

# RÈGLEMENT COURSE

## Édition 2023 : La SKYRACE du Rocher Blanc

L'inscription à la course implique l'acceptation de ce règlement et de toute nouvelle version ou modification.

Ainsi la charte COVID du coureur est acceptée et chaque participant s'engage à la respecter.

# SOMMAIRE

<b>SOMMAIRE</b>	<b>2</b>
<b>1.1 ACCEPTATION</b>	<b>2</b>
<b>1.2 ORGANISATEURS</b>	<b>3</b>
<b>1.3 DESCRIPTIF</b>	<b>3</b>
<b>2.1 TARIF</b>	<b>3</b>
<b>2.2 CONDITIONS DE PARTICIPATION</b>	<b>3</b>
<b>2.3 INSCRIPTION</b>	<b>4</b>
<b>2.4 SEMI-AUTOSUFFISANCE</b>	<b>4</b>
<b>2.5 ANNULATION</b>	<b>4</b>
<b>2.6 CAPACITÉ D'ACCUEIL</b>	<b>5</b>
<b>3.1 MODIFICATION / ANNULATION DE LA COURSE</b>	<b>5</b>
<b>3.2 ASSURANCES</b>	<b>5</b>
<b>3.3 ACCUEIL DU PUBLIC</b>	<b>6</b>
<b>3.4 CLASSEMENT</b>	<b>6</b>
<b>3.5 DROIT À L'IMAGE</b>	<b>6</b>
<b>4.1 ÉQUIPEMENT</b>	<b>7</b>
<b>4.2 RÈGLES DE COURSE</b>	<b>7</b>
<b>4.3 DOSSARD</b>	<b>8</b>
<b>4.4 POSTE DE CONTRÔLE ET RAVITAILLEMENT</b>	<b>8</b>
<b>4.5 TEMPS MAXIMUM AUTORISÉ ET BARRIÈRES HORAIRES</b>	<b>8</b>
<b>4.6 DISQUALIFICATION</b>	<b>8</b>
<b>4.7 ANTIDOPAGE</b>	<b>9</b>
<b>5.1 SÉCURITÉ ET ASSISTANCE MÉDICALE</b>	<b>9</b>
<b>5.2 ABANDON ET RAPATRIEMENT</b>	<b>10</b>

# 1. GENERAL

## 1.1 ACCEPTATION

Le règlement est valable pour tous les coureurs.

Le fait de participer à la compétition implique l'acceptation pure et simple du présent règlement dans son intégralité.

Le règlement pourra être consulté sur le site internet de la course ainsi que sur place le jour de la compétition.

Il pourra également être soumis à des modifications, la dernière version actualisée du règlement sera toujours disponible sur le site internet de la course.

Des poubelles de tri sont disposées en grand nombre sur chaque poste de ravitaillement et doivent impérativement être utilisées.

Il est impératif de suivre les chemins tels qu'ils sont balisés, sans couper et ne pas jeter vos détritiques. Couper un sentier provoque une érosion dommageable du site et pourra justifier une disqualification.

## 1.2 ORGANISATEURS

L'association Échappée Belle organise L'Échappée belle avec le soutien de l'Espace Belledonne, des communes, des communautés de communes et des départements de l'Isère et de la Savoie.

## 1.3 DESCRIPTIF

La Skyrace du Rocher Blanc est une épreuve de course à pied en montagne empruntant les sentiers, pistes et itinéraires du massif de Belledonne.

Cette course est rendue difficile par son profil mais surtout par la haute technicité de ses sentiers.

Le parcours sera balisé par un système de fléchage par jalonnettes à fanions et bande réfléchissante sur les zones de nuit complété par de la rubalise. Néanmoins un balisage n'étant pas infaillible, le road-book est fortement recommandé pour vous guider.

