

POUR PAS VOUS TRACASSER, QUELQUES RENSEIGNEMENTS...

(TOUT N'EST PEUT ETRE PAS PREVU....
MAIS ON TENTE DE FAIRE AU MIEUX)

I. LE COTE REGLEMENTAIRE,.....UN PEU STRICT...MAIS NECESSAIRE;

ATTENTION LA REGLEMENTATION POUR LES COURSES HORS STADE A DE NOUVEAU EVOLUE FIN 2008 :

Pour participer à une course à pied en compétition, vous devez désormais présenter :

- **soit une licence délivrée par la Fédération Française d'Athlétisme (quelque soit cette licence)**
- **soit une licence d'une fédération affinitaire, y compris fédération de TRIATHLON.**
- **soit être en possession d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'Athlétisme ou de la course à pied en compétition datant de moins d'un an (ou photocopie) pour les non licenciés FFA ou de fédérations affinitaires.**

Aucun autre document ne pourra être accepté pour attester de la non-contre indication médicale....

EPREUVES

Parcourir 100 Km à pied, style libre, dans un délai maximum de 20 heures (durée maximum de couverture des 50 premiers kilomètres : 10 heures). Ouverte aux femmes et aux hommes des catégories espoirs, seniors et vétérans

Parcourir 75 Km à pied, style libre, dans un délai maximum de 15 heures (durée maximum de couverture des 50 premiers kilomètres : 10 heures). Ouverte aux femmes et aux hommes des catégories espoirs, seniors et vétérans

Parcourir 50 Km à pied, style libre, dans un délai maximum de 10 heures. Ouverte aux femmes et aux hommes des catégories espoirs, seniors et vétérans.

Parcourir 25 Km à pied, style libre. Ouverte aux femmes et aux hommes des catégories juniors, espoirs, seniors et vétérans.

CIRCUIT

Une boucle de 25 km à effectuer de 1 à 4 fois. Mesurage officiel FFA 2006

RAVITAILLEMENTS / ÉPONGEAGES :

Postes de ravitaillement et d'épongeage tous les 4 Km environ. En fonction des conditions climatiques, des points d'eau et d'arrosage pourront être rajoutés.

ACCOMPAGNATEURS

Autorisés à partir du 3 ème kilomètre. **Les bicyclettes utilisées seront munies d'un éclairage conforme aux spécifications du Code de la Route.** Départ en convoi dix minutes avant les départs des coureurs

DROIT D ENGAGEMENT :

La participation à la course est de :

25 € pour un coureur des 100 Km inscrit avant le 30/06/2009, **majorée après de 5 euros**, 22 € pour un coureur des 75 Km, 20 euros pour un coureur de 50 km, 16 euros pour un coureur de 25 inscrit avant le 30/06/09. **Majoration de 5 euros après**

12 € pour un accompagnateur (comprenant accès aux ravitaillements, assurances, tee shirt de l'épreuve, repas post course)

DATE LIMITE D'INSCRIPTION PAR COURRIER : 30 JUIN 2009

La liste des inscrits figurera sur le site de l'épreuve www.100kmdumorvan.org

ASSURANCE :

-**Club organisateur** : l'ACM est couvert par une police d'assurance auprès d'AXA

-**Les licenciés** : bénéficient des garanties accordées par l'assurance individuelle accident liée à leur licence.

-**Autres concurrents** : ils leur incombent de s'assurer personnellement

SECURITE :

Les coureurs et accompagnateurs devront impérativement respecter le Code de la Route et notamment en ce qui concerne l'éclairage nocturne. Ainsi l'organisation se réserve le droit d'arrêter des concurrents qui ne disposeraient pas d'un éclairage nocturne suffisant, assurant leur sécurité. Tout au long du parcours, les signaleurs, les gendarmes et les équipes tournantes veilleront à votre sécurité et au bon respect des règles énoncées. Une partie du circuit sera ouverte à la circulation.

ATTENTION : pour la tranquillité et la sécurité des concurrents, les « SAUTS DE PUCES » ET les VOITURES SUIVEUSES SONT INTERDITS

DROIT A L'IMAGE

Chaque coureur autorise les organisateurs des 100Km du Morvan ainsi que leur ayants droits tels que partenaires ou médias à utiliser les images, prises lors de sa participation à la course, sur lesquelles il pourrait apparaître. En cas de non autorisation, le concurrent devra rédiger un courrier à l'organisation mentionnant sa volonté.

