



TRAIL DE LA GUIGNE

14 & 28 KM SAMEDI 30 DÉCEMBRE 2023

OFFREZ VOUS 80% DE NATURE ENTRE DEUX REVEILLONS ?

Union Sportive des Cheminots Caennais - 4, avenue Pierre Mendès France - BP 76016 - 14061 CAEN Cedex 4
Courriel : traildelaguigne@gmail.com - Site : caencombitrails.fr Tél.: 07-66-32-78-80



2013-2023 - Magalie on pense toujours à toi !



<https://fr-fr.facebook.com/MagalieOnPenseAToi/>

Règlement édition 2023

V2:02/11/2023

1. PRESENTATION:

L'Union Sportive des Cheminots Caennais (association sportive omnisports L1901 créée en 1928, siège 4 avenue Pierre Mendès France- BP 76016 - 14061 CAEN cedex 4) organise le samedi 30 décembre 2023 à FEUGUEROLLES-BULLY la 1ère édition du « TRAIL DE LA GUIGNE »

C'est une manifestation sportive hivernale de course à pied qui a pour objet de:

1. Honorer la mémoire de MAGALIE disparue tragiquement en Martinique le 17/12/2013 (10 ans)
2. Proposer des épreuves TRAILS (75% de chemins minimum « OFF ROAD ») entre Noël et le Jour de l'An
3. Soutenir des associations (solidarité - sport et handicap)

Elle se déroule exclusivement sur la commune de Feuguerolles-Bully, sur des sentiers naturels aménagés et protégés publics de la vallée de l'Orne et du vallon de la Guigne et privés exceptionnellement autorisés pour cette manifestation.

Les départs et arrivées sont situés à la salle des sports de Feuguerolles-Bully.

5 rendez-vous pédestres sont au programme :

- 9h00 TRAIL de la Guigne 28km en SOLO (320mD+)
- 9h00 TRAIL de la Guigne 28km en RELAIS (320mD+)
- 9h30 TRAIL de la Guigne 14km COURSE (160mD+)
- 9h30 TRAIL de la Guigne 14km MARCHÉ CHRONOMETRÉE (160mD+)
- 9h30 TRAIL de la Guigne 14km MARCHÉ LIBRE (160mD+) (Dossard mais pas de classement ni certificat médical)

2. INSCRIPTIONS:

Ouverture des inscriptions au 26 février 2023 (Vérification des inscriptions sur klikego.com ou caencombitrails.fr).

- Magasin : RUNNING CONSEIL CAEN (9 avenue du 6 juin à CAEN) ([bulletin en annexe 1](#))
- Internet : KLIKEGO.COM (frais de commission en sus)

Aucune inscription chronométrée ne sera prise en compte le jour des épreuves.

Tout engagement est personnel, ferme et définitif et ne peut faire l'objet de remboursement pour quelque motif que ce soit.

Aucun transfert d'inscription n'est autorisé. Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne, sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve. Toute personne disposant d'un dossard acquis en infraction avec le présent règlement pourra être disqualifiée. Le dossard devra être entièrement lisible lors de la course. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation.

Frais de participation individuels:

- 24€ pour le TRAIL de la Guigne 28km en SOLO
- 20€ par équipe pour le TRAIL de la Guigne 28km en RELAIS
- 10€ pour le TRAIL de la Guigne 14km (Course ou marche chronométrée)
- 5€ pour le TRAIL de la Guigne 14km (Marche libre non chronométrée)

Majoration de 2€ par participant pour les inscriptions à partir du 9 décembre.

Chèque à l'ordre de : USCC ou Virement bancaire: IBAN : FR76 1660 6260 0084 8892 8046 702 Code BIC : AGRIFRPP866

Les inscriptions ne seront prises en compte qu'à réception du bulletin d'inscription dûment complété, du montant du règlement et de la photocopie de la licence ou du certificat médical. Modalités d'inscriptions disponibles à l'adresse : <https://caencombitrails.fr/>

Le TRAIL DE LA GUIGNE soutient Magalie on pense à toi, CEC Honorine lève-toi (Centre d'Education Conductive), La Joelette (sport handicap, +300km parcours), le don de Moelle Osseuse.

