



## *Règlement de l'Ultr'Ardèche*

### Article 1 Présentation

*L'association « Ultr'Ardèche » organise une épreuve de grand fond à allure libre (marche ou course) dénommée « l'Ultr'Ardèche ». 222 kilomètres pour 4477 mètres de dénivelé positif en moins de 37 heures. 8 barrières horaires sont mises en place (aux km 56, 72, 95, 117, 145, 175, 206 et 222). Le départ sera donné d'Alboussière à 06h00 le samedi 30 mai 2020. L'heure limite d'arrivée est fixée à 19h00 le dimanche 31 mai, soit 37 heures maxi pour boucler le parcours. La moyenne globale minimale sur l'épreuve est de 6 km/h (voir article 5 : Barrières horaires)*

*Cette épreuve rassemble des adeptes de grand fond, d'efforts sur longues distances et ayant une expérience solide en ultrafond. Il est nécessaire pour pouvoir s'inscrire de justifier de sa participation et de sa qualité de finisher à des épreuves similaires (Spartathlon, Nove Colli, Sakura Michi, Transe Gaule, Mil Kil, Balaton, Mi Mil Kil, Grand Raid de la Réunion, Ultra Marin, Olympienne, Euchidios, Dolihos Ultra race, 24h (> 150 km), 48h (> 250 km), 100km (<13 h) ...).*

***l'Ultr'Ardèche est qualificative pour le Spartathlon 2021.***

***Qualification directe pour moins de 27 heures pour les hommes et  
moins de 28 heures pour les femmes***

***Loterie pour moins de 36 heures pour les hommes et 37 heures pour  
les femmes***

*L'organisation se réserve le droit de refuser un engagement si :*

*- elle juge le CV du coureur insuffisant pour participer à l'Ultr'Ardèche.*

*- elle n'a pas envie de le recevoir. Le caractère convivial, voire familial de l'épreuve reste et restera notre raison première d'organiser cette épreuve.*

*Ces refus sont sans appel.*

*Un comportement de gentleman envers les autres concurrents, les bénévoles, l'organisation ainsi que l'environnement est vivement conseillé.*

*Seules les personnes majeures peuvent concourir.*

***Avant tout envoi d'engagement, merci d'appeler  
l'organisateur au 06 38 29 14 40***

## **Article 2 Responsabilité**

*Les concurrent(e)s s'engagent à leurs risques et périls sous leur propre et unique responsabilité. Chaque concurrent doit être conscient des risques encourus.*

*De ce fait, en cas d'accident de santé ou de la circulation sur le parcours, aucun recours ne pourra être engagé, ni par le concurrent, ni par ses ayants droit contre l'organisateur, ou l'association organisatrice, personne physique ou morale.*

*Le fait de remplir le bulletin d'inscription est signe d'acceptation du règlement.*

*De nombreuses consignes de sécurité sont notées sur le road book, il est recommandé d'en prendre connaissance bien avant le jour de la course. La progression du coureur se fera prioritairement sur les trottoirs dans les villages, sur les contre allées, les bas-côtés disponibles sur les routes. Une tenue haute visibilité est recommandée. Sur le road book, est précisé par endroit, le côté de la route qui doit être emprunté par le coureur.*

*Les concurrents ne doivent pas oublier qu'ils s'aventurent dans un des rares départements où la télé-réalité n'a pas cours, un des derniers bastions de « l'authentique », les précédentes éditions l'ont démontré.*

## **Article 3 Inscriptions**

*L'inscription sera effective à la réception du bulletin d'engagement signé attestant l'acceptation du règlement et du montant de l'engagement fixé à 170€.*

*50% de ce montant sera remboursé en cas de désistement avant le 1er février 2020. Passé ce délai, pas de remboursement.*

*Pour conserver le caractère convivial et même confidentiel de cette épreuve, le nombre de concurrents est limité à 160 partants.*

*L'organisation se réserve le droit :*

- d'annuler la manifestation en dessous de 40 inscrits*
- de refuser l'inscription d'un concurrent sans en motiver la décision*