*Parcours: 21 km et 2000m d+* (à partir de la catégorie espoir, 20 ans)

*Départ: Vendredi 25 août 2023 à 9H30*

*Lieu: Fond de France 38580 Le Haut Bréda*

*Temps maximum: 7h*

## 2. INSCRIPTION

### 2.1 TARIF

Inscription à la Skyrace du Rocher Blanc : 40 euros

Comprenant :

- Un dossard avec système de chronométrage
- Un repas d'arrivée
- Une boisson offerte
- Une collation avant le départ
- Une assurance pour la journée de course
- Un lot finisher
- Une équipe de secouriste en montagne
- Les ravitaillements de courses
- Des photos de courses gratuites

### 2.2 CONDITIONS DE PARTICIPATION

Pour participer, il est indispensable:

D'être pleinement conscient de la spécificité de l'épreuve et d'être parfaitement entraîné pour cela.  
D'être pleinement conscient que pour une telle activité de pleine nature la sécurité dépend de la capacité du coureur à s'adapter aux problèmes rencontrés ou prévisibles.

La course est ouverte à toute personne, homme ou femme, ayant 20 ans révolu lors du jour de la course, licenciée ou non.

Vétérans 4 : 64 ans et plus  
Vétérans 3 : de 55 à 64 ans  
Vétérans 2 : de 45 à 54 ans  
Vétérans 1 : de 35 à 44 ans  
Senior : de 22 à 34 ans  
Espoir : de 20 à 21 ans

### 2.3 INSCRIPTION

Les inscriptions se font directement sur la plateforme d'inscription.

Des questions pour mesurer votre expérience de montagne vous seront posées.

Ensuite, l'organisation validera vos réponses et il sera temps de finaliser votre inscription pour participer.

Le but est de mesurer votre aptitude sur ce type d'épreuve, par votre expérience montagne, votre capacité à évoluer sur ce terrain, et enfin s'assurer de votre forme physique.

### 2.4 SEMI-AUTOSUFFISANCE

Les coureurs sont en semi-autosuffisance. Vous ne devez pas compter uniquement sur les ravitaillements !

Belledonne possède de nombreuses sources, torrents, lacs potables. Pour les sujets sensibles à cette eau des montagnes, soyez raisonnables, ou prévoyez des pastilles de purification.

## 2.5 ANNULATION

Les demandes d'annulation devront être adressées par mail à l'adresse suivante : [contact@lechappeebelledonne.com](mailto:contact@lechappeebelledonne.com) accompagnées d'un justificatif.

Causes d'annulation possibles :

- accident, maladie empêchant la participation (certificat médical nécessaire),
- décès atteignant son conjoint, ses ascendants ou descendants au premier degré,
- pour toute autre raison, merci de nous adresser un mail

Montant des remboursements :

- jusqu'au 30 juin 23h59, remboursement de 100%, moins 10% de frais de dossier
- entre le 1er juillet et le 31 juillet 23h59, remboursement de 50%
- à partir du 1er août, plus de remboursement possible.

En cas d'annulation par l'organisation : remboursement à 80% (hors cas de force majeure où le remboursement sera nul).

## 2.6 CAPACITÉ D'ACCUEIL

200 participants pour cette troisième édition.

Un certain nombre de « wild cards » sont à la discrétion de l'organisation.

# 3. INFORMATIONS COURSE

## 3.1 MODIFICATION / ANNULATION DE LA COURSE

L'organisation se réserve le droit de modifier à tout moment le parcours et les emplacements des postes de secours et de ravitaillement, sans préavis.

**En cas de conditions météorologiques trop défavorables (importantes quantités de pluie et de neige en altitude, fort risque orageux...) le départ peut être reporté. En cas de mauvaises conditions météorologiques, et pour des raisons de sécurité, l'organisation se réserve le droit d'arrêter l'épreuve en cours ou de modifier les barrières horaires.**

**Un remboursement à hauteur de 80% est prévu en cas d'annulation par l'organisation et est nul en cas de force majeure.**

## 3.2 ASSURANCES

### Responsabilité civile :

L'organisateur souscrit une assurance responsabilité civile auprès de Generali pour la durée de l'épreuve. Cette assurance responsabilité civile garantit les conséquences pécuniaires de sa responsabilité, de celle de ses préposés et des participants.

