

L'Espérance Endurance Trail
organise

TRAIL DE LA CROIX DE FER

1^{ère} édition de la « BY NIGHT »

12,5 km de Course Nature EN NOCTURNE
à la frontale et en autosuffisance

90 % de sentiers et chemins + 260 m de dénivelé positif

SAMEDI 7 NOVEMBRE 2009
LE MERIOT, AUBE (10)

RANDONNÉE
17h30 à 18h00

TRAIL
19h00

Départ de la salle polyvalente
du PLESSIS MERIOT

*Explorez la forêt de nuit ...
À vos frontales !*

avec le concours de la COMMUNE DU MERIOT et en partenariat avec

DECATHLON
ROMILLY SUR SEINE

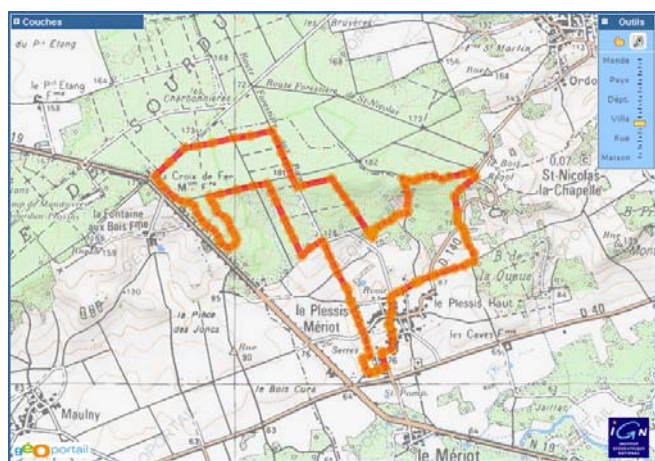
Infos, inscriptions, règlement et éco-charte éthique sur le site Internet : <http://esperance.trail.free.fr>
Organisation : esperance.trail@free.fr ou 06 61 77 65 02 (Kévin ROBERT)

PRESENTATION

Le **TRAIL DE LA CROIX DE FER** est la première course nature organisée dans le Nogentais et la Vallée de la Seine mettant en valeur le milieu naturel de la région. L'épreuve est organisée par l'**ESPERANCE ENDURANCE TRAIL**, section de l'association sportive **ESPERANCE** de Nogent sur Seine, avec le concours de la commune du **MÉRIOT**.

PARCOURS

Le parcours traverse le **PLESSIS MERIOT** (commune LE MERIOT, Aube), base de départ et d'arrivée de la randonnée et du trail, puis emprunte les sentiers et chemins de la **Forêt Domaniale de SOURDUN** et les lisières du **Bois de la Queue** et du **Bois Ragot**.



Parcours : 12,5 km (90% sentier - 10% route)



Dénivelé : +/- 264 m

FICHE TECHNIQUE

Epreuve : Course nature nocturne en autosuffisance

Distance : 12,5 km (264 m+)

Date : SAMEDI 7 NOVEMBRE 2009

Départ : Salle polyvalente du PLESSIS MERIOT

RANDONNÉE
17H30 à 18H00

TRAIL
19H00

Aucune barrière horaire n'est spécifiée pour l'épreuve.

INSCRIPTIONS

SUR PLACE

Le jour de l'épreuve, au bureau des inscriptions de la salle polyvalente du PLESSIS MERIOT, jusqu'à 10 minutes avant le départ de l'épreuve.

Aucune inscription par téléphone ou par mail.

DOSSARDS

Le contrôle du matériel obligatoire est effectué avant la remise du dossard et valide la délivrance du dossard. Les dossards seront remis au bureau des inscriptions de la salle polyvalente du PLESSIS MERIOT le jour de l'épreuve entre 17h00 et 18h50. Aucun dossard ne sera remis à moins de 10 minutes du départ.

TARIF D'INSCRIPTION

5 EUROS

PAR AVANCE OU SUR PLACE

(1) payable en espèce ou par chèque libellé à l'ordre de l'ESPERANCE ENDURANCE TRAIL.

(2) en cas de forfait (non présentation) ou d'abandon, aucun remboursement ne sera effectué quelle qu'en soit la cause.

PAR AVANCE (par courrier, avant le 1^{er} Novembre)

Renvoyer la fiche d'inscription dûment complétée, datée et signée, accompagnée des justificatifs demandés (photocopie de la licence ou du certificat médical) et du règlement des frais d'inscription à l'adresse : Kévin ROBERT - ESPERANCE ENDURANCE TRAIL - 1 rue des Capucins 10400 NOGENT SUR SEINE.

REGLEMENT DU TRAIL*

*Règlement complet sur <http://esperance.trail.free.fr>

AVERTISSEMENT

En raison de la nature accidentée des sentiers et chemins traversés sur le parcours, l'épreuve est **fortement déconseillée** aux coureurs fragiles des chevilles ou des genoux.

ADMISSION

L'épreuve est ouverte aux coureurs licenciés de la Fédération Française d'Athlétisme ou de la Fédération Française de Triathlon et aux coureurs non licenciés, majeurs ou mineurs nés avant 1993.

Les parents ou tuteurs sont responsables des mineurs qu'ils engagent.

