

# Règlement de la 15ième édition du "ING Trail Uewersauer"

[www.trail-uewersauer.lu]

## I. Disciplines et participants

### disciplines

**Art. 1** Le „ING Trail Uewersauer“ dans sa 15ième édition le 19 novembre 2017 à Heiderscheid (Luxembourg) comporte les disciplines suivantes:

- (1) Uewersauer-Trail : Course pour coureurs individuels (abréviation **TU**);
- (2) Uewersauer-Trail : Course pour équipes à relais à trois personnes (hommes, dames ou mixtes, abréviations **TTM, TTW, TTX**), qui se relaient à deux points prédéterminés du parcours;
- (3) Mid-Trail : Course pour coureurs individuels (abréviation **TMI**);
- (4) Sprint-Trail : Course pour coureurs individuels (abréviation **TSP**);
- (5) Nordic Walking ou Walking (n'est pas une course) sur un parcours court („short“, abréviation **NW1**);
- (6) Nordic Walking ou Walking (n'est pas une course) sur un parcours intermédiaire („medium“, abréviation **NW2**);
- (7) Nordic Walking ou Walking (n'est pas une course) sur un grand parcours („long“, abréviation **NW3**).

Les parcours fléchés suivants forment chacun une grande boucle:

| Parcours                                 | Distance        | Discipline               | Classement |
|------------------------------------------|-----------------|--------------------------|------------|
| Uewersauer Trail                         | approx.52 km    | <b>TU, TTM, TTW, TTX</b> | Oui        |
| Mid-Trail                                | approx. 32,7 km | <b>TMI</b>               | Oui        |
| Nordic-Walking „long“                    |                 | <b>NW3</b>               | Non        |
| Nordic-Walking „medium“                  | approx. 22 km   | <b>NW2</b>               | Non        |
| Sprint-Trail /<br>Nordic-Walking „short“ | approx. 11,3 km | <b>TSP</b><br><b>NW1</b> | Oui<br>Non |

Les parcours énumérés se recoupent partiellement et ils se partagent les mêmes points de ravitaillement (cf. carte en annexe).

### respect des règles

**Art. 2** Tous les participants se doivent de connaître le contenu du présent règlement et d'obéir aux indications des organisateurs et des personnes postées sur le parcours.

### inscriptions

**Art. 3** Les inscriptions peuvent être réalisées en ligne à partir du site Internet (début fin août). La liste de départ officielle ne comportera que les noms des participants qui auront payés leur droit d'inscription dans la période des pré-inscriptions (preuve de paiement à l'appui) ou procédés à une inscription tardive payable en liquide au tarif majoré le weekend du Trail.

| disciplines              | droit d'inscription<br>(hormis location chip)<br>jusqu'au 17 septembre<br>2017 inclus | droit d'inscription<br>(hormis location chip)<br>du 18 septembre 2017<br>jusqu'au 15 octobre<br>2017 inclus | droit d'inscription<br>(hormis location chip)<br>du 16 octobre 2017<br>jusqu'au 14 novembre<br>2017 inclus | inscription tardive (tarif<br>majoré) (hormis location<br>chip)<br>les 18 et 19 novembre<br>2017 sur place |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>TU</b>                | 35,- €<br>+ evt. location Chip                                                        | 40,- €<br>+ evt. location Chip                                                                              | 45,- €<br>+ evt. location Chip                                                                             | 70,- €<br>+ evt. location Chip                                                                             |
| <b>TTM, TTW,<br/>TTX</b> | 100,- € (pour 3<br>personnes)<br>+ évt. location Chip                                 | 110,- € (pour 3<br>personnes)<br>+ évt. location Chip                                                       | 120,- € (pour 3<br>personnes)<br>+ évt. location Chip                                                      | 150,-€ (pour 3<br>personnes) + évt.<br>location Chip                                                       |
| <b>TMI, NW3</b>          | 25,- €<br>+ evt. location Chip                                                        | 30,- €<br>+ evt. location Chip                                                                              | 35,- €<br>+ evt. location Chip                                                                             | 50,- €<br>+ evt. location Chip                                                                             |
| <b>NW2</b>               | 20,- €                                                                                | 25,- €                                                                                                      | 30,- €                                                                                                     | 40,- €                                                                                                     |
| <b>TSP, NW1</b>          | 18,- €<br>+ évt. location Chip                                                        | 23,- €<br>+ évt. location Chip                                                                              | 30,- €<br>+ évt. location Chip                                                                             | 35,- €<br>+ évt. location Chip                                                                             |