### Individuelle accident :

Lors de l'inscription nous vous assurons automatiquement pour :

- Les frais de recherche, de secours, y compris en hélicoptère ;
- Les frais de rapatriement ;
- La responsabilité civile liée à la pratique sportive (en complément ou en remplacement de contrats personnels existants) ;
- Une garantie individuelle accident.

En cas de prise en charge médicale vous devez immédiatement avertir votre assurance afin que celle-ci puisse fonctionner. Sans quoi les frais seront à votre charge. Un hélicoptage peut coûter plusieurs milliers d'euros.

## DECHARGE

Chaque coureur déclare :

1. s'engager à avoir avec soi la totalité du matériel obligatoire pendant toute la durée de la course et décharger l'organisation de toute responsabilité en cas d'accident ou malaise lié à l'absence du matériel obligatoire prévu ;
2. avoir pris connaissance de la liste du matériel obligatoire présente dans le règlement ;
3. accepter les contrôles du matériel obligatoire qui pourront être effectués à n'importe quel moment de la course et être pleinement conscient que l'absence d'un seul élément du matériel obligatoire prévu pour la course peut entraîner une disqualification et déclare accepter le jugement sans appel des membres de l'organisation chargés du contrôle ;
4. décharger l'organisation Echappée belle, le directeur de compétition et le responsable du parcours, de toute responsabilité concernant les dommages aux biens ou aux personnes, y compris les accidents corporels et/ou la mort ;
5. assumer toute la responsabilité concernant les dommages qu'il pourrait provoquer à des tiers ou aux biens appartenant à des tiers.

## 3.3 ACCUEIL DU PUBLIC

Nous incitons le public à se rendre sur les zones d'accueil du public pour encourager les coureurs, rendez-vous sur le site internet pour plus d'informations.

L'accès au sommet de la course nécessite une capacité à évoluer en terrain de montagne, et avoir une bonne capacité physique.

## 3.4 CLASSEMENT

Aucune prime en argent n'est distribuée.

Les 3 premiers hommes et les 3 premières femmes du classement général, ainsi que le premier homme et la première femme de chaque catégorie reçoivent un lot.

Tous les résultats seront en ligne sur [www.lechappeebelledonne.com](http://www.lechappeebelledonne.com)

## 3.5 DROIT À L'IMAGE

Tout concurrent renonce expressément à se prévaloir du droit à l'image durant l'épreuve, comme il renonce à tout recours à l'encontre de l'organisateur et de ses partenaires agréés pour l'utilisation faite de son image. « lechappeebelledonne » est une marque légalement déposée. Toute communication sur l'événement ou utilisation d'images de l'événement devra se faire dans le respect du nom de l'événement, des marques déposées et avec l'accord officiel de l'organisation.

**Aucune vente de photo de l'événement de L'Échappée Belle ne pourra être faite sans l'accord du directeur de course.**

## 3.6 DOUCHES ET WC

Il est possible de prendre une douche et d'utiliser les WC :

- Au centre Cévéo à Fond de France (Lieu de départ)

L'accès aux douches à l'arrivée est limité strictement aux coureurs. Les WC des refuges sont inaccessibles sauf accord favorable du responsable du ravitaillement.

# 4. CONSIGNES DE COURSE

## 4.1 ÉQUIPEMENT

**Vous devez être en possession du matériel obligatoire tout au long de la course.** Des contrôles inopinés par les bénévoles ou les commissaires de courses pourront avoir lieu à n'importe quel moment de la course. Certains dossards seront tirés au sort pour être contrôlés lors de l'accès au sas de départ.

**L'utilisation des bâtons est autorisée.**

### OBLIGATOIRE

- **Un RÉCIPIENT pour boire car il n'y aura pas de gobelet plastique sur les ravitos.**
- **Un sifflet**
- **Une couverture de survie entière (non découpée)**
- **Une réserve alimentaire de survie composée de 2 barres énergétiques minimum**
- **Un ou plusieurs contenants de liquide de 1,0 L minimum au total**
- **Téléphone portable chargé**

### Conseillé:

Suivant les conditions du moment, qui peut être rude en montagne, surtout sur des secteurs exposés comme le col de l'amiante et le Rocher blanc, quelques éléments sont fortement conseillés et peuvent devenir obligatoire sur demande de l'organisation.

