coureur classé, directement auprès de l'organisation sur le site de départ/arrivée.

### **Annulation et remboursement**

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.

Toute cause d'annulation doit être justifiée par un certificat délivré par l'autorité compétente. Toute demande de remboursement doit nous parvenir, accompagnée du certificat, au plus tard le 15 juillet à l'adresse email : [tespascap.inscription@gmail.com](mailto:tespascap.inscription@gmail.com) . Après le 15 juillet, aucun remboursement ne sera pris en compte.

En cas de demande d'annulation, le remboursement des droits versés à l'inscription se fera avec 1€ de retenue.

### **Acceptation du règlement**

Avec son inscription, le participant :

- accepte sans aucune réserve le présent règlement et l'éthique de course.
- s'engage à suivre le parcours prévu.

Tout manquement à l'une de ces règles entraînera une pénalité de temps ou la mise hors course du participant sur décision du comité d'organisation.