En contrepartie pour le paiement de leur droit d'inscription, les participants ont droit au ravitaillement sur le parcours, à un cadeau, à un repas chaud après l'arrivée et à d'autres prestations. Le retrait à brève échéance par le participant de son inscription ne donne pas droit à la restitution du droit d'inscription.

**ChampionCHIP®** **Art. 4** Le chronométrage officiel est réalisé à l'aide du système ChampionCHIP®. Contre le paiement d'un **surcoût de 7,- EUR**, les participants non-détenteurs d'un chip pourront **louer un Chip pour la journée**. Une caution de 3,- EUR sera remboursée aux participants après la restitution du Chip. Le port d'un chip est obligatoire pour les participants engagés dans les disciplines **TU, TTM, TTW, TTX, TMI et TSP**. Pour les Walker et les Nordic Walker (NW3, NW2 et NW1) l'art. 17 est applicable.

**responsabilité** **Art. 5** Tous les participants sont conscients avant de prendre le départ de leur discipline choisie, qu'ils participent à leurs propres risques et périls et qu'ils sont responsables des dommages qui leurs sont imputables. Chaque participant, et ceci vaut particulièrement pour ceux prenant le départ dans les disciplines TU, TTM, TTW, TTX, TMI et TSP, doit être en bonne santé et avoir une bonne condition physique lui permettant de participer à cette compétition sportive. Dans leur propre intérêt, il est rappelé aux coureurs individuels de veiller à avoir un degré d'entraînement suffisant et d'éviter de prendre le départ s'ils sont sous l'effet d'un médicament anti-douleur (ou semblable) ou s'ils étaient récemment atteints d'une infection quelconque.

## II. Sécurité sur les parcours

**voies publiques** **Art. 6** Durant la course, la voie publique est traversée à plusieurs reprises. Les participants n'ont pas la priorité à ces endroits et sont dans l'obligation de respecter le "code de la route".

**abandons** **Art. 7** Chaque participant retirant son dossard le jour de la course au bureau de départ est supposé être présent après sur le parcours qu'il a choisi lors de son inscription. En cas de non-départ ou d'abandon, le participant est dans l'obligation d'en informer les organisateurs ou les personnes postées le long du parcours et de rendre son dossard.

**communication** **Art. 8** Compte tenu de la longueur du parcours, particulièrement du grand parcours du Trail, il est recommandé aux participants de s'équiper d'un téléphone portable afin de pouvoir en cas de problème majeur prendre contact sans perte de temps avec les organisateurs. Les numéros de téléphones utiles seront communiqués aux participants le jour du Trail.

**fermeture parcours** **Art. 9** Les parcours sont fermés officiellement après le passage du dernier participant dans l'application des temps estimatifs du plus lent participant repris dans le tableau à l'article 24. Tout participant qui demeurera de son plein gré sur un des parcours après la clôture officielle sera considéré comme hors course et ne bénéficiera plus de la supervision et de l'appui de la part de l'organisation du Trail.

## III. Protection de la nature

**réserve naturelle** **Art. 10** La manifestation sportive "ING Trail Uewersauer" bénéficie de l'hospitalité bienveillante du Parc naturel de la Haute-Sûre. Voilà pourquoi tous les participants sont particulièrement tenus de respecter la faune et la flore. La législation nationale existante en matière de protection de la nature et des parcs naturels est également rappelée. Il est strictement interdit de jeter des déchets le long du parcours. Les déchets peuvent être éliminés aux zones de ravitaillement. « **Littering** » **en dehors des zones de ravitaillement peut mener à la disqualification.**

**gobelet & ordure** **Art. 11** Afin de réduire les déchets, il n'y aura **plus de gobelets** en plastique jetables **aux ravitaillements des disciplines TU, TTM, TTW, TTX, TMI, NW3 et NW2**. Ceci oblige les participants de se munir d'un gobelet. **Un gobelet réutilisable est remis avec les documents de départ.**

**chemins et sentiers** **Art. 12** Les parcours fléchés sont à respecter scrupuleusement. Il n'est pas permis d'emprunter des raccourcis et de quitter les chemins et les sentiers. Des contrôles inopinés seront effectués et pourront en cas de constatation de comportement non conforme mener à la disqualification des participants en faute.

