

REGLEMENT DU TRAIL DIEGE ET COLLINES

L'Elan Ussellois organise la 1^o édition du trail « Diège et Collines » le dimanche 27 aout 2017.

PARCOURS

1^o) course de 23 km « Diège et Collines » :

Départ à **9 h30** de la plage de Ponty, arrivée sur le site de Ponty.

Le parcours emprunte les sentiers du site de Ponty , puis le parcours « vita » jusqu'à rejoindre la RD 157 au niveau du Centre Commercial Leclerc, puis empruntent la passerelle sur la Diège pour se diriger vers le pont de Diousidon, puis le village de 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 104 à hauteur du 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 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**.

Les coureurs du 24 km qui passeront au point de contrôle de la bifurcation des deux courses après 10 h 45' seront dirigés vers l'arrivée du 15 km et seront reclassés dans cette course.

2^o) course de 15 km « Ponty Trail » :

Départ à **9 h 30** de la plage de Ponty, arrivée sur le site de Ponty.

Le parcours emprunte une partie du circuit que la course de 24 km mais coupent par une piste entre les villages de Chassagnac et Chaverochette.

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) Marche nordique de 15 km :

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

Le parcours file directement vers le « vita » puis emprunte le même circuit que la course de 15 km .

Marche sans classement ouverte :

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

4^o) courses des débutants et enfants :

Départ à 9h30 de la plage de Ponty, arrivée près du terrain de Boules de Ponty.

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

Courses ouvertes :

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

- aux coureurs non licenciés âgés de 11 ans et plus qui présenteront un *Certificat Médical**.

RAVITAILLEMENTS

Deux points de ravitaillement en eau et nourriture sur le parcours plus un poste de ravitaillement à l'Arrivée.

INSCRIPTIONS

« Diège et Collines » 24 km : 17 € jusqu'au 25 aout sur Le Sportif.com (majo + 3 euros le jour de la course)

« Ponty Trail » 15 km : 12 € jusqu'au 25 aout sur Le Sportif.com (majo + 3 euros le jour de la course)

« Course des débutants » 5 km : 4 € jusqu'au 25 aout sur Le Sportif.com (majo + 1 euros le jour de la course)

« Marche nordique » 15 km : 5 € uniquement le jour de la course

« Course des enfants »: 3 € uniquement le jour de la course

Inscriptions auprès de l'Elan Ussel ou 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.