- Veste imperméable type goretex
- Buff ou bonnet
- Gants

- Manches longues

## 4.2 RÈGLES DE COURSE

**Chronométrage:** Le départ sera donné en ligne et simultanément à tous les coureurs. Aucun placement sur la ligne de départ n'est prévu.

**Respect du parcours:** Il est obligatoire de respecter le tracé du parcours, notamment pour des raisons de sécurité. **Tout raccourci ou non respect du tracé** sera pénalisé de **60 min** supplémentaires sur le temps d'arrivée.

Aucune **assistance** n'est autorisée sur l'intégralité du parcours.

**Aucun déchet** (biodégradable ou non) ne doit être jeté sur le parcours.

Le **matériel obligatoire** doit être porté par tous les coureurs.

## 4.3 DOSSARD

**Les lieux et horaires de retrait de dossards sont à consulter sur le site web de la course rubrique « épreuves ».**

Chaque dossard est remis individuellement à chaque coureur. Il est équipé d'une puce permettant d'être scanné en différents points de la course.

Le dossard doit être visible en totalité et en permanence.

Il doit donc être toujours positionné au-dessus de tout vêtement. Le nom et le logo des partenaires ne doivent être ni modifiés, ni cachés.

Le dossard sera également le laissez-passer pour les ravitos, la zone de restauration pour votre repas coureur et votre bière d'arrivée.

## 4.4 POSTE DE CONTRÔLE ET RAVITAILLEMENT

Tous les concurrents doivent obligatoirement passer à tous les points de contrôle électronique et aux différents ravitaillements (voir road-book pour positionnement précis).

Le tableau de marche de la course identifiera la liste précise des points de ravitaillement, eau, postes de secours et sera disponible sur le road-book. En cas de changement de dernière minute vous serez informés lors du briefing de départ.

## 4.5 TEMPS MAXIMUM AUTORISÉ ET BARRIÈRES HORAIRES

Le temps maximal de l'épreuve, pour la totalité du parcours, est fixé à :

- **7 heures**

## 4.6 DISQUALIFICATION

Des commissaires de course présents sur le parcours, et les chefs de poste des différents points de contrôle et de ravitaillement sont habilités à faire respecter le règlement et à appliquer immédiatement une disqualification en cas de non-respect, selon les règles suivantes :

**Une disqualification automatique s'applique dans les cas suivant :**

- Non présentation ou refus du passage dans le sas de départ pour activer la puce électronique
- Non-respect du règlement et de la charte
- Coupe de sentier
- Jet de détritus (acte volontaire) par un concurrent et ou un membre de son entourage
- Non-respect des personnes (organisation ou coureur)
- Non-respect des interdictions liées à la zone de traversée NATURA 2000 et RÉSERVE NATURELLE DE LUITEL
- Non-assistance à une personne en difficulté
- Triche (utilisation d'un moyen de transport, partage de dossard...)
- Absence de la puce électronique
- Absence de passage à un point de contrôle
- Absence du matériel obligatoire (contrôle inopiné)
- Refus d'obtempérer à un ordre de la direction de la course, d'un commissaire de course, d'un chef de poste, d'un médecin ou d'un secouriste
- Refus d'un contrôle anti-dopage
- Départ d'un point de contrôle au-delà de l'heure limite
- Tout autre manquement au règlement fera l'objet d'une sanction décidée par le jury de course
- Assistance en dehors des points de ravitaillements

## 4.7 ANTIDOPAGE

Tout compétiteur peut être soumis à un contrôle antidopage pendant ou à l'arrivée de l'épreuve. En cas de refus ou d'abstention, le sportif sera sanctionné de la même façon que s'il était convaincu de dopage.

# 5. SÉCURITÉ

## 5.1 SÉCURITÉ ET ASSISTANCE MÉDICALE

### Réseau téléphonique :

- Le réseau GSM ne fonctionne pas partout. Néanmoins vous devez vous munir d'un téléphone portable chargé et allumé pendant la course.

