

ULTRA TRACE DE SAINT JACQUES

08 au 19 Juillet 2018

L'ULTRA TRACE DE SAINT JACQUES est une course en étapes qui se déroulera entre LE PUY EN VELAY et SAINT JEAN PIED DE PORT du dimanche 8 au jeudi 19 avril 2018.

Elle sera composée d'un prologue de 23.5 kilomètres, qui aura lieu le dimanche 8 juillet 2018 après-midi et de 11 étapes de 55 à 70 kilomètres.

Elle empruntera principalement le GR 65 (parcours balisé par la Fédération Française de Randonnée Pédestre) sur des chemins, sentiers et routes. Environ 35 % de bitume et 65 de chemins.

Quelques variantes hors GR 65 feront partie du parcours.

Elle traversera les départements de la Haute Loire (43), la Lozère (48), l'Aveyron (12), le Lot (46), le Tarn et Garonne (82), le Gers (32), les Landes (40) et les Pyrénées Atlantique (64).

Les difficultés du parcours résulteront du fait de la longueur des étapes, du dénivelé de certaines étapes, des conditions météorologiques, de la nature du terrain (pluie = chemins gras).

Mais toutes ces difficultés, les paysages et tout ce qui se dégagent de ce chemin rendront encore cette course plus belle.

Le temps imparti pour effectuer chaque étape correspond à une moyenne minimum de 5 km/h par étape. Exemples : pour une étape de 65 km le temps maxi est de 13 heures. Pour une étape de 62 km le temps maxi est de 12h24.

Cette course est OFFICIELLEMENT un rassemblement de coureurs de longue distance. Néanmoins un classement journalier sera effectué ainsi qu'un classement général en cumulant le temps de toutes les étapes pour chaque participant.

Les organisateurs assureront des ravitaillements séparés de 10 à 15 kilomètres les uns des autres. Mais les coureurs seront autorisés à se ravitailler par eux-mêmes en route (fontaines, bistrot, épicerie, chez l'habitant. Un road-book / carte du parcours sera envoyé par l'organisation. Celui-ci n'est qu'un complément d'informations du chemin. Il vaut mieux suivre le balisage du terrain que la carte. Le fléchage du parcours, sera celui du GR 65 (à chaque coureur d'être attentif tout au long du parcours).

IL EST CONSEILLE A CHAQUE PARTICIPANT DE S'ENTRAINER A SUIVRE UN SENTIER DE RANDONNEE PENDANT SA PREPARATION.

L'organisation assurera le chronométrage, établira un classement par étape et le classement cumulé qui seront diffusés chaque soir.

Un hébergement sommaire (de type gymnase, salle municipale ou autre) sera proposé à chaque étape, le détail vous sera donné avant le départ.

Il convient de prévoir matériel de camping minimum : duvet, matelas léger.
Les bagages des coureurs seront transportés chaque jour de ville-étape en ville-étape. Toutes vos affaires doivent être contenues dans 1 sac ou valise.
Les repas du soir seront assurés par l'organisation (servis au restaurant ou servis au gymnase par un traiteur).

Les organisateurs veilleront au bon déroulement de l'épreuve dans la régularité tout en s'appuyant sur le respect mutuel et l'honnêteté des participants.

Vous trouverez ci-après le règlement de **L'ULTRA TRACE DE SAINT JACQUES**
En cas d'interrogations, pour un échange plus efficace nous vous engageons vivement à communiquer par courrier électronique ultratraces@yahoofr

DECOUPAGE DES ETAPES (sous réserve de confirmation)

DAY

START

FINISH. Stage TOTAL

+ (km) (km)

1	Dim./Sun.	8 juillet	LE PUY EN VELAY	-	Saint Privat d'Allier
2	Lun./Mon.	9 juillet	Saint Privat d'Allier	-	Aumont Aubrac
3	Mar./Tue.	10 juillet	Aumont Aubrac	-	Florentin La Capelle
4	Mer./Wed.	11 juillet	Florentin La Capelle	-	Livinhac le haut
5	Jeu./Thu.	12 juillet	Livinhac le haut	-	Cajarc
6	Ven./Fri.	13 juillet	Cajarc	-	Lhospitalet
7	Sam./Sat.	14 juillet	Lhospitalet	-	Moissac
(START OF PI TRACE DE ST JACQUES)					
8	Dim./Sun.	15 juillet	Moissac	-	La Romieu
9	Lun./Mon.	16 juillet	La Romieu	-	Nogaro
10	Mar./Tue.	17 juillet	Nogaro	-	Arzacq Arraziguet
11	Mer./Wed.	18 juillet	Arzacq Arraziguet	-	Navarrenx
12	Jeu./Thu.	19 juillet	Navarrenx	-	SAINT JEAN PIED DE PORT

REGLEMENT DE L'EPREUVE

1- ORGANISATION

L'ULTRA TRACE DE SAINT JACQUES est organisée par ALTI & CO association Loi de 1901.

