



Règlement



Vars Mountain Trail

2024

Article 1 : ORGANISATION

L'association Les Intenses sessions en collaboration avec l'Office de Tourisme de Vars, organisent les 27 et 28 juillet 2024, la 10^{ème} édition du Vars Mountain Trail. Au programme, 5 courses à pied en montagne ouvertes à tous, Hommes ou Femmes, licenciés ou non : le KV de la Mayte, la foulée du château, le tour des crêtes, les 5 cols et le tour des villages.

Article 2 : CONDITIONS D'ADMISSION

Conformément à la loi du 23 mars 1999, les inscriptions ne seront enregistrées que si elles sont accompagnées

- **D'une licence Athlé compétition, 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.
- **Ou d'une licence sportive en cours de validité** à la date de 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 : **FCD, FFSA, FFH, FSPN, ASPTT, FSCF, FSGT, UFOLEP**
- Ou pour les majeurs non licenciés, **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 d'un an à la date de la compétition. Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la possession du certificat médical. Ce dernier sera conservé dix ans par l'organisateur en tant que justificatif en cas d'accident, il ne sera pas retourné
- ou pour les mineurs : le sportif et les personnes exerçant l'autorité parentale renseignent conjointement un questionnaire relatif à son état de santé dont le contenu est précisé par arrêté conjoint du ministre chargé de la santé et du ministre chargé de sports. Les personnes exerçant l'autorité parentale sur le sportif mineur attestent auprès de la fédération que chacune des rubriques du questionnaire donne lieu à une réponse négative. À défaut, elles sont tenues de produire un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de la discipline concernée datant de moins de six mois.
- **Les licences étrangères ne sont pas acceptées.** 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.

En l'absence de l'un ou de l'autre de ces documents pas de dossard possible

Article 3 : LES PARCOURS

1) Le KV de la Mayt 3,7 Km / 930m D+

Samedi 27 juillet 2024

Retour aux sources avec le retour de la toute première version du KV. Départ depuis le village de **Sainte-Marie**. La première partie de l'ascension vous mènera jusqu'au lac de Peyrol. La deuxième partie de course se corse avec la montée en direction du sommet de la Mayt. En guise de récompense : une vue panoramique sur l'arc alpin (**Ecrins, Queyras, Parpaillon**).

Bien plus qu'un défi, ce parcours est une aventure unique à vivre !

Informations pratiques

- Départ : 9h00
- Distance : 3,7 Km
- Dénivelé : 930m D+
- Format : mass start individuel
- Nombre maximum de dossard : 150
- Matériel obligatoire : Gobelet individuel
- Matériel conseillé : bâtons
- Catégorie : de junior à master
- Prix d'inscription : 13€ jusqu'au 31 mai, puis 15€, puis 18€ le jour même.
- Retrait des dossards : Vendredi Soir 17h - 20h et Samedi 7h - 8h30
- 1 ravitaillement (Sommet de la Mayte Arrivée)

2) Le Tour des Villages 3,6 Km / 210 m D+ - Biathlon été ou Randonnée.

Samedi 27 juillet 2024

Pour une expérience chaleureuse et familiale, choisissez le Tour des Villages. Cette édition introduit une nouveauté : **un biathlon version Tour des Villages**. Les participants devront réussir une séance de tir à la carabine, les résultats définiront leur position de départ. Un circuit chronométré qui promet d'enchanter les jeunes et les moins jeunes. Pour ceux préférant explorer sans la pression du temps, le Tour des Villages est également disponible en mode randonnée. Une manière amusante de profiter du parcours en famille ou entre amis.

Informations pratiques

- Départ : 16h
- Distance : 3,6 Km
- Dénivelé : 210m D+
- Format : 2 formats chronométrés avec tir à la carabine ou non chronométré
- Nombre maximum de dossard : 200
- Catégorie : de Minime à master
- Prix d'inscription : 4€ à partir des Minimes - 6€ pour la chrono
- Retrait des dossards : Samedi 14h00 à 15h30

- 1 ravitaillement (Sainte-Marie Arrivée)

3) Foulée du Château 11 Km / 690 m D+

Samedi 27 juillet 2024

Pour ce nouveau format de course, le parcours débute à Sainte-Marie et traverse le pont de la Salce, puis se poursuit en direction des villages de Sainte-Catherine et de Saint-Marcellin. Vous passerez à proximité du magnifique lieu-dit « le Château de Vars », situé à 1818 mètres. Après cette étape, vous traverserez les villages de Sainte-Catherine et de Saint-Marcellin pour franchir l'arrivée au village de Sainte-Marie. Prêt à relever le défi ?