Renseignements par courriel à traildelaguigne@gmail.com ou par téléphone au 07 66 32 78 80

3. CERTIFICAT MEDICAL : (excepté pour la marche libre)

Courses : loi n°99-223 du 23 mars 1999 et L. 231-3 du Code du Sport, fournir obligatoirement :

- Soit la photocopie d'un certificat médical d'absence de contre indication à la pratique, en Compétition, de l'Athlétisme ou de la Course à Pied et datant de moins d'un an au jour de l'épreuve. (Certificat médical d'absence de contre-indications à la pratique de la marche en compétition pour la marche chronométrée.)
- Soit la photocopie de la licence valide (AthléCompétition, AthléEntreprise, AthléRunning ou PASS J'aime Courir délivré par la FFA). (Licence FFR: CACI < 3 ans avec questionnaire de santé FFR < 1an.)
- Soit la photocopie de la licence sportive valide d'une autre fédération agréée sur laquelle figure la non contre indication à la pratique du sport en compétition, de l'Athlétisme en compétition ou de la CAP en compétition (FSCF-FSGT-UFOLEP- FFTri). (Mention « marche en compétition » pour la marche chronométrée.)

4. CONDITIONS DE PARTICIPATION, CATEGORIES, TEMPS LIMITES:

Limité à 250 participants pour l'ensemble des épreuves chronométrées

_TRAIL de la Guigne 28km SOLO est ouvert à partir de la catégorie Espoirs (Catégories U23 et +, né en 2004 et avant)

_Les autres épreuves sont ouvertes à partir de la catégorie Juniors (Catégories U20 et +, né en 2006 et avant)

5. RAVITAILLEMENTS:

TRAIL de la Guigne 14km: 1 poste unique à mi-course au [Barrage de l'Orne \(km 7\) à Feuguerolles-Bully](#) (Attention : voie en impasse : accès routier uniquement par la rue des Moulins 14320 St André sur Orne – Parking obligatoire au pont minier de May sur Orne côté rive droite de l'Orne)

TRAIL de la Guigne 28km: 3 postes (km7, km14, km21) [Barrage de l'Orne \(km 7 et km 21\) à Feuguerolles-Bully](#) (Attention : voie en impasse : accès routier uniquement par la rue des Moulins 14320 St André sur Orne – Parking obligatoire au pont minier de May sur Orne côté rive droite de l'Orne)

6. ACCOMPAGNATEURS :

Pour des raisons techniques et de sécurité, les suiveurs (vélo, roller,...) sont interdits les épreuves. Seuls sont acceptés les suiveurs VTT autorisés par l'organisation.

7. RETRAITS DES DOSSARDS:

Le retrait des dossards s'effectue le jour de l'épreuve sur le village et au plus tard 30 minutes avant chaque départ.

8. TRAIL DE LA GUIGNE :

8.1. GENERALITES:

Sous peine d'exclusion, les participants s'engagent à :

- Conserver le matériel obligatoire (point 8.2)
- Respecter les prescriptions des bénévoles signaleurs et leur signaler tout éventuel abandon
- Porter assistance à tout participant en détresse
- Suivre les tracés et maintenir en place les balisages de course
- Respecter le code de la route et les éventuelles interdictions de circulation.