## **Article 4 Parcours**

*Le parcours est une boucle de 222 kilomètres sur les petites routes de l'Ardèche, voies très peu fréquentées*

*Ville de départ et d'arrivée : Alboussière*

*Le parcours est vallonné : 4477 mètres de dénivelé positif.*

*Ce parcours va vous permettre de découvrir la belle « Ardèche verte » avec pour point culminant le pied du Gerbier-de-Jonc, berceau de la Loire.*

*Un road book sera disponible en téléchargement sur le site internet :  
Sur demande, il pourra être fourni en version papier à l'accueil de la course.*

*Le parcours est disponible sur le site Openrunner : <https://www.openrunner.com/r/8662932>*

## **Article 5 Navigation**

***Le parcours sera balisé avec des flèches autocollantes (de 5,5 cm X 2 cm) sur fond de couleur orange fluo et dans certains carrefours il y aura un marquage complémentaire au sol à la peinture biodégradable ainsi que des lumignons pendant la nuit.***

***Vous devrez vous munir du road book tout au long de l'épreuve afin de remédier à d'éventuelles erreurs de parcours.***

***En cas de difficulté, il sera toujours possible de joindre par portable l'organisation. Il est précisé sur le road book les rares endroits où le réseau mobile ne passe pas (2 kilomètres sur l'ensemble du parcours). Au dos du dossard, figurent les numéros du directeur de course, du médecin, des véhicules d'organisation.***

***Les concurrent(e)s progressent sur le côté gauche de la route si la route est dégagée et lorsque la visibilité permet de voir au loin. Les concurrents doivent faire preuve de bon sens lorsqu'ils sont sur une voie ouverte à la circulation. Des indications fréquentes figurent sur le road book. Courir, marcher en priorité sur les trottoirs, contre allées, bas-côtés.***

***Aux croisements de routes fréquentées, un CP (et ravitaillement) sera mis en place.***

***Si ce n'est pas le cas :***

- Un rappel sera effectué lors du briefing***
- Le road book est très précis sur ce risque potentiel***
- Un bénévole sera présent lors de la traversée***

***De nuit, des lumignons seront disposés aux endroits stratégiques.***

## Article 6 Barrières horaires

*Pour garantir la sécurité des concurrents, 8 barrières horaires sont mises en place. L'heure d'arrivée au ravitaillement est l'heure retenue.*

<b>Km</b>	<b>Ville (Altitude)</b>	<b>Temps de course</b>	<b>Jour/Heure</b>	<b>Km entre BH</b>	<b>moyenne depuis le départ</b>	<b>D+ sur le tronçon</b>	<b>D+ depuis le départ</b>
56,8	CP 5 : St Martin de Valamas (540 m)	08h00	samedi 14h00	56,8	7,10	840 m	840 m
72,3	CP 7 : Borée (1150 m)	11h00	samedi 17h00	15,5	6,57	730m	1570 m
95,8	CP 10 : Sagnes et Goudoulet (1224 m)	15h00	samedi 21h00	23,5	6,38	460m	2030 m
117,5	CP 12 : St Pierre de Colombier (418 m)	18h15	dimanche 00h15	21,7	6,44	47m	2077 m
145	CP 15 : Saint Joseph des bancs (666 m)	23h00	dimanche 05h00	27,5	6,30	775m	2852 m
175,8	CP 18 : Gluiras (790 m)	28h30	dimanche 10h30	30,8	6,17	875 m	3727 m
206,1	CP 20 : Châteauneuf de Vernoux (587 m)	34h00	dimanche 16h00	30,3	6,06	523 m	4250 m
222	Alboussière (539 m)	37h00	dimanche 19h00	15,9	6	227 m	4477 m

## Article7 Ravitaillements

*Des ravitaillements seront disposés sur le parcours environ tous les 10 km, de préférence dans les petits villages, mais aussi aux endroits où une traversée de route est nécessaire.*