Informations pratiques

- Départ : 18h00
- Distance : 11 Km
- Dénivelé : 690m D+
- Format : mass start individuel
- Nombre maximum de dossard : 300
- Matériel obligatoire : réserve d'eau de 50 cl, gobelet individuel, coupe-vent
- Catégorie : de junior à master
- Prix d'inscription : 15€ jusqu'au 31 mai, puis 18€, puis 20€ le jour même.
- Retrait des dossards : Vendredi Soir 17h - 20h, Samedi 15h30 - 17h30
- 1 ravitaillement (Sainte-Marie Arrivée)

3100

4) Le Tour des Crêtes 42 Km / 3100 m D+

Dimanche 28 juillet 2024

Cette année 2024 marquera le grand retour du **format marathon du Tour des Crêtes** dans une version revisitée. Le parcours débute par une ascension exigeante vers le **Pic de Chabrières** et **la tête de Paneyron** culminant à 2850m, offrant des vues magnifiques sur les massifs du Queyras et du Chambeyron. Les participants surplomberont ensuite le **Vallon Laugier**, le **Col de Serenne** jusqu'à atteindre **les crêtes de Vars**. Ce spot incontournable, véritable balcon aérien et panoramique, à cheval entre les 2 vallées, promet une expérience unique. La course s'achèvera en beauté dans **les bois de la Pinée**.

Informations pratiques

- Départ : 08h00
- Distance : 42 Km
- Dénivelé : 3100m D+
- Barrières horaires :
 - Km 19 : Col de Vars à 12h
 - Km 30 : Parking des Couinets
- Format : mass start individuel
- Nombre maximum de dossard : 300
- Matériel obligatoire : réserve d'eau de 1 litre, gobelet individuel, coupe-vent, sifflet, couverture de survie
- Catégorie : de Espoir à Master

- Prix d'inscription : 35€ jusqu'au 31 mai, puis 40€, puis 45€ le jour même.
- Retrait des dossards : Vendredi soir 17h - 20h, samedi 14h - 18h et Dimanche 6h-7h30
- 4 Ravitaillement : Sommet du KL km10 / col de Vars km19 / Parking des Couinets km30 / Sainte-Marie arrivée.

5) Les 5 cols : 23 Km / 1 400 m D+

Dimanche 28 juillet 2024

Relevez le défi de la course des 5 Cols, un nouveau format de course exigeant de 23 km et 1300m D+ spécialement conçu pour les passionnés de trail en quête d'aventure et de dépassement.

Cette course relie deux points emblématiques : **le Col de Vars et le village de Sainte-Marie**. Au début du parcours, préparez-vous à affronter la montée la plus longue de 670 m qui vous mènera directement à la Tête de Paneyron. Par la suite, vous contournez le **lac de l'Etoile** jusqu'à atteindre le **col de Serenne**. En dernière partie de course vous arriverez au **col de la Coulette** pour rejoindre le célèbre panorama des **crêtes de Vars**. Une vue aérienne et panoramique vous récompensera avant de terminer votre parcours dans la forêt de la Pinée, juste avant d'arriver au village de Sainte-Marie.

Informations pratiques

- Départ : 10h30
- Distance : 23 Km
- Dénivelé : 1400m D+
- Barrières horaires :
 - Km 9 : Parking des Couinets
- Format : Mass start individuel
- Nombre maximum de dossard : 300
- Matériel obligatoire : réserve d'eau de 1 litre, gobelet individuel, coupe-vent, sifflet, couverture de survie
- Catégorie : de Espoir à Master
- Prix d'inscription : 20 € jusqu'au 31 mai, puis 24€, puis 27€ le jour même.
- Retrait des dossards : Vendredi soir 17h - 20h, samedi 14h - 18h et Dimanche 7h30 10h00
- 2 ravitaillements: Parking des Couinets km30 / Sainte-Marie arrivée

Article 4 : INSCRIPTIONS

Inscription en ligne sur le site ci-dessous partir du 06 mars 2024 :

<https://www.chronometrage.com/events/vars-mountain-trail>

Article 5 : REMISE DES DOSSARDS

Au préalable, tous les dossiers d'inscription devront être complétés et validés via le site d'inscription : <https://www.chronometrage.com/events/vars-mountain-trail>

Les concurrents seront invités à se présenter par parcours dans le créneau horaire imparti afin de limiter le flux et la présence en nombre et en continu de personnes sur le site. Une communication sera réalisée en ce sens via le site internet et les réseaux sociaux. Seuls les concurrents seront autorisés à retirer leur dossard (aucun accompagnant).

Article 6 : ASSISTANCE

Des postes de ravitaillement, de contrôle et d'assistance médicale seront installés le long du parcours. Voir plan et profil altimétrique sur le site internet et les réseaux sociaux de l'événement.

