



REGLEMENT TRAIL & SKATE des GLIERES 3 mars 2023

L'École de Ski Nordique des Glières organise le Trail & Skate des Glières.

Trail & Skate est un enchaînement individuel ou en relais de 2 épreuves :

- **Trail running sur neige 3 x 1.25 km**
- **Ski de fond (skating) 3 x 2.5 km**

PROGRAMME

- 15h à 18h : Accueil et retrait des dossards
- 18h30 : Briefing
- 19h : Départ en ligne en masse
- 20h : Premières arrivées prévues
- 20h30 : Collations servies sur le site
- 21h30 : Remise des prix et podiums

Accès routier : Thorens-Glières, route du plateau des Glières et Maison du Plateau

Epreuve ouverte aux équipes de 2 (hommes, femmes, mixtes, moins 16 ans).

DOCUMENTS OBLIGATOIRES

> **Ski de fond :**

- Une licence FFS ou un Ticket Course
- ou Certificat médical obligatoire : doit être daté de moins d'un an au jour de la course et comporter la mention «non contre- indication à la pratique du ski de fond en compétition».

> **Trail :**

- une licence FFA
- ou un certificat médical est obligatoire : le certificat doit être daté de moins d'un an au jour de la course et comporter la mention «non contre- indication à la pratique de la course à pied ou athlétisme en compétition».

INFO PRATIQUES

Parking : sur place

Co voiturage : www.covoiturage.cg74.fr

Toilettes sur place

Pour le Ski de fond : un équipement adapté à la pratique du skating (skis, chaussures, bâtons).

Pour le trail : nous vous conseillons d'être munis d'une bonne paire de chaussures de trail avec crampons, de collants longs, d'un T-shirt manches longues et d'un coupe-vent, bonnet et gants légers.

Lampe frontale obligatoire pour tous

RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT

Chaque participant s'engage à respecter l'environnement et à ne rien jeter sur son passage.

CATÉGORIES

Il n'y a pas de catégories d'âges.

- Hommes/Femmes né(e)s en 2006 et avant
- Jeunes de 2010 à 2007 (autorisation parentale pour les participants ayant moins de 18 ans le jour de la course).

REMISE DES PRIX ET RÉCOMPENSES

Podiums des Relais : Scratch, Femmes, Mixtes, -16 ans.

Prix du meilleur déguisement

Remise des prix à l'issue de la course.

Un tirage au sort aura lieu pour découvrir l'heureux gagnant du voyage en Laponie encadré par l'école de ski.

ANNULATION

L'organisateur se réserve le droit de modifier le parcours, les horaires de départ ou l'ordre des courses en fonction des conditions climatiques. L'inscription et les frais d'inscriptions (5%) seront remboursés en cas d'annulation de

l'événement pour cause de COVID. L'organisateur se réserve également le droit d'annuler l'épreuve en cas d'enneigement insuffisant ne permettant pas la pratique du ski de fond, l'inscription sera remboursée, les frais d'inscription en ligne (5%) ne seront pas remboursés. Les conditions d'annulations, d'inscriptions par un coureur et de remboursement seront accordées exceptionnellement sur présentation d'un justificatif (raison médicale ou autre cas grave).

SECURITÉ ET ASSURANCE

La sécurité sera assurée par les pisteurs secouristes du Domaine Nordique des Glières. L'organisateur prendra sa propre assurance en responsabilité civile. Il incombe à chaque participant de s'assurer individuellement.

INSCRIPTIONS

Limitées à 60 équipes

Date limite d'inscriptions : 1 mars 2023

20 € par personne (40 € par équipe) les frais d'inscription en ligne (5%) sont à la charge des coureurs. Passée cette date une majoration de 10€ par personne est appliquée (soit 20 € par équipe) *sous réserve de places disponibles*.

Votre inscription sera considérée comme valide au moment où l'organisation aura reçu l'ensemble des pièces demandées.

Inscription sur le site :

<https://www.unautresport.com/evenement/2023-TrailSkate>

L'inscription comprend :

- > la collation à l'arrivée
- > la participation au tirage au sort
- > les secours