**exclusion accompagnement** **Art. 13** Les participants n'ont pas le droit de bénéficier d'un accompagnement personnel sur le parcours (pas de véhicules privés quelconques, y compris par exemple des V.T.T.).

## IV. Dispositions spécifiques pour les disciplines proposées

*(a) Trail pour coureurs individuels (TU, TMI, TSP) et équipes (TTM, TTW, TTX)*

**contrôles de passage** **Art. 14** Le tracé du parcours fléché est à respecter scrupuleusement. Des contrôles de passage seront réalisés à des endroits tenus secrets.

**dossards et chip** **Art. 15** Les dossards sont à porter de manière bien visible. Le chip est à fixer au pied selon les recommandations de ChampionCHIP®.

*(b) Course à relais (TTM, TTW, TTX)*

**relais** **Art. 16** Un seul dossard et un seul chip sont attribués à chaque équipe de relais. Les dossards sont à porter de manière bien visible. Aux deux points relais, le dossard et le chip sont passés au relayeur suivant, c.-à-d. du premier (respectivement deuxième) au deuxième (resp. troisième) coureur de l'équipe. Afin de garantir un déroulement optimal, les points relais seront placés légèrement à l'écart après les points de ravitaillement correspondants.

*(c) Walking et Nordic Walking (NW3, NW2 et NW1)*

**(Nordic) Walking** **Art. 17** Le Walking et le Nordic Walking sont des offres de sport-loisir sans caractère de compétition. Pour des raisons en rapport avec l'organisation, ces participants sont également munis d'un dossard. Ce-dernier sert uniquement à contrôler le passage, aucun classement n'étant établi.

**classement** **Art. 18** Les participants du Walking et Nordic Walking seront classés dans une liste triée de manière alphabétique en fonction des noms.

**style de mouvement** **Art. 19** Les participants sont loïsibles de choisir la forme de déplacement, Walking ou le Nordic Walking (avec bâtons), dans laquelle ils comptent se déplacer sur le parcours de leur choix.

## V. Organisation et horaire

**infrastructure** **Art. 20** Le bureau de départ, ainsi que le départ et l'arrivée de toutes les disciplines sont situés près du hall polyvalent à Heiderscheid. Des vestiaires et des douches sont disponibles à cet endroit qui bénéficiera d'une animation durant toute la journée du Trail.

**carte du parcours** **Art. 21** Les participants sont priés de prendre connaissance de la carte préparée et diffusée par les organisateurs (sur internet ou sur le lieu de départ), afin de s'informer sur l'emplacement des ravitaillements et des points relais sur les parcours.

**ravitaillement** **Art. 22** Comme il n'y a plus de distribution de gobelets aux ravitaillements, les participants, excepté les participants du parcours du Sprint Trail et NW1, doivent se munir d'un gobelet personnel.

**calendrier et horaire** **Art. 23** Le calendrier et l'horaire prévoient le déroulement suivant :

**18 novembre 2017**

*Inscription tardive et retrait des documents de course (dossards etc.) :*  
de 16h00 à 18h30

**19 novembre 2017**

*Inscription tardive et retrait des documents de course (dossards etc.) :*

- de 06h45 à 08h15 pour les participants : Uewersauer Trail 52km, Team Trail, Mid Trail Walker/Nordic Walker 32,7km.
- de 06h45 à 09h15 pour les participants : Sprint Trail 11,3km, Walker/Nordic Walker 22km + 11,3km.

*Départ des différentes courses :*

**08h45** Départ de tous les coureurs **Uewersauer Trail 52km (TU, TTM, TTW, TTX)**

**09h00** Départ de tous les coureurs **Mid Trail 32,7km (TMI)**

**09h05** Départ pour les **Walker/Nordic Walker 32,7km (NW3)**

**10h00** Départ - coureurs **Sprint-Trail 11,3km (TSP)**

- Walker/Nordic **Walker 22km (NW2)**

- Walker/Nordic **Walker 11,3km (NW1)**

**16h00 Clôture définitive de l'arrivée** à Heiderscheid pour tous les participants (TU, TTM, TTW, TTX, TMI, TSP, NW3, NW2, NW1), après l'art. 9 est applicable.