Article 7 : SÉCURITÉ

Il est interdit de suivre les coureurs avec un véhicule motorisé ou non. Parcours balisé (rubalise Vars, fléchage au sol par peinture aérosol biodégradable rose et jalons fluos jaunes par secteurs délicats), serre file sur les parcours. L'organisation décline toute responsabilité pour les coureurs sans dossard.

Article 8 : MÉTÉO

En cas de conditions météorologiques ou nivologiques défavorables ou autres, l'organisation se réserve le droit de modifier l'épreuve (même en cours), ou d'utiliser les parcours de repli, ou encore de faire arriver la course sur un autre site, les engagements restants acquis.

Article 9 : RESPECT DE NOS ENGAGEMENTS ÉCOLOGIQUE

Il est demandé à chacun de respecter l'environnement, sous peine de disqualification : ne jeter aucun emballage et détritux sur la totalité du parcours, suivre les sentiers et chemins balisés, en montée comme en descente (interdiction de couper hors sentiers)

Article 10 : COUVERTURE PHOTOGRAPHIQUE ET AUDIOVISUELLE

En s'inscrivant, tout participant abandonne son droit à l'image. Les participants, autorisent expressément les organisateurs ainsi que leurs ayants droit, tels que partenaires et médias, à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles ils pourraient apparaître, prises à l'occasion de leur participation au Vars Mountain Trail, ou encore dans le cadre des animations mises en place, sur tous supports, y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires, dans le monde entier et pour la durée la plus longue prévue par la loi, les règlements, les traités en vigueur, y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée.

Les participants autorisent expressément les organisateurs ainsi que leurs ayants droit à effectuer, pour la création des contenus visuels, des survols en drone du parcours, des pelotons de course et des participants individuels. De plus, des drones pilotés par des professionnels peuvent survoler la course à une hauteur proche des coureurs.

Article 11 : RÉCOMPENSES

Seront invité à rejoindre le podium :

- Les 3 premiers du temps scratch Hommes et Femmes pour les 4 formats

- chronométrés.
- Le premier de chaque catégorie : Junior, Espoir, Seniors, MO, M1, M2, M3, M4, M5, M6, M7, M8, M9 Homme et Femme

Article 12 : MISES HORS COURSE

Les concurrents seront éliminés pour cause de :
Absence de dossard. Falsification de dossard. Retard au départ de la compétition. Absence de l'équipement obligatoire. Non pointage aux postes de contrôle. Dépassement des temps maximums autorisés aux barrières horaires. Pollution ou dégradation des sites traversés (couper les sentiers, jets de détritrus, traverser les troupeaux de brebis en courant). Refus de se faire examiner par un médecin. Ravitaillement par un tiers en dehors des zones prévues.

Toute personne souhaitant porter une réclamation devra le faire oralement auprès du 1er poste de contrôle rencontré et par écrit à l'arrivée auprès du directeur de course, avant la proclamation des résultats.

Article 13 : CONDITIONS GÉNÉRALES

Tous les concurrents s'engagent à se soumettre aux règles spécifiques de l'épreuve et à respecter le protocole sanitaire mis en place ainsi que la charte de bonne conduite du coureur par le seul fait de leur inscription et dégagent la responsabilité des organisateurs pour tout incident ou accident pouvant survenir avant ou pendant l'épreuve.

Article 14 : ASSURANCE

Responsabilité civile : l'organisateur a souscrit pour la durée de l'épreuve une assurance responsabilité civile garantissant les conséquences pécuniaires de sa responsabilité, de celle de ses préposés et des participants. Assurance souscrite auprès de la Fédération Française d'Athlétisme.

Individuelle accident : les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence, les participants non licenciés seront assurés d'office par l'organisation auprès de la Générali via AIAC courtage. Contrat d'assurance disponible sur demande.

Article 15 : ANNULATION

Dans le cadre d'une pandémie, en cas d'annulation due à une non autorisation de l'événement par les autorités compétentes du territoire, les participants seront intégralement remboursés.

En cas de blessure, aucun remboursement ne sera effectué, seul un avoir sera proposé uniquement sur l'épreuve 2025 et sur présentation d'un certificat médical, la demande devant être effectuée au moins huit jours avant l'épreuve.

En cas de conditions de course défavorables et dangereuses tenant à la sécurité des participants, tant au niveau des parcours, de la météo ou d'événements imprévus, l'organisation du Vars Mountain Trail peut prendre la décision d'annuler la course le matin du départ ou de la dévier en cours de route sur le parcours de repli ou activer le parcours de repli dès le départ. Aucun remboursement d'inscription ne sera accordé aux participants.