

Règlement du 5km et du 10 km du Grand Cognac Dimanche 16 octobre 2022

Art. 1 :

L'organisation :

Le Cognac Athlétique Club organise une épreuve nommée « 10 km du Grand Cognac » le **16 octobre 2022** avec deux épreuves : un 5km et un 10 km («Tous en scène avec Hugo »).

Également un 5km « octobre rose » à allure libre non chronométrée.

Art. 2 :

Les épreuves :

10 km ouvert à tous les coureurs nés en 2007 et avant :

=> avec un départ à **9h30** sur les quais Hennessy à Cognac,

=> parcours de 5 km le long de la Charente à réaliser deux fois,

=> avec une arrivée sur les quais Hennessy.

La sécurité sera assurée par les bénévoles et les secouristes.

Les ravitaillements seront situés à mi-course (soit à 5 km) et à l'arrivée.

5km ouvert à tous les coureurs nés en 2009 et avant

=> avec un départ à **9h30** sur les quais Hennessy à Cognac,

=> parcours de 5 km le long de la Charente,

=> avec une arrivée sur les quais Hennessy.

La sécurité sera assurée par les bénévoles et les secouristes.

Le ravitaillement sera situé à l'arrivée.

5km course et marche, Octobre rose (lutte contre le cancer du sein) ouvert à tous et toutes, NON CHRONOMETREE.

=> avec un départ à **10h15** sur les quais Hennessy à Cognac

=> sur un parcours de 5 km le long de la Charente,

=> avec une arrivée sur les quais Hennessy.

La sécurité sera assurée par les bénévoles et les secouristes. Le ravitaillement sera situé à l'arrivée.

Art. 3 :

Conditions d'engagement 5km et 10km chronométré :

Les coureurs devront fournir la photocopie

- d'une licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running délivrée par la FFA, ou d'un « Pass' J'aime Courir » délivré par la FFA et complété par le médecin, en cours de validité à la date de la manifestation. (Attention : les autres licences délivrées par la FFA (Santé, Encadrement et Découverte ne sont pas acceptées);
- ou d'une licence sportive, en cours de validité à la date de la manifestation, sur laquelle doit apparaître, par tous moyens, la non contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition et délivrée par une des fédérations suivantes :

o Fédération des clubs de la défense (FCD),

o Fédération française du sport adapté (FFSA),

o Fédération française handisport (FFH),

o Fédération sportive de la police nationale (FSPN),

o Fédération sportive des ASPTT,

o Fédération sportive et culturelle de France (FSCF),

o Fédération sportive et gymnique du travail (FSGT),

o Union française des œuvres laïques d'éducation physique (UFOLEP);

- ou d'un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition ou de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, datant de moins de un an à la date de la compétition, ou de sa copie. Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la possession du certificat médical.

Conditions d'engagement 5km « octobre rose » :

Ouvert à tous et toutes sans limitation.

Art. 4 :

Inscriptions et dossards : Les inscriptions se feront uniquement en ligne **jusqu'au samedi 15/10 à 18h00** à partir du site : www.runheure.fr/10kmdugrandcognac-2022

5km chronométré : Le montant de l'engagement est fixé à **8€** (2€ reversés à l'association « Tous en scène avec Hugo » et 1€ de frais d'inscription en ligne)

10km chronométré : Le montant de l'engagement est fixé à **13€** (10€ d'inscription à la course, 2€ reversés à l'association « Tous en scène avec Hugo » et 1€ de frais d'inscription en ligne) (**11€ pour les licenciés FFA**)

Le retrait des dossards et des puces se feront sur le parking de la salle Verte le dimanche à partir de 08h00. Inscriptions sur place possibles, jusqu'à 09h00h au tarif de **15€ (10kms) et 10€ (5kms)**

5km « Octobre rose » : 10€

(5€ d'inscription à la marche, 5€ reversé à la lutte contre le cancer du sein, octobre rose)

Aucun accompagnateur à pied ou à vélo ne sera autorisé sur le parcours.

Art. 5 :

Les récompenses du 5km et du 10km :

- Les 500 premiers inscrits recevront un lot.
- Lots aux cinq premiers du scratch hommes et femmes pour le 10km et 3 premiers pour le 5km.
- Lots au premier de chaque catégorie hommes et femmes, sans cumul (CA, JU, ES, SE, M1, M2,...) pour le 10km
- 2 challenges entreprises :

=> **1 challenge du nombre sur le cumul des 5km et 10km.**

=> 1 challenge à la performance par addition des temps des cinq premiers de la même entreprise seulement sur le 10km.

Pour le 5km « octobre rose » :

- Un tee shirt offert à tout le monde

Art. 6 :

Assurances et responsabilité :

Les organisateurs sont couverts par une assurance responsabilité civile.

Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

Art. 7 :

Sanitaires :

Des vestiaires et des douches sont à la disposition des coureurs à la salle Verte. Merci de respecter la propreté des lieux fréquentés et la nature sur le parcours.

Art. 8 :

Responsabilité en cas de vol :

L'organisation se dégage de toute responsabilité en cas de vol ou perte d'effets personnels qui surviendrait durant le jour de la compétition.

Art. 9 :

Annulation des 10 km de Cognac :

En cas de force majeure, catastrophe naturelle ou de toute autre circonstance mettant en danger la sécurité des concurrents, l'organisateur se réserve le droit d'annuler l'épreuve sans que les participants puissent prétendre à un quelconque remboursement.

Art. 10 :

Droit à l'image :

Les concurrents acceptent que leur image soit utilisée dans les diverses communications de l'épreuve.

Art. 11 :

Chaque concurrent devra impérativement respecter les consignes ou ordres donnés par le service de secours, les signaleurs et commissaires de course.

Tout concurrent reconnaît avoir pris connaissance du présent règlement et en accepte les clauses et les contraintes sous peine de disqualification.

Le simple fait de s'inscrire de son plein gré à cette épreuve entraîne l'acceptation du présent règlement.

Art. 12 :

Chronométrage électronique par puces avec la Société www.runheure.fr.

Les coureurs recevront un pack course avec le dossard à mettre visible sur la poitrine et la puce de chronométrage aux lacets de la chaussure. **Pas de puce, pas de temps.**

Tout abandon ou non-participation après retrait du pack, rendre la puce à l'organisation (Facturation 20€).