*Il y aura des boissons chaudes ou fraîches en fonction de la météo, de l'eau plate et gazeuse, du Coca Cola, du sirop, des fruits frais, du pain, du sel, du sucre, des confiseries, gâteaux, compotes. Seront aussi disponibles sur quelques ravitaillements du fromage, de la charcuterie, pommes de terre vapeur, ...L'accès à ces ravitaillements est réservé aux concurrents et aux accompagnateurs vélo qui seront acquittés de la somme de 10 euros lors de l'inscription de leur coureur.*

***Il est impératif que le concurrent se signale au responsable du poste de ravitaillement (CP) à son arrivée à chaque CP afin que celui-ci puisse noter son horaire de passage.***

*Aux barrières horaires n°4, 5 et 6 (CP n°12, 15 et 18), en plus du ravitaillement habituel, les concurrents auront la possibilité de se reposer, de dormir. Des plats chauds seront servis (purée, soupe, ..). Sur ces trois postes, des lits de camp seront installés dans les salles mises à disposition par les municipalités.*

#### Article 8 Matériel obligatoire

*Durant toute l'épreuve, le concurrent devra disposer :*

- *d'une réserve d'eau de 1 litre,*
- *d'un peu de nourriture (barre énergétique, sucre, .....) lui permettant de rallier le ravitaillement suivant.*

*Durant la nuit, la différence de température peut être très surprenante. Les éditions 2012, 2013 et 2019 l'ont confirmé.*

*+30° vers midi aux alentours du kilomètre 40 et des températures proches de 0° vers le gerbier de jonc ou dans la nuit. La tenue doit être ..... adaptée.*

*Il est obligatoire de disposer d'un téléphone portable durant l'épreuve. Un tronçon de 2 kilomètres ne dispose pas de couverture réseau.*

*Drop Bag :*

*Les concurrents peuvent confier à l'organisation le transport de vêtements et nourriture pour en disposer aux barrières horaires : BH2 (CP7), BH3 (CP10), BH4 (CP12), BH5 (CP15), BH6 (CP18)*

*L'organisation se chargera du rapatriement des drop bags que vous laisserez aux différents CP.*

*Leur dépôt devra être effectué le Vendredi 29 mai 2020 au camping de 15 à 19h, soit avant le briefing.*

#### Article 9 Accompagnateurs

*Un et un seul accompagnateur vélo par coureur est autorisé (un badge accompagnateur nominatif sera remis le vendredi à la remise des dossards). Une participation de 10€ est demandée pour l'accès aux ravitaillements pour le suiveur vélo.*

*Pour des raisons de sécurité, un seul vélo sur tout le parcours et pour des raisons d'équité sportive, un seul coureur accompagnateur sur l'épreuve. Le coureur et le cycliste doivent progresser du même côté de la route. Un gilet haute visibilité et un casque sont obligatoires pour le cycliste. En cas d'abandon, l'organisation ne prend pas en charge le rapatriement du vélo à Alboussière.*

*Les accompagnateurs véhicules sont autorisés à partir du km 26 (une voiture par concurrent maxi, pas de camping-car sur le parcours). Pas de suivi en continu, mais des arrêts réguliers (tous les 5, 10 km est envisageable). Les concurrents viennent se frotter aux éléments, se retrouver seul dans la nuit avec seul le bruit de leur pas, leur souffle.*

**Nous souhaitons le moins de véhicules possibles sur le tracé. Véhicules présents sur le parcours toute la course :**

- 3 mini bus en charge du rapatriement des coureurs ayant abandonnés,
- à l'avant, le véhicule d'ouverture de course (balisage de nuit)
- 1 autre véhicule au milieu du peloton (avec directeur de course)
- 1 véhicule avec les derniers concurrents en course (c'est la personne de ce véhicule qui est en charge de retirer le dossard aux concurrents en retard sur les barrières horaires)
- 1 véhicule avec le médecin de la course à bord

**Il est interdit aux concurrents de monter dans les véhicules suiveurs :**

- pendant les arrêts ravitaillement (pour éviter toute discussion),
- pour rejoindre le parcours après s'être égaré. (appel au directeur de course dans ce cas-là) (voir article 11)