2- L'EPREUVE

L'ULTRA TRACE DE SAINT JACQUES est une course longue distance de 12 étapes, courue en individuel, pour un kilométrage total de 730 kilomètres. Départ de LE PUY EN VELAY (Haute-Loire) le dimanche 8 juillet 2018, arrivée à SAINT JEAN PIED DE PORT (Pyrénées Atlantiques) le jeudi 19 juillet 2018.

3- CONDITIONS D'INSCRIPTION

Pour s'inscrire, les coureurs devront être majeurs et s'engager à courir sous leur propre responsabilité.

A leur bulletin d'inscription, les participants devront joindre un certificat médical de « non contre indication de participation à l'ULTRA TRACE DE SAINT JACQUES »

4-CONTRÔLE DEPART

Les participants inscrits devront se présenter à **LE PUY EN VELAY**, ville de départ de la première étape (heure et lieu vous seront communiqués ultérieurement).

5- DEROULEMENT DES ETAPES - TEMPS LIMITES

Le départ de la première étape sera donné à 15 heures 00. Les autres départs d'étape seront donnés entre 6h30 heures et 7h30 heures du matin. Des départs différés pourront être mis en place dès que les organisateurs le jugeront utile. Un horaire limite de passage de la ligne d'arrivée sera établi chaque jour en fonction du kilométrage de l'étape.

Tout coureur sera autorisé de terminer une étape hors délai avec au maximum 30 minutes de retard. Si le coureur termine hors délai une autre étape il sera éliminé.

6- PARCOURS

L'organisateur peut modifier, raccourcir, neutraliser ou changer le parcours d'une étape pour quelques raisons que ce soient. Les coureurs devront suivre ces modifications sous peine de mise hors course.

7-COUREURS HORS COURSE

Les coureurs éliminés ou ayant abandonné pourront être autorisés à poursuivre le parcours avec les véhicules de l'organisation et ce, dans la limite des places disponibles.

Dans le cas où il n'y aurait plus de place à l'intérieur de ces véhicules, les coureurs devront trouver un autre moyen pour suivre la course ou seront déposés dans une gare (routière ou ferroviaire) la plus proche.

Les derniers abandons sont prioritaires pour avoir une place dans les véhicules.

8- VEHICULES-SUIVEURS

Les véhicules d'assistance pourront retrouver les coureurs sur les lieux de ravitaillement ainsi que dans les communes traversées.

Les arrêts le long des routes (lorsque le parcours les emprunte) en ne respectant pas le Code de la Route ou la sécurité des usagers seront interdits. Des avertissements pourront être prononcés.

Plusieurs avertissements pourront entraîner une exclusion du coureur.

Les véhicules motorisés ou non ne seront pas autorisés à suivre les coureurs sur les chemins ou sentiers. L'organisation se réserve le droit d'accorder des dérogations à cette règle.

9- CODE DE LA ROUTE

La circulation restant ouverte sur la totalité du parcours, coureurs et chauffeurs devront respecter le Code de la route.

Les coureurs isolés évolueront de préférence sur le côté gauche de la route, face à la circulation, à moins que les conditions soient plus favorables sur le côté droit (piste cyclable, bas-côté mieux adapté, virage serré à gauche) ainsi que dans le cas où ils évoluent en groupe.

En cas de comportements dangereux ou répréhensibles, des avertissements pourront être prononcés. Plusieurs avertissements pourront entraîner une exclusion. Le cas particulier d'un franchissement de voie ferrée alors que ses barrières sont abaissées, entraînera une exclusion immédiate.

10- TENUES DE COURSE

Les tenues de course sont libres sous réserve que les coureurs prennent soin de porter des vêtements de couleurs claires bien visibles. Il est conseillé de revêtir des hauts de couleur jaune, orange, vert clair.

Lors des départs de nuit et en condition de visibilité réduite (pluie, brouillard....) le port d'un gilet fluorescent sera obligatoire.

11 - MATERIEL (listes non exhaustives)

11.1 Du MATERIEL OBLIGATOIRE est imposé dans les sacs.

1/ réserve d'eau et de nourriture

2/ couverture de survie

3/ liste des numéros de téléphone des organisateurs et bénévoles

4/ gilet de sécurité fluorescent

5/lampe (frontale) avec piles de rechange si départ de nuit

11.2 MATERIEL CONSEILLE

1/ vêtements adaptés

2/ téléphone portable (bien que le parcours soit souvent limité en réseau)

12 - SOINS

L'organisation n'assurera aucun soin et ne délivrera aucun médicament aux coureurs. Si ceux-ci ont besoin de soins, ils iront consulter un spécialiste de leur propre chef. L'organisation ne pourra être donnée comme responsable en cas de mauvaise santé ou du problème physique d'un coureur.

