



Trail des Trois Pics 2024 - Règlement

Article 1 - Organisation

Le Trail des Trois Pics est organisé par l'association Les Trois Pics, domiciliée au 50, rue de Chambord, 31170 Tournefeuille, ci-après dénommée l'Association.

Article 2 - Définition de l'épreuve

L'épreuve regroupe quatre courses : la T3P XL, la T3P L, la T3P M et le T3P S, ci-après dénommées les Courses.

La T3P XL est une course de moyenne montagne de 56 km et 3800 md+, en boucle depuis Arbas, effectuée uniquement en solo.

La T3P XL a lieu le 30 juin 2024 avec un départ d'Arbas à 5h30.

Le parcours s'effectue principalement sur pistes, sentiers et chemins.

Le parcours est intégralement balisé, l'utilisation de carte n'est pas nécessaire.

Le temps maximal est fixé à 14h, toutes pauses comprises, pour l'ensemble du parcours. Les coureurs ne seront plus classés au-delà de ces délais.

Aux cinq points intermédiaires, correspondant aux postes de ravitaillement ou de passage cités ci-dessous, des responsables de l'organisation inviteront les coureurs parvenant au-delà des limites horaires à stopper leur progression. Ces limites horaires sont les suivantes :

- Le Col du Portet d'Aspet : durée : 2h45 (heure limite d'arrivée : 8h15 – heure limite de départ : 8h20)
- La cabane de Piéjau : durée : 4h15 (heure limite d'arrivée : 9h45)
- La cabane de la Terme : durée : 6h00 (heure limite d'arrivée : 11h35)
- Col de l'Herbe Soulette : durée : 7h00 (heure limite d'arrivée : 12h30 – heure limite de départ : 12h40)
- Augirein : durée : 10h00 (heure limite d'arrivée : 15h30 – heure limite de départ : 15h40)

L'organisation se réserve le droit de modifier ces barrières horaires en fonction des conditions.

La T3P L est une course de moyenne montagne de 34 km et 2280 md+, en boucle depuis Arbas, effectuée uniquement en solo.

La T3P L a lieu le 30 juin 2024 avec un départ d'Arbas à 9h00 et sans limite horaire aux différents points de passage et d'arrivée.

Le parcours s'effectue principalement sur pistes, sentiers et chemins.

Le parcours est intégralement balisé, l'utilisation de carte n'est pas nécessaire.

La T3P M est une course de moyenne montagne de 22 km et 1400 md+ avec départ et arrivée à Arbas, effectué uniquement en solo

La T3P M a lieu le 30 juin 2024 avec un départ d'Arbas à 9h30 et sans limite horaire aux différents points de passage et d'arrivée.



Le parcours s'effectue principalement sur pistes, sentiers et chemins.

Le parcours est intégralement balisé, l'utilisation de carte n'est pas nécessaire.

La T3P S est une course de moyenne montagne de 12 km et 710 md+ avec départ et arrivée à Arbas, effectuée uniquement en solo

La T3P S a lieu le 30 juin 2024 avec un départ d'Arbas à 10h30 et sans limite horaire aux différents points de passage ou d'arrivée.

Le parcours s'effectue principalement sur pistes, sentiers et chemins.

Le parcours est intégralement balisé, l'utilisation de carte n'est pas nécessaire.

Article 3 - Conditions de participation

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 « Pas' 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);
- d'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) ;

Attention : les licences de la Fédération de Triathlon ne sont pas acceptées par le règlement édicté par la Fédération Française d'Athlétisme.

- ou d'un certificat médical digitalisé, en français, avec indication claire du nom du médecin, de non-contre-indication à la pratique de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, datant de moins d'un an à la date de la compétition. **Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la possession du certificat médical.**

Le certificat médical devra être téléchargé sur le site d'inscription au plus tard le samedi 29 juin 2024 avant 18h00. Aucun certificat médical ne sera accepté le jour de la course.

- Les participants étrangers sont tenus de fournir un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, même s'ils sont détenteurs d'une licence compétition émise par une fédération affiliée à World Athletics. Ce certificat doit être rédigé en langue française, daté, signé et permettre l'authentification du médecin, que ce dernier soit ou non établi sur le territoire national. S'il n'est pas rédigé en langue française, une traduction en français doit être fournie.

La T3P XL est réservée exclusivement aux coureurs nés en 2004 et avant. (Espoirs et +)

La T3P L est réservée exclusivement aux coureurs nés en 2004 et avant. (Espoirs et +)



La T3P M est réservée exclusivement aux coureurs nés en 2004 et avant. (Espoirs et +)
La T3P S est réservée exclusivement aux coureurs nés en 2006 et avant (Juniors majeurs et +).