### **Article 10 Tenue de course**

**Une tenue visible (couleur claire et/ou fluo, haute visibilité) est obligatoire pour la sécurité. Pas de noir ni de sombre.**

**Lors de la progression pendant la nuit ou en présence de brouillard ou brume, les concurrents devront être équipés d'une frontale, d'une lumière rouge qu'ils porteront dans le dos (soit sur la sangle de la frontale soit sur le sac), ainsi que d'un gilet haute visibilité.**

**L'organisation se réserve le droit de mettre hors course un concurrent dont le comportement pourrait mettre en péril la pérennité de l'épreuve et sa propre sécurité.**

### **Article 11 : Chronométrage/Pointage**

**Lors de la remise du dossard, une balise GPS (60g) vous sera remise en échange d'un chèque de caution de 100 euros. Ce chèque vous sera détruit à la fin de l'épreuve après la restitution de la balise.**

**Cette balise œuvre grandement à la sécurité des coureurs. La position GPS est enregistrée toutes les minutes et visible sur le site internet : [sw3.solustop.com/courses](http://sw3.solustop.com/courses)**

**Cette balise est à glisser dans votre sac de course ou ceinture coureur. Ce suivi permettra à l'organisation de garantir une équité sportive, mais aussi à tous (coureurs, accompagnateurs, famille, amis) de suivre la course en direct. Le lien pour se connecter à cette page sera communiqué un mois avant l'épreuve. Les positions GPS sont relevées toutes les 5 minutes.**

**A l'arrivée, vous devrez impérativement remettre votre balise au responsable du chronométrage.**

**Le port du dossard est obligatoire durant toute la durée de l'épreuve. Il devra être bien visible et porté devant (poitrine ou porte dossard à la ceinture). Il est impératif que le concurrent se signale au responsable du poste de ravitaillement (CP) à son arrivée à chaque CP afin que celui-ci puisse noter son horaire de passage.**

## Article 12 Environnement

*Le parcours se veut sauvage et préservé. L'organisateur met place toutes les mesures nécessaires afin que l'environnement ne soit pas altéré par l'épreuve :*

- *nous privilégions les déplacements en train et le co-voiturage pour que les concurrents se rendent sur le lieu de départ (horaires, emplacement, programme donnés très en amont pour réserver au meilleur prix les billets de train)*
- *des tarifs d'hébergement très accessibles sont réservés pour les concurrents et leurs accompagnateurs afin de limiter les déplacements de véhicules pendant le week end aux alentours d'Alboussière.*
- *la mise en place de navettes depuis la gare de Valence TGV et Lyon St Exupéry*
- *rappel lors du briefing d'avant course sur l'interdiction formelle de jeter tout détrit, emballage dans la nature de la part d'un concurrent, d'un accompagnateur (voir article 11)*
- *Nous ne distribuons pas d'imprimé et privilégions notre communication par l'intermédiaire de notre site et différents forum sur internet (avant, pendant et après l'épreuve)*
- *achat de primeurs, fruits, viandes, pains, boissons auprès des producteurs locaux*
- *le balisage de l'épreuve sera réalisé à l'aide flèches autocollantes de 5,5cmx2cm, visibles pour les coureurs mais très discrètes pour les habitants. Aux endroits stratégiques (risques élevés de prendre la mauvaise direction), ce marquage sera renforcé par de la peinture biodégradable sur la chaussée, ainsi que des lumignons pendant la nuit.*

## Article 13 Mise hors course et pénalités

*Tout concurrent qui arrivera après l'heure limite à l'une des 8 barrières horaires se verra retirer son dossard et sera mis hors course.*

***Le coureur doit pointer à chaque CP. Pénalité = 2 heures par CP loupé***

***Sauf pour CP 20 et 21 : Pas de pointage = Hors course***

*Tout concurrent surpris par le directeur de course ou un bénévole dans un véhicule, sur une moto ou un vélo sera mis hors course avec interdiction de participer aux éditions suivantes*

*Tout concurrent surpris en train de jeter un papier ou tout autre détrit sur la voie publique sera pénalisé d'une heure à la 1<sup>ère</sup> infraction, et hors course à la seconde. Si c'est l'accompagnateur d'un concurrent qui fait preuve d'incivilité, les mêmes pénalités s'appliquent au dit concurrent.*