**Remise des prix au hall polyvalent à Heiderscheid**

vers 12h15 Remise des prix pour les coureurs du Sprint-Trail

vers 13h15 Remise des prix pour les coureurs du Mid-Trail

vers 16h00 Remise des prix pour les coureurs de l'Uewersauer-Trail et Team-Trail

**temps de passage**

**Art. 24** Le tableau ci-dessous renseigne sur les temps de passage des participants sur les différents parcours. Dans la colonne „dernier“ sont repris les temps de passage prévus pour le participant le plus lent. Pour les participants se présentant après ces temps aux points de ravitaillement, l’approvisionnement ne pourra plus être garanti. La règle édictée par l’article 9 est alors applicable.

| Uewersauer-Trail<br>(TU, TTM, TTW, TTX) |            |       |         | Mid-Trail<br>(TMI) |         |       |         | Sprint-Trail<br>(TSP) |         |       |         |
|-----------------------------------------|------------|-------|---------|--------------------|---------|-------|---------|-----------------------|---------|-------|---------|
| Km                                      | Lieu       | 1er   | Dernier | Km                 | Lieu    | 1er   | Dernier | Km                    | Lieu    | 1er   | Dernier |
| 0                                       | Départ     | 08:45 | 08:47   | 0                  | Départ  | 09:00 |         | 0                     | Départ  | 10:00 |         |
| 10,6                                    | Ravi 1     | 09:24 | 10:06   | 10,6               | Ravi 1  | 09:39 | 10:19   | 4,8                   | Ravi R  | 10:18 | 10:43   |
| 19                                      | Ravi 2 (*) | 09:56 | 11:09   | 19                 | Ravi 2  | 10:11 | 11:24   | 11,3                  | Arrivée | 10:45 | 11:39   |
| 25                                      | Ravi 3     | 10:29 | 12:07   | 26,3               | Ravi R  | 10:45 | 12:30   |                       |         |       |         |
| 35,2                                    | Ravi 4 (*) | 11:11 | 13:28   | 32,7               | Arrivée | 11:16 | 13:37   |                       |         |       |         |
| 42,3                                    | Ravi 5     | 11:55 | 14:39   |                    |         |       |         |                       |         |       |         |
| 48,3                                    | Ravi 6     | 12:22 | 15:29   |                    |         |       |         |                       |         |       |         |
| 52                                      | Arrivée    | 12:39 | 16:00   |                    |         |       |         |                       |         |       |         |

(\*) Point relais pour les équipes engagées (TTM, TTW, TTX)

| Nordic Walking<br>(NW3) |         |       |         | Nordic Walking<br>(NW2) |         |       |         | Nordic Walking<br>(NW1) |         |       |         |
|-------------------------|---------|-------|---------|-------------------------|---------|-------|---------|-------------------------|---------|-------|---------|
| Km                      | Lieu    | 1er   | Dernier | Km                      | Lieu    | 1er   | Dernier | Km                      | Lieu    | 1er   | Dernier |
| 0                       | Départ  | 09:05 |         | 0                       | Départ  | 10:00 |         | 0                       | Départ  | 10:00 |         |
| 10,6                    | Ravi 1  | 10:24 | 11:14   | 4,8                     | Ravi R  | 10:36 | 11:13   | 4,8                     | Ravi R  | 10:37 | 11:13   |
| 19                      | Ravi 2  | 11:27 | 12:57   | 12,3                    | Ravi 5  | 11:32 | 13:05   | 11,3                    | Arrivée | 11:25 | 12:50   |
| 26,3                    | Ravi R  | 12:35 | 14:33   | 18,3                    | Ravi 6  | 12:17 | 14:35   |                         |         |       |         |
| 32,7                    | Arrivée | 13:26 | 16:00   | 22                      | Arrivée | 12:45 | 15:31   |                         |         |       |         |