Article 4 – Inscriptions

Les inscriptions sont limitées à 200 coureurs pour le T3P XL
Les inscriptions sont limitées à 350 coureurs pour le T3P L.
Les inscriptions sont limitées à 400 coureurs pour le T3P M.
Les inscriptions sont limitées à 250 coureurs pour le T3P S.

L'inscription se fera en ligne. Toute inscription ne sera prise en compte que si le dossier du coureur est complet (paiement et certificat médical ou licence, conformément à l'article 3 du présent règlement).

L'organisation se réserve le droit de mettre en place une liste de "dossards invités" et de la gérer comme bon lui semble.

Les inscriptions seront clôturées le jeudi 27/06/2024 à minuit sur internet.

Les inscriptions sur place ne sont pas garanties et seront clôturées le 30/06/2024, 30 minutes avant chaque course, ou dès que le quota de coureurs sera atteint.

Tarifs :

- T3P XL : 63€
- T3P L : 38€
- T3P M : 25€
- T3P S : 15€

Article 5 - Assistance et Ravitaillement

Le principe des Courses est l'autosuffisance alimentaire et matérielle. Cependant, des postes de ravitaillement seront disposés à différents points du parcours signalés sur la carte des Courses.

Aucune assistance extérieure à l'organisation n'est autorisée, tout au long du parcours.

Aucun ravitaillement n'est autorisé en dehors de ceux mis en place par l'organisation (et des vivres que chacun emporte avec lui).

Il est interdit de prendre, déposer ou changer du matériel durant les Courses.

Toute infraction à ces règles fera l'objet d'une pénalité d'une heure.

Postes de ravitaillement :

T3P XL - 5 ravitaillements :

- Col du Portet d'Aspet - 12km
- Col de l'Herbe Soulette - 28km
- Augirein - 42km
- Col de la Croix de Guéret - 51km
- Arbas arrivée

T3P L - 5 ravitaillements :

- Parking Fontaine de l'Ours - 6km
- Col du Portet d'Aspet – 12km
- Augirein – 19km
- Col de la Croix de Guéret – 28km
- Arbas arrivée

T3P M - 3 ravitaillements :

- Parking Fontaine de l'Ours – 6km
- Col de la Croix de Guéret – 15km
- Arbas arrivée

T3P S - 2 ravitaillements :

- Piste Forestière Coue d'Agnech - 6.5km
- Arbas arrivée

**ATTENTION AUCUN GOBELET NE SERA MIS A DISPOSITION SUR LES RAVITAILLEMENTS.
CHAQUE COUREUR DEVRA SE MUNIR DE SON PROPRE GOBELET.**



Article 6 - Matériel

Le matériel suivant est obligatoire :

- boisson 1.5 litres (XL) et (L)
- boisson 1 litre (M) et (S)
- des vivres
- une couverture de survie (mini 2x1.4)
- une veste coupe-vent type goretex (M-L et XL)
- une lampe frontale en état de fonctionnement pour la XL
- un sifflet
- un gobelet (pas de verre à disposition sur les ravitaillements)
- un ticket d'information secours

Matériel recommandé :

- une bande élastique permettant un bandage ou strapping
- une casquette, un bonnet, un bandeau ou un tour de cou
- des gants pour la XL et la L

Le matériel pourra être contrôlé mais avant tout il est obligatoire pour votre sécurité.
Les bâtons sont autorisés.

Article 7 - Respect de l'environnement

Il incombe à chaque coureur d'adapter son comportement aux règles de bon sens en termes de protection de l'environnement. Toute attitude volontaire contraire constatée entraînera la disqualification du coureur, notamment :

- jet de déchets personnels.
- circulation en dehors des sentiers balisés
- dégradation volontaire de l'environnement
- arrachage du balisage

Article 8 - Dossards

Les dossards seront à retirer :

- La veille des Courses :
 - à Arbas entre 16h00 à 19h00
- Le matin des Courses :
 - Pour la T3P XL : à Arbas entre 4h30 et 5h00
 - Pour la T3P L : à Arbas entre 6h30 et 8h30
 - Pour la T3P M : à Arbas entre 6h30 et 9h00
 - Pour la T3P S : à Arbas entre 6h30 et 10h00

Une pièce d'identité sera demandée pour le retrait du dossard.

Le dossard devra être visible et porté sur la poitrine, en permanence et durant l'intégralité des Courses.

Aucun échange, cession ou revente de dossard n'est possible, ni avant, ni pendant les courses.

