

REGLEMENT EKI'GESNES

Le club de La Foulée Gesnoise organise son traditionnel marathon relais par équipe de 2, 3 ou 4 coureurs, l'**EKI'GESNES**.

Le parcours de 10KM600 est constitué de 30% route et 70% chemin. Il est à boucler quatre fois pour l'EKI'GESNES.

Le départ et l'arrivée sont au centre de Gesnes le Gandelin (place de la mairie), le 14 juillet 2023.

Départ 9H00 pour le premier relais de la course Départ 10H00 pour la rando Départ 10h30 pour la marche nordique

Les ravitaillements : 2 pour les coureurs (KM 5 et à l'arrivée) ; 1 pour les marcheurs sur présentation d'un ticket (KM 5).

Les relais se font au niveau de la ligne départ/arrivée. Le coureur bouclant son tour passe le témoin au coureur suivant et remet son dossard dans le couloir d'arrivée. Pour des raisons de sécurité les équipes de 2 ou 3 doivent relayer après chaque tour ; il n'est pas possible de faire deux boucles successives. Le dernier relayeur vient pointer en déposant obligatoirement le témoin et son dossard dans le couloir d'arrivée.

A 12h00, départ de tous les 4^{èmes} relayeurs restants même si les 3^{èmes} relayeurs ne sont pas arrivés (aucune incidence sur le chronométrage).

Classement : total des chronos des coureurs de l'équipe. Les temps individuels seront indiqués.

Podium et récompenses : aux 3 premières équipes 4 relais hommes, aux 3 premières équipes 4 relais femmes, aux 3 premières équipes 4 mixte, à la première équipe 2 femmes, à la première équipe 2 hommes, à la première équipe 2 mixte (1 homme + 1 femme).

Tirage au sort des dossards : les lots seront remis aux coureurs présents.

Marathon relais ouvert à partir de la catégorie cadet sous réserve pour cette catégorie de n'effectuer qu'un seul relais. **Remise obligatoire de l'autorisation parentale signée ci-après pour tous les participants mineurs.**

Certificat médical : Le certificat médical est obligatoire pour cette course avec mention de non-contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an au 14 juillet 2023.

Pour les licenciés, une copie de la licence en cours de validité peut remplacer le certificat médical. Seules sont recevables les licences athlé compétition, les licences athlé santé loisir option running ou un pass running délivré(es) par la FFA ; les licences FSGT option course à pied en compétition **ou sport en compétition**

Les engagements pourront être pris **au plus tard le 13 juillet** entre 18H00 et 21H00 (salle de la cantine ou par voie postale impérativement avant le 12 juillet 2023 **ou sur le site Normandie Course à Pied**

Prix de la course relais par équipe de 4 : 36€ (44 € pour les inscriptions le 13 juillet, **pas d'inscription le 14 juillet**).

Prix de la course relais par équipe de 3 : 30€ (36 € pour les inscriptions le 13 juillet, **pas d'inscription le 14 juillet**).

Prix de la course relais par équipe de 2 : 26€ (30 € pour les inscriptions le 13 juillet, **pas d'inscription le 14 juillet**).

Prix de la marche : 2 € (gratuit pour les mineurs) donnant droit à un ticket de ravitaillement ; l'inscription (pour la marche uniquement) pourra se faire jusqu'au 14 juillet avant 9H30 (salle de la cantine).

Bulletin d'inscription téléchargeable sur la Page Facebook : Eki'Gesnes ou par mail (**dde à effectuer à y.lucas1@outlook.fr**)

Retrait des dossards (salle de la cantine) : le 13 juillet 2023 de 18H00 à 21H00 et le 14 juillet 2023 de 07H00 à 08H30.

Absent le jour : pour les équipes de 3 et 4 coureurs, possibilité d'être remplacé par l'un des autres coureurs ou un nouveau coureur sur présentation d'un certificat médical comme précisé ci-avant.

Droit d'image : du fait de son inscription chaque coureur donne à l'organisateur un pouvoir tacite pour utiliser toute photographie ou image concernant l'évènement afin d'en assurer la promotion.

Une assistance médicale est assurée conformément aux règlements en vigueur.

Responsabilité civile : les organisateurs sont couverts par une police d'assurance.

Individuelle accident : les licenciés FSGT bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

Annulation de la course : l'organisateur se réserve le droit d'annuler la course en cas de force majeure ou si la sécurité n'est plus assurée.

INSCRIPTIONS GRATUITE EKI'GESNES : ATTENTION ! L'ORDRE DES DEPARTS SE FERA DANS L'ORDRE DES INSCRIPTIONS

*** MENTIONS OBLIGATOIRES PAS D'INSCRIPTION LE JOUR DE LA COURSE.**

* Nom coureur	* Prénom	* Année de naissance	* Sexe H/F	Ville ou club
1 ^{ère} (e)				
Adresse et mail			
2 ^{ème}				
Adresse et mail			
3 ^{ème}				
Adresse et mail			
4 ^{ème}				
Adresse et mail			
* Nom de l'équipe obligatoire	(1 seule ligne pour le nom de l'équipe)			
Coureur seul équipe incomplète ou renseignements, veuillez contacter Yves Lucas au 06 95 47 74 06 avant le 12 juillet 2023				

RAPPEL : Le certificat médical est obligatoire pour cette course avec mention de non-contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an au 14 juillet 2023 ou pratique du sport en compétition.

Pour les licenciés, une copie de la licence en cours de validité peut remplacer le certificat médical. Seules sont recevables les licences athlé compétition, les licences athlé santé loisir option running ou un pass running délivré(es) par la FFA ; les licences FSGT option course à pied en compétition

Tout concurrent reconnaît avoir pris connaissance du règlement de la course Eki'Gesnes 2023 et en accepte toutes les clauses

AUTORISATION PARENTALE

J'autorise mon fils, ma fille..... à participer à la course dite l'Eki'Gesnes et par là même dégage l'organisateur de toute responsabilité en cas d'accident.

