

REGLEMENT DU TRAIL DIEGE ET COLLINES

L'Elan Ussellois organise la 2^o édition du trail « Diège et Collines » le dimanche 26 aout 2018.

PARCOURS

1^o) course de 25 km « Diège et Collines » :

Départ à **9 h30** du chalet des boules à Ponty, arrivée sur le site de Ponty.

Le parcours emprunte les sentiers du site de Ponty jusqu'à rejoindre la RD 157 en face de la route de Mareille, puis emprunte les prés pour se diriger vers Mareille. Les coureurs empruntent des sentiers jusqu'aux abords de Chassagnac pour s'en aller par les pistes jusqu'à la RD67E1 et le pont du Loubet. Puis, sentiers jusqu'à la RD 49 à hauteur du carrefour avec RD 104. Traversée de la route pour prendre le sentier vers La Font Claire et Pont De Confolens et retour sur piste le long de la Diège pour remonter jusqu'au village du Chassaing que l'on traverse pour emprunter une piste jusqu'à Chaverochette et la RD 167 pour suivre aussitôt une large piste vers la RD 157 qui est franchie pour filer vers Ponty.

Course ouverte :

- aux catégories espoirs à vétérans hommes et femmes licenciés à la FFA, à la FF Triathlon ou à l'UFOLEP.

- aux coureurs non licenciés âgés de 20 ans et plus qui présenteront un *Certificat Médical**.

Les coureurs du 25 km qui passeront au point de contrôle de la bifurcation S4 (km 6,9) après 50 mn de course seront dirigés vers l'arrivée du 13 km et seront reclassés dans cette course.

2^o) course de 13 km « Ponty Trail » :

Départ à **9 h 30** du chalet des boules à Ponty, arrivée sur le site de Ponty.

Le parcours emprunte une partie du circuit de la course de 25 km mais coupent par une piste avant le Pont du Loubet pour reprendre la fin du parcours du 25 km.

Course ouverte :

- aux catégories juniors à vétérans hommes et femmes licenciés à la FFA, à la FF Triathlon ou à l'UFOLEP.

- aux coureurs non licenciés âgés de 18 ans et plus qui présenteront un *Certificat Médical**.

3^o) Rando - Marche nordique de 13 km :

Départ à **9 h 30** du terrain de Boules de Ponty, arrivée sur le site de Ponty.

Le parcours emprunte le même circuit que la course de 13 km .

Marche sans classement ouverte :

- aux marcheurs de tous âges (les mineurs devront être accompagnés).

4^o) courses des enfants et des débutants :

Départ à 11 h 00 départ et arrivée près du Chalet des boules à Ponty.

Le parcours emprunte les sentiers du site de Ponty (distances en fonction des âges).

Courses ouvertes :

- aux catégories Poussins à vétérans hommes et femmes licenciés à la FFA, à la FF Triathlon ou à l'UFOLEP.

- aux coureurs non licenciés âgés de 9 ans et plus qui présenteront un *Certificat Médical**.

RAVITAILLEMENTS

Quatre points de ravitaillement en eau dont deux avec aliments solides sur le parcours plus un poste de ravitaillement complet à l'Arrivée.

INSCRIPTIONS

« Diège et Collines » 25 km : 15 € jusqu'au 24 aout sur [Le Sportif.com](http://LeSportif.com) (majo + 5 euros le jour de la course)

« Ponty Trail » 13 km : 10 € jusqu'au 24 aout sur [Le Sportif.com](http://LeSportif.com) (majo + 5 euros le jour de la course)

« Marche nordique » 13 km : 5 € uniquement sur place le jour de la course

« Course des enfants et des débutants » : 3 € uniquement sur place le jour de la course

Inscriptions sur le site www.le-sportif.com et le jour de la course au stand d'inscription jusqu'à 9 h00.

* Inscriptions acceptées uniquement sous réserve de la présentation d'une licence de compétition de la FF Athlétisme, de la FF Triathlon ou de l'UFOLEP « athlétisme » en cours de validité ou d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition établi depuis moins d'un an à la date de l'épreuve. Les mineurs non accompagnés devront en plus présenter une autorisation parentale.

Renseignements : <http://www.elanussel.fr> et www.facebook.com/TrailsDeHauteCorreze/

VESTIAIRES ET DOUCHES

Non gardés au camping de Ponty.

BUVETTE ET GRILLADES

Sur le terrain de boules (café dès 8 h 30 puis buvette et grillades jusqu'à 14 h).

RECOMPENSES

Les récompenses seront remises à la fin des courses sur le podium près du terrain de boules. Coupes, médailles ou lots textiles seront remis aux premiers de chaque catégorie.