

# Trail du Rouvray

**DIMANCHE 17 NOVEMBRE 2024**  
**Saint-Étienne du Rouvray**

Récompenses à tous les participants !

- 9H : 22 KM

- 9H30 : 10 KM

- 9H35 : MARCHE NORDIQUE

**Nouveauté 2024 :**  
Suppression du ravitaillement sur les 10 km

**Inscription avant le 17 novembre obligatoire**



Épreuve(s) limitée(s) à 800 dossards.  
Chronométrage avec puces électroniques jetables.  
Renseignements au 06 61 70 32 12

Un événement accompagné par



# BULLETIN D'ENGAGEMENT INDIVIDUEL

## Trail du Rouvray 2024

Inscription en ligne sur [www.timepulse.run/evenements](http://www.timepulse.run/evenements)

OU

**Retourner ce bulletin** accompagné des frais d'inscription, de la photocopie de la licence sportive FFA en cours de validité ou de l'attestation papier de réalisation du Parcours de Prévention Santé (PPS) de moins de 3 mois ou à défaut d'un certificat médical de moins d'un an de non-contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition\* avant le samedi 9 novembre 2024.

\* Documents obligatoires pour valider l'inscription et obtenir un dossard

**Rappel : Pas d'inscriptions le jour de la course !**

Nom \_\_\_\_\_

Prénom \_\_\_\_\_

Date de naissance \_\_\_\_\_ Sexe :  M  F

Adresse \_\_\_\_\_

Code postal \_\_\_\_\_ Ville \_\_\_\_\_

Courrier électronique \_\_\_\_\_ Tél \_\_\_\_\_

Signature : (joindre autorisation parentale pour les moins de 18 ans)

### Épreuve choisie (cocher la case)

**Attention :** être né(e) avant 2007 pour s'engager sur le Trail de 22 km et avant 2009 pour s'engager sur le 10 km et la marche nordique.

Le Trail de 22 km – Départ 9h

Le Trail de 10 km – Départ 9h30

La marche nordique de 10 km – Départ 9h35

Licence : \_\_\_\_\_

Je suis licencié(e) « course à pied » FFA - Athlé compétition ou entreprise

N° de licence \_\_\_\_\_

Club \_\_\_\_\_

Non licencié(e) (ou autre licence): joindre l'attestation PPS de moins de 3 mois ou à défaut un certificat médical de « non-contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition » de moins d'un an à la date de la course.

### Frais d'inscription

- 12 € La marche nordique
- 12 € Le Trail 10 km
- 15 € Le Trail 22 km

dont 0,50 € reversés au Téléthon. Supplément de 3€ si inscription du 10 au 16 novembre 2024.

**Bulletin à envoyer avant le 9 novembre 2024 à :**

Jérôme PESQUET 3 allée Mozart – Apt. 4 F 76100 ROUEN

accompagné d'un chèque à l'ordre de: Running Club Stéphanaï 76

## Trail du Rouvray 2024

2 distances : 10 et 22 km et 3 courses sur parcours forestier dégagé et sécurisé en forêts du Madrillet et du Rouvray.

» Départ et arrivée : Gymnase de l'INSA,  
160 avenue Galilée — Saint-Étienne-du-Rouvray

» Horaires de départ : 9h (22 km), 9h30  
(10 km), 9h35 (marche nordique de 10 km)

### Extraits du règlement

- Épreuve ouverte aux licenciés « course à pied » FFA uniquement et aux non-licenciés nés en 2007 et avant pour le 22 km et en 2009 et avant pour le 10 km et la marche nordique. Tout non-licencié doit fournir à son inscription son attestation PPS ou à défaut un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition de moins d'un an (18/11/2023).

- Épreuve(s) limitée(s) à 800 dossards.

- Chronométrage avec puces électroniques jetables par la société TimePulse. run.

- Chaque participant est tenu de respecter le milieu naturel forestier.

- Tout accompagnateur – même à bicyclette – est interdit sous peine de disqualification du concurrent

- Obligation de porter le dossard en son intégralité et uniquement sur la poitrine.

- Signaleurs sur le parcours — fléchage par pancartes et rubalise — Assistance sanitaire et médicale.

- 1 seul ravitaillement sur le parcours du 22 km au km 10,520 — Vestiaires, douches, parkings.

- Temps limite (22 km) : 1h30 maxi au km 10,520 (ravitaillement) – mise hors course immédiate.

- Les organisateurs sont couverts par une assurance responsabilité Civile M.M.A. Les licenciés bénéficient de l'assurance liée à leur licence et les autres de leur assurance personnelle responsabilité civile et individuelle accident.

- L'organisation du Trail du Rouvray décline toute responsabilité en cas de vol.

- L'organisation se réserve la possibilité en cas de conditions météorologiques défavorables (vent fort, orage, vigilance orange) de différer l'épreuve, voire de l'annuler.

- Association/Club : prix réduit à partir du 11<sup>e</sup> inscrit/Challenge du nombre sur les 3 courses.