Date.....

Signature

Envoyer inscription, certificat médical ou copie licence et paiement (ordre de La Foulée Gesnoise) à Yves LUCAS, 4 rue de la madeleine, 72130 Gesnes le Gandelin

BONNE COURSE ET BONNE MARCHE A TOUS

PENSEZ A RECYCLER CE FLYER ET A UTILISER LES POINTS DE COLLECTE MIS A VOTRE DISPOSITION SUR LE PARCOURS

REGLEMENT EKI'POUSS et EKI'JEUNE

Le club de la Foulée Gesnoise organise, pour une nouvelle édition **l'EKI'POUSS et l'EKI'JEUNE**.

L'EKI'POUSS est une galopade athlétique organisée pour les 5-9 ans, sans dossards, sans classements sans chronométrage conformément à la réglementation officielle.

L'EKI' JEUNE est une course pour les catégories poussins et poussines, benjamins, benjamines, minimes garçons et filles (10-15 ans).

Départs et Arrivées se font au centre de Gesnes le Gandelin (place de la mairie), le 14 juillet 2023.

Départ : 9h05 pour l'EKI'POUSS 9h07 pour l'EKI'JEUNE. Le respect de ces horaires est impératif pour le bon déroulement des épreuves. A 9h30, au plus tard, il sera mis définitivement fin à celles-ci.

Le parcours se fait sur route et sur une boucle de 550 mètres. Selon les catégories, la distance à parcourir est de :

- EKI'POUSS : une boucle pour les mini poussins (nés en 2014/2015/2016) et baby athlé (2017 et après) soit 550 mètres
- EKI'POUSS : deux petites boucles pour les poussins (nés en 2012/2013) soit 1100 mètres.
- Course EKI'JEUNE : une grande boucle pour les benjamins (nés en 2010/2011) soit 2100 mètres.
- Course EKI'JEUNE : une grande + une petite boucles pour les minimes (nés en 2008/2009) soit 2650 mètres.

Classement : un classement sera établi pour les catégories poussins (G et F), benjamins (G et F), minimes (G et F).

Podium et récompenses : Un podium avec récompenses sera organisé pour les trois premiers (G et F) des catégories poussins, benjamins, minimes. Un souvenir sera remis à chacun des participants de l'EKI'POUSS et de l'EKI'JEUNE.

Certificat médical : Pour chacun des participants, **un certificat médical** doit obligatoirement être joint au bulletin d'inscription. Il doit dater de **moins d'un an** à la date de l'épreuve et comporter la mention de « non-contre-indication à la pratique de la course à pied **en compétition** (pour les catégories **poussins, benjamins et minimes**) ou de non contre-indication à la **pratique de la course à pied** (pour les catégories **mini poussins**) ». Sans certificat médical conforme, il n'y aura pas de départ possible.

Pour les licenciés, une copie de la licence en cours de validité peut remplacer le certificat médical. Seules sont recevables les licences athlé compétition, les licences athlé santé loisir option running ou un pass running délivré(es) par la FFA ; les licences FSGT option course à pied en compétition.

Autorisation parentale : **Une autorisation parentale** signée et établie selon le modèle ci-après doit obligatoirement être jointe au certificat médical. Sans autorisation parentale signée, pas de départ possible.

Les engagements : Ils pourront être pris au plus tard par voie postale uniquement jusqu'au **12 juillet 2023**.

L'inscription est possible sur place le jour de la course jusqu'à 8h30. L'inscription est **gratuite**. (Pas d'inscription Internet)

Retrait des dossards et des brevets d'inscription : Ils se font salle de la cantine à Gesnes le Gandelin le 13 juillet 2023 de 18h00 à 21h00 ou le 14 juillet 2023 de 07h00 à 8h30.

Droit d'image : Du fait de l'inscription, le représentant légal du coureur donne à l'organisateur un pouvoir tacite pour utiliser toute photographie ou image concernant l'évènement pour la promotion.

Assistance médicale : Elle est assurée conformément aux règlements en vigueur.

Responsabilité civile : Les organisateurs sont couverts par une police d'assurance.

Individuelle accident : Les licenciés jeunes FSGT bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants d'être assurés personnellement.

Annulation de l'épreuve : L'organisateur se réserve le droit d'annuler l'épreuve en cas de force majeure ou si la sécurité n'est plus assurée.

INSCRIPTION EKI'POUSS* ou EKI'JEUNE* (* rayez la mention inutile)

<u>NOM</u>	<u>Prénom</u>	<u>Date de naissance</u>	<u>Sexe</u> <u>H/F</u>
<u>Adresse et mail</u>			

AUTORISATION PARENTALE

Je soussigné (nom et prénom) autorise mon fils, ma fille (nom et prénom)..... À participer à l'épreuve dite EKI'POUSS* ou EKI'JEUNE*(rayez la mention inutile), et reconnais avoir pris connaissance du présent règlement, en acceptant toutes les clauses et par là même dégage l'organisateur de toute responsabilité en cas d'accident.

Date :

Signature :

Envoyer l'inscription à Yves LUCAS, 4 rue de la madeleine 72130 Gesnes le Gandelin

Renseignements : s'adresser au Président de la Foulée Gesnoise : **Yves LUCAS au 06 95 47 74 06**

BONNE COURSE ET BONNE MARCHE A TOUS

PENSEZ A RECYCLER CE FLYER ET A UTILISER LES POINTS DE COLLECTE MIS A VOTRE DISPOSITION SUR LE PARCOURS