« Lorsqu'une chaussée est bordée d'emplacements réservés aux piétons ou normalement praticables par eux, tels que trottoirs ou accotements, les piétons sont tenus de les utiliser, à l'exclusion de la chaussée. Lorsqu'ils empruntent la chaussée, les piétons doivent circuler près de l'un de ses bords. Hors agglomération et sauf si cela est de nature à compromettre leur sécurité ou sauf circonstances particulières, ils doivent se tenir près du bord gauche de la chaussée dans le sens de leur marche. Les piétons doivent traverser la chaussée en tenant compte de la visibilité ainsi que de la distance et de la vitesse des véhicules. Ils sont tenus d'utiliser, lorsqu'il en existe à moins de 50 mètres, les passages prévus à leur intention. Aux intersections à proximité desquelles n'existe pas de passage prévu à leur intention, les piétons doivent emprunter la partie de la chaussée en prolongement du trottoir. Hors des intersections, les piétons sont tenus de traverser la chaussée perpendiculairement à son axe. Il est interdit aux piétons de circuler sur la chaussée d'une place ou d'une intersection à moins qu'il n'existe un passage prévu à leur intention leur permettant la traversée directe. Ils doivent contourner la place ou l'intersection en traversant autant de chaussées qu'il est nécessaire. Lorsque la chaussée est divisée en plusieurs parties par un ou plusieurs refuges ou terre-pleins, les piétons parvenus à l'un de ceux-ci ne doivent s'engager sur la partie suivante de la chaussée qu'en respectant les règles prévues par les dispositions ci-dessus. »

8.2. Matériel obligatoire par participant:

- ✓ 1 dossard à porter devant et de manière visible tout au long de l'épreuve
- ✓ 1 protection contre le froid
- ✓ 1 réserve d'eau mini 1 litre
- ✓ 1 gobelet (réduction impact environnement)
- ✓ 1 couverture de survie

Recommandé : protection contre la pluie, téléphone portable rechargé (téléphone PC course préenregistré 07 66 32 78 80)

8.3. Barrières horaires :

28km SOLO ou RELAIS : 3h30 soit 8km/h (9h00 à 12h30). (2 barrières à 10h45 au km 14 ou 11h37 au km 21)

14km : 3h00 soit 4.6km/h (9h30 à 12h30) (1 barrière à 11h au km 7)

8.4. Données circuits

Dénivelés : 1 boucle : 160m D+D- / 2 boucles 320m D+D- (Les bâtons sont autorisés)

8.5. RELAIS 28km :

Passage des relais obligatoire à mi-course au km 14.

9. PARKINGS - VESTIAIRES – DOUCHES- SANITAIRES:

Parking en libre accès. Vestiaires, douches et sanitaires disponibles à proximité de la salle des sports de Feuguerolles-Bully.

10. RESULTATS - CLASSEMENTS - CATEGORIES:

Chaque dossard ne doit pas être chiffonné, ni plié, ni être percé. Il est obligatoirement porté en face avant et doit être rendu visible pendant toute la course jusqu'à la ligne d'arrivée. Le non-respect de ces obligations exclu de facto le classement du participant.

Les résultats sont affichés sur le site d'arrivée au fur et à mesure de leur édition.

Classement complet sur : www.caencombitrails.fr, dans la semaine suivant l'épreuve.

Catégories 2024 par année de naissance. âge au 31/12/23 (sous réserve de modification de la FFA) (critères indicatifs pour l'établissement des classements):

Les Catégories d'âge 2024

(valable jusqu'au 31 août 2024, ces catégories changeront le 1er septembre 2024)

CATEGORIE	CODE	ANNEE DE NAISSANCE
Masters	VE	1989 et avant
Seniors	SE	1990 à 2001
U23 / Espoirs	ES	2002 à 2004
U20 / Juniors	JU	2005 et 2006

Détails des catégories Masters

CATEGORIE	CODE	ANNEE DE NAISSANCE
Masters H et F	M0	1989 - 1985
	M1	1984 - 1980
	M2	1979 - 1975
	M3	1974 - 1970
	M4	1969 - 1965
	M5	1964 - 1960
	M6	1959 - 1955
	M7	1954 - 1950
	M8	1949 - 1945
	M9	1944 - 1940
	M10	1939 et avant

Nota : il n'est pas prévu de récompenses pour les classements au scratch par catégories d'âge (voir §11 podiums)

RELAIS: 3 Catégories (Féminin - Masculin – Mixte)

11. RECOMPENSES - PODIUMS:

Un cadeau souvenir sera offert à chaque participant

1 tee-shirt à chaque arrivant du 28km Solo.