Le désistement d'un coureur ne donne pas le droit d'échanger, de céder ou de revendre le dossard à quelqu'un. Seule l'organisation se réserve la possibilité de rouvrir les inscriptions ou valider une autre inscription à la suite d'un désistement.



Article 9 - Accompagnateur

Aucun accompagnateur ne sera admis sur le parcours.

Article 10 - Assurance et responsabilité

L'épreuve est couverte par une assurance responsabilité civile souscrite par les organisateurs.

Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de prendre une assurance individuelle accident en complément s'ils le souhaitent.

La responsabilité de l'Association sera dérogée dès le retrait du dossard pour abandon, pour disqualification (pointage tardif, dégradation ou non-respect du milieu naturel), par décision médicale ou sur décision du Directeur de Course.

Article 11 - Sécurité et Assistance

La sécurité sera assurée par un réseau de postes de contrôles, de signaleurs, et d'ouvriers. Les postes de contrôle constitueront des sites de pointage obligatoires pour les coureurs.

Plusieurs équipes de secouristes seront réparties sur les postes clés des Courses afin d'assurer la prise en charge des coureurs.

Une équipe médicale sera présente pendant toute la durée de l'épreuve. Mais elle ne saurait remplacer la vigilance et la responsabilité personnelle des participants et des membres de l'organisation.

Les médecins officiels seront habilités à retirer le dossard et à mettre hors course tout coureur inapte à continuer l'épreuve, mettant en danger tant sa sécurité personnelle que la sécurité générale des Courses.

Tout coureur doit assistance à personne en danger. En cas de problème grave, les coureurs devront en avvertir au plus vite l'organisation. L'organisation s'engage à un décompte du temps passé en cas d'intervention de ce type afin de ne pas pénaliser les coureurs à la recherche de la performance.

Article 12 - Abandon

En cas d'abandon, le coureur doit obligatoirement prévenir le responsable du poste de contrôle le plus proche et lui remettre son dossard.

Article 13 - Récompenses

Les 3 premiers au scratch homme et femme de chaque course recevront une récompense.

Aucune prime ne sera distribuée.

Article 14 - Commission nationale de l'informatique et des libertés

Les informations communiquées par les coureurs sont nécessaires pour la participation à l'épreuve. Elles font l'objet d'un traitement informatique et sont destinées au secrétariat de l'Association, qui se réserve le droit d'utiliser les informations collectées pour ses propres besoins ou pour les besoins d'un organisme tiers.

En application des articles 39 et suivants de la loi du 6 janvier 1978 modifiée, chaque coureur bénéficie d'un droit d'accès et de rectification aux informations le concernant. Un coureur souhaitant exercer ce droit et obtenir communication des informations le concernant devra s'adresser à l'Association.



Article 15 - Utilisation de l'image

Chaque coureur engagé et porteur d'un dossard autorise l'organisation à utiliser leur image (photos, vidéos) à des fins promotionnelles, à condition que cette dernière ait été réalisée durant l'épreuve.

Article 16 - Modification du parcours, annulation et report

En cas de mauvaises conditions météorologiques, et pour des raisons de sécurité, l'organisation se réserve le droit de différer le départ d'une ou des courses, d'arrêter la course momentanément ou totalement, d'en modifier le parcours, d'en raccourcir les distances sans préavis voire d'annuler la course.

Article 17 - Litige

En cas de litige, les deux parties s'engagent dans un premier temps à trouver un accord à l'amiable. Pour tout cas de litige non résolu, le Tribunal compétent sera le Tribunal de commerce de la ville de Toulouse.

Article 18 – Annulation

18-1 : A l'initiative d'un coureur :

Toute annulation à l'une des courses doit être faite par e-mail à l'adresse suivante : inscriptionst3p@gmail.com. Elle n'est possible que dans les cas suivants : accident, maladie, blessure. Un certificat médical doit être envoyé à cette même adresse.

L'inscription est remboursée dans sa totalité jusqu'au 8 Juin 2024. Au-delà de cette date aucun remboursement ne sera effectué.

18-2 : A l'initiative de l'organisation :

En cas d'annulation des épreuves pour quelques raisons que ce soit (météorologique, suite à décision préfectorale, ...) l'organisation étudiera les possibilités de dédommagement des coureurs en fonction des investissements réalisés sur les Courses et après étude des sommes restantes sur le budget.

L'inscription électronique (cases cochées) ou papier (signature) vaut connaissance et acceptation dudit règlement et de l'éventuelle charte sanitaire qui nous serait imposée par les services de l'État Français.