*Rappel de l'article 9 : L'organisation se réserve le droit de mettre hors course un concurrent dont le comportement pourrait mettre en péril la pérennité de l'épreuve et sa propre sécurité.*

## 14 Classement

*L'épreuve donnera lieu à un classement scratch, un classement féminin et un classement masculin qui sera affiché sur la ligne d'arrivée.*

*A l'issue de l'épreuve, un trophée souvenir sera remis à tous les FINISHERS.  
Il n'y aura pas de prime d'arrivée aux premiers des classements.*

## Article 15 Soins/organisation des secours/Prévention

*Le véhicule du médecin sera en permanence au cœur du peloton.*

*Une pharmacie sera mise en place par l'organisation. Seuls les médecins sont habilités à donner un médicament aux concurrents. Tous les concurrents doivent être dotés d'un téléphone portable (le réseau passe sur 99% du parcours). Tous doivent fournir un certificat médical lors de l'inscription (la licence FFA (Fédération Française d'Athlétisme) fait office de certificat médical). Seuls les concurrents ayant une grande expérience de ce type de course sont autorisés à s'engager.*

## Article 16 Accueil, hébergement et programme

*L'organisation mettra en place des navettes de la gare TGV de Valence à Alboussière (25km). Les concurrents qui arriveront par le train dans la journée de vendredi indiqueront lors de leur inscription l'horaire prévisionnel d'arrivée de leur train. (Gare Valence TGV à 2h10 de Paris Gare de Lyon)(confirmation 1 mois avant l'épreuve). Pas de navette le mercredi et le jeudi.*

*Horaires des navettes du vendredi : 10h30, 14h30, 16h45*

*Pour le retour, pas de navette en direction de la gare Valence TGV le dimanche soir. 1<sup>er</sup> retour, le lundi matin 9h au départ d'Alboussière*

*L'accueil des concurrents se fera au camping d'Alboussière dès 14 heures le vendredi 17 mai.*

*Les concurrents auront le choix pour les couchages du vendredi soir et du dimanche soir entre la salle communale, le camping d'Alboussière (camping-car, tente), chalets au sein du camping, les gîtes et hôtels des environs.*

*Chaque personne devra fournir son matériel de couchage.*

## **Repas**

- Le repas du vendredi soir sera servi au camping pendant le briefing (présence obligatoire)*
- Samedi : Petit déjeuner servi le matin dès 03h45 avec café, thé, chocolat, lait, pain, pogne, beurre, confitures, jus de fruits, charcuterie, fromage, yaourts.*
- Dimanche 20h : repas pendant la remise des prix*

*Les accompagnateurs ou famille peuvent prendre les 2 repas du vendredi soir et du dimanche soir, ainsi que le petit déjeuner du samedi pour la somme de 50€/personne.*



**Article 17 : Utilisation d'image**

***Lors de son engagement à l'épreuve, chaque concurrent autorise expressément l'Association "Ultr'Ardèche » à utiliser ou faire utiliser ou reproduire ou faire reproduire son nom, son image, sa voix et sa prestation sportive dans le cadre de l'épreuve en vue de toute exploitation directe ou sous forme dérivée de l'épreuve et ce, sur tout support, dans le monde entier, par tous les moyens connus ou inconnus à ce jour, et pour toute la durée de protection actuellement accordée à ces exploitations directes ou dérivées par les dispositions législatives ou réglementaires, les décisions judiciaires et/ou arbitrales de tout pays ainsi que par les conventions internationales actuelles ou futures, y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée.***

***CNIL : Conformément à la loi dite « Informatique et Liberté » du 6 Janvier 1978, chaque concurrent dispose d'un droit d'accès et de rectification aux données personnelles qui le concernent. Par notre intermédiaire, il peut être amené à recevoir des propositions d'autres sociétés ou associations. S'il ne le souhaite pas, il lui suffit de nous écrire en nous indiquant son nom, prénom et adresse.***