Podiums : (heures de principe +1h après première arrivée)

- TRAIL de la GUIGNE 14km COURSE : 3 premiers Masculins / 3 premières Féminines (11h30-12h00)
- TRAIL de la GUIGNE 14km MARCHE CHRONOMETREE : 3 premiers Masculins / 3 premières Féminines (12h00-12h30)
- TRAIL de la GUIGNE 28km RELAIS : 1er RELAIS Homme / 1er RELAIS Mixte / 1er RELAIS Féminin (12h00-12h30)
- TRAIL de la GUIGNE 28km SOLO: 3 premiers Masculins / 3 premières Féminines (12h00-12h30)

12. SERVICE MEDICAL - SECURITE – ABANDON:

Une assistance de secouristes est assurée sur les parcours et à l'arrivée des courses. Le cas échéant chaque participant est tenu de porter assistance à un autre participant. Des VTT suiveurs fermeront les parcours derrière les derniers coureurs. En cas d'abandon (ou disqualification), tout participant doit restituer son dossard au signaleur le plus proche et bénéficier ainsi du rapatriement jusqu'au village arrivée. La rapidité de prise en charge du rapatriement se faisant au fur et à mesure des possibilités de l'organisation. Un participant pourra être disqualifié et mis « hors course » par l'organisation de manière unilatérale sans prétendre à un quelconque dédommagement (état médical, sécurité, hors délai, irrégularité, ...).

Mesures sanitaires COVID19 : Respect des règles en vigueur le jour des épreuves.

13. ALEAS - ASSURANCES: L. n° 84-610 du 16 juillet 1984 modifiée (art. 37)

Les organisateurs, bénévoles et participants sont couverts au titre de la responsabilité civile par une police d'assurance souscrite auprès de la MAIF.

Les licenciés bénéficient des garanties accordées par leur licence assurance. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement pour des garanties complémentaires.

L'organisation décline toute responsabilité en cas d'éventuel accident, si le participant n'a pas respecté les conditions du présent règlement et en particulier les règles de circulation rappelées en §8.1.

En cas d'aléa indépendant du fait de l'organisation, de force majeure ou toute autre circonstance mettant en danger la sécurité des participants (inondation, tempête, ...), l'organisation se réserve le droit de modifier ou d'annuler la ou les épreuves sans aucun remboursement ni dédommagement.

Les distances indiquées sont indicatives et aucune compensation, en particulier financière, n'est due en cas d'allongement ou de raccourcissement.

14. DROITS A L'IMAGE:

Le participant autorise l'organisation, ainsi que ses ayants droit (partenaires et médias), à utiliser les images sur lesquelles il peut apparaître.

CNIL : Conformément à la loi informatique et liberté du 6 janvier 1978, chaque participant dispose d'un droit d'accès et de rectification aux données personnelles le concernant.

15. ENVIRONNEMENT - DEVELOPPEMENT DURABLE – VOIES PUBLIQUES – VOIES PRIVEES :

L'organisation prend l'engagement, sur l'ensemble des épreuves, de mise hors course de manière unilatérale tout participant qui ne respecterait pas sciemment et de manière répétée son environnement et celui des autres. Parce que nous aimons la nature, respectons-la. Ne jetons aucun déchet.

Actions réduction impact environnement :

- gobelet obligatoire pour les participants des épreuves
- signalisation des tracés : drapeaux de signalisation type balisage de protection des réseaux AIPR (Usage interdit de tout type de peinture y compris celles éphémères à base de chaux) + réutilisation des rubans plastiques.

L'organisation remercie la commune de Feugueroles-Bully ainsi que les riverains et propriétaires privés par la confiance qu'ils nous portent en nous autorisant à faire usage temporaire de certaines voies publiques ou privées. **Sans ces accords locaux, aucune épreuve à fortiori qualifiée de « trail » (>75% chemins) ne saurait vous être proposée ! Ainsi il est important de rappeler que toute pénétration en domaine privé (ex : reconnaissance) est STRICTEMENT INTERDITE sans l'autorisation des propriétaires. Votre responsabilité individuelle en serait engagée et nuirait par conséquent à l'intérêt collectif que nous soutenons tous. Merci de votre compréhension et vigilance.**

Bonnes courses à toutes et à tous !

[ANNEXE 1 : Bulletin inscription](#)