- Lot remis à chaque participant par l'organisation lors du retrait du dossard.

- Les 3 courses donnent lieu à l'établissement d'un classement et d'une remise de récompenses.

- Coupes aux 3 premiers au scratch (H/F) et aux 3 premiers par catégorie déterminée par l'organisation – voir liste dans le règlement de l'épreuve et affichage au gymnase – pas de cumul possible.

- Tout concurrent renonce expressément à se prévaloir du droit à l'image durant l'épreuve.

- Tout participant reconnaît avoir pris connaissance dudit règlement et en accepter toutes les clauses.

Règlement complet sur [trail-du-rouvray.blogspot.fr](http://trail-du-rouvray.blogspot.fr)

### Inscription

Inscription en ligne sur le site de TimePulse. run ou à l'aide du bulletin d'engagement individuel accompagné des frais d'inscription :

- 12 € pour le 10 km et la marche nordique

- 15 € pour le 22 km

- 0,50 € par inscription sont reversés à l'AFM TÉLÉTHON 2024.

Tarifs appliqués jusqu'au samedi 9 novembre 2024. Supplément de 3 € pour les bulletins remis ou reçus entre le 10 et le 16 novembre 2024.

Paiement par chèque à l'ordre du Running Club Stéphanois 76 accompagné de la photocopie de la licence sportive FFA en cours de validité et pour les non-licenciés de l'attestation papier du PPS ou à défaut un certificat médical de moins d'un an de non-contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition.

Tous ces documents sont obligatoires pour valider l'inscription et obtenir un dossard.

Le tout est à adresser à Jérôme Pesquet.

Tarif « Spécial Club, groupe, association » : réduction de 1 € à compter du 11<sup>e</sup> inscrit sur les 3 épreuves.

Aucune inscription possible le dimanche 17 novembre 2024.

### Retrait des dossards

- Samedi 16 novembre 2024 de 15h à 18h

- Dimanche 17 novembre 2024 à partir de 7h30

**Gymnase de l'INSA** – Parking gratuit le jour de l'épreuve : UFR de Rouen Sciences & Techniques.

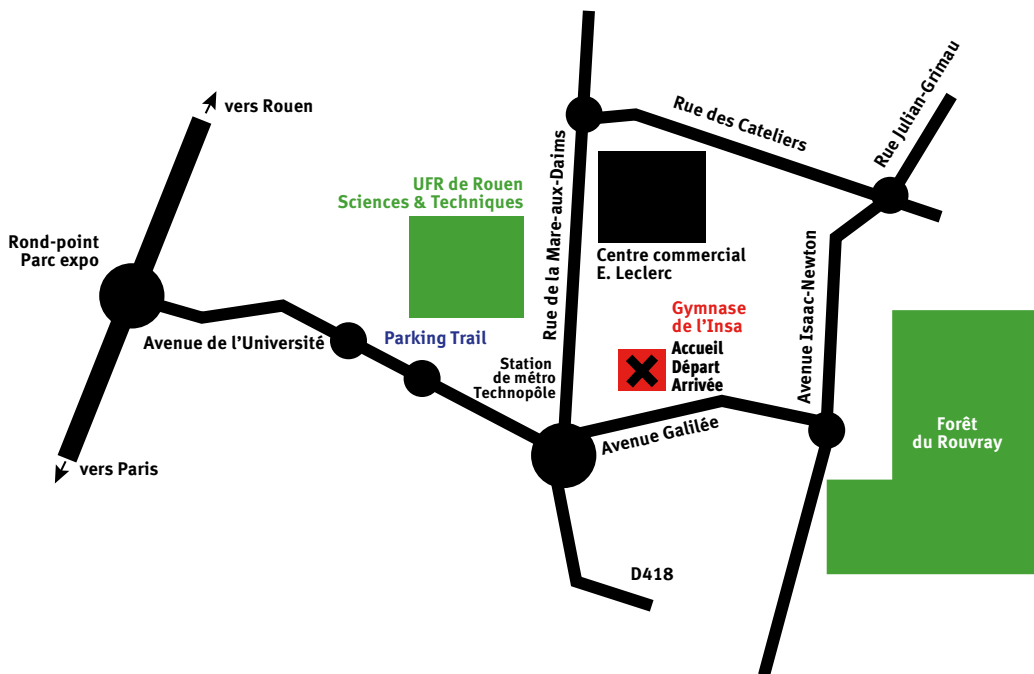
### Sites et bulletins d'inscription

- [www.timepulse.run/evenements](http://www.timepulse.run/evenements)

- [www.normandiecoursseapied.com](http://www.normandiecoursseapied.com)

- [trail-du-rouvray.blogspot.fr](http://trail-du-rouvray.blogspot.fr)

Renseignements : 06 61 70 32 12



**Il est recommandé à chaque concurrent d'être muni d'un téléphone portable afin de prévenir l'organisation d'un éventuel incident sur le parcours :**

**Numéro à enregistrer : 07 83 86 75 36**