CERTIFICAT MEDICAL

Le concurrent devra impérativement remettre lors de son inscription, sur place ou par avance, soit une photocopie de la licence valide au jour de l'épreuve pour les coureurs licenciés, soit un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an au jour de l'épreuve (ou sa photocopie) pour les coureurs non licenciés. Ces documents seront conservés en original ou en copie par l'organisateur en tant que justificatifs en cas d'accident.

Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la présentation du certificat médical, le Ministère chargé des Sports ayant précisé à ce sujet que « les déclarations sur l'honneur ne peuvent plus désormais être acceptées par les organisateurs à la place des certificats médicaux ».

RAVITAILLEMENTS

L'épreuve est une course en autosuffisance. L'organisateur se réserve le droit de mettre en place un poste exceptionnel de point d'eau à mi-course. Un buffet du type poste de ravitaillement (barres énergétiques, fruits, boissons froides, boissons chaudes) situé à la salle polyvalente du PLESSIS MERIOT accueillera les randonneurs et les traileurs à leurs arrivées.

BALISAGE

Le balisage sera assurée par des rubanises blanc / rouge, des panneaux fléchés et des rubans de signalisation rétro-réfléchissants.

MATERIEL

Matériel obligatoire :

- lampe frontale en bon état de marche.

Matériel conseillé :

- réserve d'eau (ceinture porte-bidon ou sac à dos avec poche à eau).
- veste imperméable en cas de pluie.
- gants, bonnet et vêtements chauds en cas de conditions froides.

ASSISTANCE

Les suiveurs VTT sont interdits sur le parcours. De même, dans un souci de protection de la faune et de la flore, pour la sécurité de chacun, les véhicules tout terrain à moteurs sont strictement interdits.

SECURITE

L'organisateur ESPERANCE ENDURANCE TRAIL, par le biais de l'association sportive ESPERANCE de NOGENT SUR SEINE, est couvert par une assurance à responsabilité civile.

VESTIAIRE

L'organisateur ne garantit pas la mise en place d'une zone de vestiaire et/ou d'une douche pour les participants.

DROITS A L'IMAGE

L'organisateur ESPERANCE ENDURANCE TRAIL et l'association sportive ESPERANCE de NOGENT SUR SEINE se réserve tous droits exclusifs d'utilisation des images, photos et vidéos des épreuves organisée. En participant à cette épreuve, tous les concurrents acceptent que l'organisateur ESPERANCE ENDURANCE TRAIL dispose des droits exclusifs de leurs noms et de leurs images individuelles et collectives pour ce qui concerne de près ou de loin leurs participations aux épreuves, usage commercial compris.

RESPECT

Chaque concurrent s'engage à prendre connaissance de l'éco-charte éthique et à l'accepter, à prendre connaissance du règlement de l'épreuve et à l'accepter, à respecter les concurrents, traileurs ou randonneurs, les organisateurs et les bénévoles, l'équipe de secours / sécurité et les spectateurs.

ECO CHARTE ETHIQUE*

*Eco charte complète sur <http://esperance.trail.free.fr>

Des dizaines de traileurs et de randonneurs exploreront les sentiers et chemins forestiers.

Nos objectifs :

- impact nul de l'épreuve sur l'environnement.
- sensibilisation de chacun à protéger notre nature et notre environnement.

**Laissons la nature et l'environnement comme nous les avons trouvés,
sans papiers, ni déchets plastiques ou autres.**

Que notre attitude serve d'exemple pour les autres randonneurs !

FICHE D'INSCRIPTION

TRAIL DE LA CROIX DE FER, édition « BY NIGHT »

SAMEDI 7 NOVEMBRE 2009

LE MERIOT, AUBE (10)

TRAIL DE LA CROIX DE FER

RANDONNÉE

NOM :	
Prénom :	
Adresse :	
Code postal :	Ville :
Année de naissance :	Sexe : <input type="checkbox"/> Homme <input type="checkbox"/> Femme
si mineur (né avant 1991), nom et prénom du parent ou tuteur :	
Email :	
Licencié(e) : <input type="checkbox"/> OUI	Fédération : <input type="checkbox"/> FFA <input type="checkbox"/> FFTRI <input type="checkbox"/> FSCF* <input type="checkbox"/> FSGT* <input type="checkbox"/> UFOLEP*
	N° licence :
	Club (en toutes lettres) :
<input type="checkbox"/> NON	Certificat médical <input type="checkbox"/> * Mention «athlétisme»

CERTIFICAT MÉDICAL

Pour les licenciés : fournir une photocopie de la licence valide au jour de l'épreuve. Mention «athlétisme» obligatoire pour les licences FSCF, FSGT et UFOLEP.

Pour les non licenciés : fournir un certificat médical de « non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition » datant de moins d'un an au jour de l'épreuve(ou sa photocopie).

Ces documents seront conservés par l'organisateur.

DÉCLARATIONS SUR L'HONNEUR

Je déclare avoir pris connaissance du règlement de l'épreuve et l'accepter.

Je déclare avoir pris connaissance de l'éco-charte éthique de l'épreuve et l'accepter.

Date :

Signature :

(parent, tuteur, dirigeant ou éducateur pour les mineurs)

DOSSARD

RESERVE A L'ORGANISATION

Toute fiche d'inscription non datée et signée ou non accompagnée des justificatifs demandés (photocopie de la licence ou du certificat médical) et du règlement des frais d'inscription ne pourra être prise en compte.