### Liaison radio :

- L'organisation s'engage à déployer un système de relais radio provisoire permettant à l'équipe de secours et des bénévoles de communiquer rapidement. Cependant nous ne pouvons garantir la couverture à 100%. Une entreprise professionnelle dédiée est sollicitée pour ces aspects liés à la communication radio sur le massif.

### Système de secours :

- L'organisation prévoit un système complet de prise en charge de votre sécurité. Néanmoins aucun système n'est à 100% valable. Nous avons prévu pour votre sécurité :
  - o Des unités de secours mobiles sur des postes nécessitant une attention particulière
  - o Des unités de secours fixes sur des postes avancés sur le parcours permettant le rapatriement.

- o Un hélicoptère dédié à l'acheminement des secours et l'évacuation des blessés légers
- o Un PC course au Pleynet / Les 7 Laux
- o Un système de chronométrage par code-barres avec 3 points de contrôle

#### **Procédure de secours :**

Les postes de secours sont destinés à porter assistance à toute personne en danger avec les moyens propres à l'organisation ou conventionnés. Il appartient à un coureur en difficulté ou sérieusement blessé ou témoin d'un accident de faire appel aux secours. Pour cela il dispose de plusieurs moyens :

- en se présentant à un poste de secours
- en appelant le PC course (le N° sera communiqué sur le road-book et le dossard)
- en demandant à un autre coureur de prévenir les secours

***Il appartient à chaque coureur de porter assistance à toute personne en danger et de prévenir les secours.***

N'oubliez pas que des aléas de toute sorte, liés à l'environnement et à la course, peuvent vous faire attendre les secours plus longtemps que prévu. Un coureur faisant appel à un médecin ou un secouriste se soumet de fait à son autorité et s'engage à accepter ses décisions.

Les secouristes sur avis médical et les médecins officiels sont en particulier habilités :

- à mettre hors course (en invalidant le dossard) tout concurrent inapte à continuer l'épreuve
- à faire évacuer par tout moyen à leur convenance les coureurs qu'ils jugeront en danger.

#### **En cas de fatigue ne vous permettant plus de continuer :**

Nous vous demandons de signaler votre présence au PC course par tout moyen possible à votre disposition. Vous ne devez en aucun cas vous éloigner du sentier sans en avoir averti le PC course. Toute personne n'étant plus sur le sentier officiel de la course n'est plus sous la responsabilité de l'organisateur. En cas de force majeure, si vous devez vous abriter, même à quelques mètres du sentier officiel, il vous est demandé d'avertir le PC et de matérialiser votre présence sur le sentier par tout moyen possible afin que les serre-files puissent vous rejoindre.

#### **Cheminement en cas de brouillard :**

Les commissaires de courses (bénévoles en poste) peuvent vous contraindre à évoluer par petit groupe si votre état de fatigue l'impose ou pour toute autre raison (météo, brouillard etc..). Ainsi il peut vous être demandé d'attendre un concurrent afin de rester en groupe.

#### **Patous et troupeaux:**

Les alpages de Belledonne sont en partie fréquentés par des troupeaux de moutons gardés par des patous. Des consignes ont été données aux bergers afin d'éloigner les troupeaux de l'itinéraire emprunté le week-end de la course. Néanmoins, si vous êtes amené à croiser un patou, les recommandations sont simples :

- arrêtez de courir
- restez debout, donnez-lui le temps de vous identifier
- ne pas tenter de l'effrayer ni de l'éloigner avec vos bâtons
- continuer à avancer sur le chemin calmement
- appelez le PC course ou signalez sa présence au premier bénévole croisé.

Vous trouverez sur le site web des consignes particulières concernant le comportement à avoir face à un troupeau. Soyez respectueux du travail des bergers, ralentissez pour ne pas effrayer les animaux et pour votre sécurité.

## **5.2 ABANDON ET RAPATRIEMENT**

Sauf blessure, un coureur ne doit pas abandonner ailleurs que sur un point de contrôle. Il doit alors prévenir le responsable de poste, qui invalide définitivement son dossard.

En cas d'abandon, et de rencontre avec le serre-file, celui-ci invalide le dossard. Le coureur n'est alors plus sous le contrôle de l'organisation.