

**Courses organisées par  
L'Association des Coureurs de la Vallée de l'Andelle**

**ACVA**

[www.traildelyonslaforet.fr](http://www.traildelyonslaforet.fr)

Bulletin à compléter et à renvoyer avant le **15 mai 2019**

et accompagné obligatoirement :

Du règlement (chèque à libeller à l'ordre de l'ACVA)

De la copie de la licence en cours ou du certificat médical de moins d'un an (au jour de la compétition).

(Aucune inscription ne sera complète sans règlement et tout dossier incomplet se verra refusé)

à **Didier MARECHAL**

9 côte de LESSARD

27380 VANDRIMARE



Parking/ Retrait des  
Dossards /Arrivée :

**Salle multisports  
Rue de Rigolle  
27480 Lyons la Forêt**

(Dossards à partir de  
7h30)

**Contacts :**

Didier MARECHAL – 06 18 66 41 98



# TRAIL DE LYONS LA FORET

9ème étape  
Trail Tour Normandie

DÉPARTEMENT DE  
**L'EUVE**



**Le 19 Mai 2019**

trails de 12/22 et 35 km

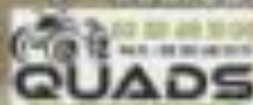
+ marches nordiques de 12 et 22km

+ randonnée de 12km

**5<sup>ème</sup> EDITION**

**DEPART 9h00**

1<sup>ère</sup> course 12/22km



UNIVERSITE  
DE EVRY



Organisé par

**ACVA**

Association des Courreurs de la Vallée de l'Andelle

Infos au : 06 18 66 41 98 - 02 32 48 04 12

didier.marechal030@orange.fr

[www.traildelyonslaforet.fr](http://www.traildelyonslaforet.fr)

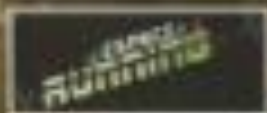


Illustration par nos soins - Art par www.art4you.com

# BULLETIN D'INSCRIPTION

## Trail de Lyons-la-Forêt (5<sup>ème</sup> édition)

A retourner avant le 15 Mai 2019 accompagné du règlement  
(chèques à l'ordre de l'ACVA)

ou inscription avec paiement en ligne sur <http://www.normandiecouseapied.com/>

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : Rue : .....

Code Postal : ..... Ville : .....

Tél. : .....

Mail : .....

Année de naissance (obligatoire) : .....

Sexe :  Homme  Femme

### Distance choisie :

- |  |  |                                      |                                      |
|--|--|--------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> randonnée 12 KM       | <input type="checkbox"/> Trail 12 KM           | <input type="checkbox"/> Trail 22 KM | <input type="checkbox"/> Trail 35 KM |
| <input type="checkbox"/> Marche Nordique 12 KM | <input type="checkbox"/> Marche Nordique 22 KM |                                      |                                      |

**Licencié** – Licences acceptées FFA (athlé entreprises-athlé compétition-athlé running ou pass running)-Licence d'une fédération agréée et portant la mention de non contre-indication à la pratique de la course à pied ou de l'athlétisme en compétition

joindre une **photocopie de la licence**

Numéro de Licence 2019 : .....

Club : .....

**Non licencié** - Un **certificat médical** de non contre-indication à la **pratique de la course à pied, de la Marche Nordique ou d'un sport en compétition de moins d'un an** (au jour de la compétition) doit être fourni avec l'inscription « photocopie » conseillée.

Conformément à la réglementation, aucun certificat ne sera rendu. **Non obligatoire pour la randonnée.**

## Horaires de départ et Tarifs

	distance	catégories	âge	tarif	inscription sur place	heure de départ
trail court	35km	d'espoir à Master4	à partir de 20 ans	17 €	(+3€)	9h00
trail découverte	22km	d'espoir à Master4	à partir de 20 ans	13 €	(+3€)	9h30
trail découverte	12km	de cadet à Master4	à partir de 16 ans	10 €	(+3€)	10h00
marche nordique	22km	d'espoir à Master4	à partir de 20 ans	13 €	(+3€)	9h30
marche nordique	12km	de cadet à Master4	à partir de 16 ans	10 €	(+3€)	10h00
randonnée	12km			5 €	(+2€)	10h00

**Vestiaires non gardés, douches**

**Lot aux 500 premiers inscrits**

**un TROPHEE offert au club le plus représenté sur l'ENSEMBLE des épreuves**

**(trails, marches nordiques ou randonnée)**



# Règlement des courses :

## Article 1 : **Organisateurs :**

Le trail de LYONS la FORET est organisé par le club de l'ACVA (Association des Coureurs de la Vallée de l'ANDELLE.)