II. LE COTE PRATIQUE,.....UN PEU MOINS STRICT...ET PLUS CONVIVIALI

Accueil :

L'accueil et la remise des dossards se feront à la MJC, située près de la Gendarmerie, du Collège, du stade (vous ne pouvez pas vous tromper...)

-Vendredi 3 juillet 2009 de 16 h à 22h.

- Samedi 4 juillet 2008 de 4h jusqu'à une heure avant le début des épreuves.

Aux alentours de 19 heures le vendredi 3-07, la mairie de Château Chinon offre le verre de l'amitié à tous les concurrents présents. Moment de convivialité comme nous les aimons. Nous en profitons pour faire un premier briefing.

-Repas du vendredi soir :

Pasta-party (où les coureurs sont réunis dans un même lieu... pour vous satisfaire avec le même cuisinier que les deux années précédentes qui avait fait l'unanimité par la qualité et la quantité de ses mets : entrée -pâtes « accompagnées » à volonté-dessert).. De 19h à 21h, Brasserie de l'Agriculture (ou « chez nono »), centre ville, à moins d'un 1 km du départ
Tarif : 11€. Uniquement sur réservation.

D'autres restaurants et pizzeria seront heureux de vous accueillir sur Château Chinon.

Hébergements :

Nous proposons un hébergement collectif au Collège (60 places ENVIRON) : 10€ / nuit. Situé à 100 mètres du départ. Uniquement sur réservation

Pour les hôtels, gîtes, chambres d'hôtes, campings : merci de prendre contact avec l'office de tourisme (le site se trouve sur notre page d'entête et Delphine se fera un plaisir de vous renseigner. Tél. : 03.86.85.06.58 - Fax : 03.86.85.06.58 - Email : otsi.chateau-chinon@wanadoo.fr).

Sachez que le camping municipal est à 500 mètres du départ, que les hôtels sont entre 300 mètres et un kilomètre. Vous pourrez en trouver un aussi à Arleuf (à mi parcours).Un chambre d'hôte se situe au lieu dit « la Marquise » c'est-à-dire sur le circuit au Km 24 soit à un « kil » de l'arrivée. Les autres sont un peu plus lointaines...mais certaines se trouvent sur le circuit (Le Chatelet par exemple)

Il est possible de camper autour du stade sur la zone de départ à la condition expresse de laisser l'espace parfaitement propre.

Pour les camping- cars, il est possible de s'installer aussi autour. Sachez qu'une aire de vidange est opérationnelle en centre ville (parking principal) à un kilomètre du départ.

Petit déjeuner COMPLET et EQUILIBRE: café-thé-chocolat à volonté -pain frais- barre bretonne ou équivalent- confiture- miel- compote-yaourts- céréales-jus d'orange frais. Samedi 7 juillet 2007 de 4h à 8h, MJC, sur le site du départ. Prix : 5 € Uniquement sur réservation

Repas froid (très complet) post course pour chaque concurrent (compris dans l'inscription) y compris pour les accompagnateurs vélos et les coureurs du 25 et 50 km.

LA CHOSE SÉRIEUSE (QUAND MÊME VOUS VENEZ POUR CELA..)

Départ en musique traditionnelle pour les épreuves de 100 et 75 kil à 6 heures devant la MJC sous l'arche de notre partenaire BROOKS . Dernier Briefing .

Départ en musique tradi pour les épreuves de 50 et 25 kil à 8 heures 30 devant la MJC sous l'arche BROOKS.Dernier Briefing .

LES ACCOMPAGNATEURS VELOS PARTIRONT DIX MINUTES AVANT LES COUREURS et les attendront trois kilomètres après le départ (au Pont d'Yonne)

SECURITE

Les moyens mis en oeuvre comprennent autour d'un médecin urgentiste (voire deux) un pôle médical réparti en deux postes principaux basés à Chateau Chinon et Arleuf. Des secours et personnels médicaux effectuent en continu des rotations sur le circuit.

Les coureurs et accompagnateurs devront impérativement respecter le code de la route , notamment en ce qui concerne l'éclairage nocturne. Ceux qui n'auront pas d'éclairage ou une signalisation trop peu visible pourront être mis hors course par les commissaires.

A part les premier et dernier points sur lesquels nous serons intransigeants, il n'y a que du bonheur qui vous attend en Morvan...et un peu de souffrance pour un périple inoubliable.

Alors...OSEZ ET VENEZ RELEVER LE DEFI...