Les coureurs sont sous leur entière responsabilité.

13-RAVITAILLEMENTS

Sur chaque étape, des postes de ravitaillement (boissons, fruits et légumes frais, alimentation solide sucrée et salée) seront positionnés par l'organisation et séparés de 10 à 15 kilomètres jusqu'à l'arrivée.

Les coureurs sont autorisés en permanence à se ravitailler en dehors de ces points (fontaines, bistrot, épicerie, chez l'habitant, véhicule suiveur), mais sans gêner l'accès des coureurs et des bénévoles ni perturber leur fonctionnement.

14- ROAD-BOOK

Le parcours, reconnu et mesuré, emprunte le GR 65 dans sa totalité du PUY EN VELAY à SAINT JEAN PIED DE PORT. Sur le parcours, il y a quelques variantes du GR 65 qui ne font pas partie du parcours. Les cartes (échelle 1/32000 maxi) seront remis à chaque coureur par e-mail. Un balisage sera également mis en place sur le parcours.

15- ERREURS DE PARCOURS

Les coureurs ne sont pas autorisés à monter dans (ou sur) un véhicule quel qu'il soit, même à l'arrêt, entre le départ et l'arrivée des étapes. En cas d'erreur de parcours, le coureur égaré doit rejoindre le parcours par ses propres moyens à l'endroit où il l'a quitté.

Seuls les véhicules de l'organisation sont habilités à transporter un coureur égaré pour le ramener sur le parcours.

Si un coureur est ramené par l'intermédiaire d'un véhicule de l'organisation sur le parcours et qu'il arrive dans le temps imparti, il sera crédité du temps du dernier coureur classé de l'étape auquel sera rajouté une pénalité pouvant aller jusqu'à 3 heures.

16- CLASSEMENTS

Un classement d'étape sera établi chaque jour. Le classement général sera mis à jour à l'issue de chaque étape, par addition du temps de l'étape et des éventuelles pénalités sera diffusé chaque soir.

Un seul classement général SCRATCH sera établi, sans distinction de sexe ni de catégorie d'âge.

17- COMPORTEMENTS INDIGNES - RECLAMATIONS

Le coureur et son (ou ses) éventuel(s) accompagnateur(s) forment une équipe. Tout comportement indigne ou hors-règlement d'un membre d'une équipe, coureur ou accompagnateur, sera crédité au coureur. A ce titre, chaque coureur est responsable du comportement de ses éventuels suiveurs.

Tout coureur pourra déposer réclamation auprès du directeur de course s'il est témoin de comportements hors-règlement de la part d'autres coureurs ou accompagnateurs.

En cas de problèmes, ceux-ci seront réglés par une Commission comprenant 2 représentants des coureurs, 2 bénévoles et le directeur de course.

18- BRIEFINGS

Un briefing sera tenu quotidiennement avant chaque départ d'étape et sera assuré en français.

Il est conseillé aux coureurs ne parlant pas l'une de ces langues de se faire accompagner d'un interprète.

19- HEBERGEMENT - REPAS

Un hébergement de type gymnase, salle municipale ou autre sera proposé aux coureurs et à leurs accompagnateurs (en nombre raisonnable et dans la mesure des places disponibles) à chaque étape. Prévoir équipement personnel : tapis de sol ou matelas, duvet.

Les douches sont à l'usage prioritaire des coureurs afin que ceux-ci aient toutes les chances de les avoir chaudes. Selon leur nombre, il sera demandé aux accompagnateurs de ne pas les utiliser avant les repas.

Les dîners seront assurés par l'organisation : servis par un traiteur ou au restaurant après chaque étape. Le coureur est libre d'y participer ou non. Dans le cas où le coureur préfère ne pas participer au repas, l'organisation lui mettra à disposition les restes des ravitaillements du jour.

Ces services de repas seront proposés aux accompagnateurs moyennant une somme qui sera déterminée ultérieurement.

Le petit-déjeuner sera proposé aux coureurs tous les matins. Il sera principalement composé de pain (ou pain de mie), beurre, confiture, lait, café soluble, thé. Les coureurs se géreront eux même pour les petits-déjeuners, des bouilloires et micro ondes seront mis à leur disposition.

Si le coureur a besoin d'autres choses pour son petit-déjeuner, il lui revient de le prévoir.

L'ULTRA TRACE DE SAINT JACQUES est zone NON FUMEUR (gymnases, restaurants, postes de ravitaillements...) pour les coureurs comme pour leurs accompagnateurs.