**Il s'inscrit dans le calendrier du Challenge TrailTourNormandie (9<sup>ème</sup> étape) <https://fr-fr.facebook.com/TTNormandie/>**

## Article 2 : **Inscriptions :**

Les inscriptions peuvent se faire :  
-par **internet** sur le site : <http://www.normandiecouseapied.com/>  
-par **courrier** avec le bulletin d'inscription

-**sur place**, le jour de la course, avec un supplément de 2€(rando) et 3€(trails et MN) et au maximum 30' avant le départ de chaque course

Les courses sont conformes à la réglementation des courses pédestres FFA. Elles sont ouvertes à tous, licencié ou non. Elles impliquent la présentation d'une licence sportive [Licences acceptées FFA (athlé entreprises-athlé compétition-athlé running ou pass running)-UFOLEP-FSGT-FFPM] ou d'un certificat médical mentionnant l'absence de contre indication à la pratique sportive de la course à pied, de la marche nordique ou d'un sport en compétition datant de moins d'un an à la date de la course. Le certificat médical sera conservé comme justificatif par l'organisateur en cas d'accident. Certificat non obligatoire pour la randonnée.

**Article 3 : **Nombre de dossards :**** Le nombre de dossards disponibles pour les 5 courses est limité à 700. Les inscriptions seront closes sans préavis. L'engagement à la course par signature du bulletin d'inscription (papier ou en ligne) impose que tous les participants en acceptent le règlement. Un lot sera offert aux 500 premiers inscrits.

## Article 4 : **Retrait des dossards :**

Le retrait des dossards s'effectuera dès 7h30, le dimanche 19 mai 2019, à la salle multi sports de Lyons la Forêt sur présentation d'une pièce d'identité OBLIGATOIRE. La clôture des inscriptions se fera **30 minutes** avant les différents départs. Les droits d'inscriptions seront acquis à l'organisation, par conséquent aucun remboursement ne sera effectué. Le dossard est nominatif et ne peut être cédé, vendu à qui que ce soit (il doit être visible sur le coureur). L'organisation décline toute responsabilité pour tous les coureurs sans dossard.

## Article 5 : **Les parcours :**

Les parcours sont d'environ 12 km, 22 km et 35 km sur chemins forestiers, sentiers balisés et quelques portions de routes présentant des dénivelés positifs respectifs de 350m, 700m et 1080m. Les parcours passeront sur des terrains publics et privés. Ils sont à allure libre (coureur, marcheur).

Par respect pour l'environnement, le participant a l'obligation de suivre le tracé de sa course.

L'usage des bâtons est autorisé, sous la responsabilité du concurrent qui prendra toutes les précautions que requiert leur usage en course.

## Article 6 : **Les ravitaillements :**

Les ravitaillements sont prévus avec 1 poste de ravitaillement à mi parcours pour le trail de 22 Km et 3 postes pour le 35 km (6<sup>ème</sup>, 18<sup>ème</sup> et 25<sup>ème</sup> km). Un ravitaillement est aussi prévu à l'arrivée pour toutes les courses, marches nordiques et la randonnée.

## Article 7 : **La sécurité et les secours :**

Plusieurs signaleurs sont postés sur les parcours, ainsi que des postes radio aux points les plus délicats afin d'assurer la sécurité de chacun ; en complément des signaleurs, des flèches seront mises le long du parcours pour indiquer les directions à prendre. Les secours seront assurés par l'organisation et conformément au règlement des courses hors stade (une équipe de secouristes, une ambulance, un médecin...).

## Article 8 : **Les départs et les arrivées:**

Les départs sont tous prévus au niveau de la place des Halles de Lyons la Forêt. Ils s'effectueront à 9H pour le 35 km, à 9H30 pour le trail et la MN de 22 km, à 10H00 pour le trail, la MN et la rando de 12 km. Les dernières consignes seront données 10 minutes avant le départ de chaque course, sur le lieu de départ, et la présence de tous les participants sera obligatoire.

Les arrivées sont prévues sur le stade de la salle multi-sports de Lyons-la-Forêt.

## Article 9 : **Arrêt de course:**

Les organisateurs se réservent le droit d'arrêter la course à tout moment en cas d'accident corporel grave ou multiple, ou d'intempéries exceptionnelles susceptibles de mettre en danger les participants. Les coureurs devront alors respecter les consignes de sécurité données par les signaleurs. Aucun remboursement d'engagement ne sera effectué.

## Article 10 : **Respect des consignes (sécurité et environnement):**

Les coureurs s'engagent à respecter les consignes de sécurité spécifiées par les signaleurs et à se conformer aux règles du code de la route lorsqu'ils évolueront sur les routes. Parce qu'ils ne respecteront pas les consignes des signaleurs, le tracé des parcours, l'environnement et la nature (jet de gels, de bouteilles plastiques, de débris non bio dégradable) ils pourront se voir être mis hors course.

## Article 11 : **Assurance :**

Un contrat de responsabilité civile a été souscrit auprès de l'AIAC courtage, assurance de la F.F.A. Les coureurs participent à cette épreuve sous leur responsabilité, ainsi que pour les objets perdus ou dérobés. Ils renoncent à faire valoir des droits à l'égard des organisateurs, quelque soit le dommage éventuellement subi.

## Article 12 : **Certificat Médical ou Licence :**

Tous les coureurs attestent être en possession de l'original de leur licence

ou certificat médical, et sera en mesure de le présenter au retrait de son dossard. Lors de l'inscription, le participant fournira une photocopie de sa licence FFA (Licence Athlé Entreprise, Athlé Compétition, Athlé Running ou Pass Running délivré par FFA), ou licence d'une fédération agréée et portant la mention de non contre-indication à la pratique de l'athlétisme ou de la course à pied en compétition, et pour les non-licenciés, un certificat médical, de moins d'un an le jour de la course, avec la mention OBLIGATOIRE\* (art. L232-2 du Code du Sport)

**\*« de non contre-indication à la pratique de la course à pied, de la marche nordique ou d'un sport en compétition »**

## Article 13 : **Contrôles :**

Des pointages seront effectués en plusieurs points du parcours. Le dossard doit être apposé sur le devant du coureur en position haute ou basse dans son intégralité, le coureur ne doit passer la ligne d'arrivée qu'une seule fois. Les coureurs ne peuvent pas être accompagnés, que ce soit par un autre coureur sans dossard ou un cycliste.

## Article 14 : **Abandon :**

Le concurrent qui abandonnera la course, remettra impérativement son dossard, soit au poste de ravitaillement, soit à un signaleur/orienteur.

## Article 15 : **Résultats et remise des prix :**

La remise des prix aura lieu, une fois les courses terminées, à la salle multi-sports de LYONS la FORET.

Prix aux :  
3 premières femmes du classement Scratch des 3 trails.  
3 premiers hommes du classement Scratch des 3 trails.  
2 premières femmes du classement Scratch des 2 marches nordiques.  
2 premiers hommes du classement Scratch des 2 marches nordiques.

Trophée aux :  
1<sup>er</sup> de chaque catégorie femme et homme pour les 3 trails.

**un TROPHEE offert au club le plus représenté sur l'ENSEMBLE des épreuves (trails, marches nordiques ou randonnée)**

## Article 16 **Droit à l'image :**

Pour le droit à l'image, tout participant renonce expressément à se prévaloir du droit à l'image durant l'épreuve, comme il renonce à tout recours à l'encontre de l'organisation pour l'utilisation faite de son image. **L'organisation** **Signature obligatoire :**

***Toute personne s'engageant reconnaît avoir pris connaissance et accepte le règlement des courses.***