

RÈGLEMENT

des épreuves

mis à jour : le 08/04/2026

Aucun gobelet ou bouteille ne sera fourni sur la course et au ravito final.
Prévoir un gobelet et/ou un sac hydratation.

Article 1 : Organisation

Les *Trails de la Presqu'île et la marche* sont organisés par l'association **Pousses Pieds Fouras et Saint Laurent de la Prée**.

L'organisateur peut être contacté à tout moment pour toute demande d'information complémentaire par mail à l'adresse poussepiedsfouras@gmail.com. Pour tout ce qui concerne les inscriptions, adresser un mail à : inscriptionsppf@gmail.com

Article 2 : Date, horaires, lieu et parcours

Date :

Les trails et la marche se tiendront le **12 septembre 2026** sur les communes de **Saint-Laurent de la Prée** et de **Fouras**.

Horaires :

Départ des épreuves à partir de 8H45.

Lieu :

Le **village de la course** sera installé autour de la **salle polyvalente à Saint-Laurent de La Prée** : lieu central de l'événement avec notamment : *le retrait des dossards, les zones de départs et d'arrivées, la restauration, la buvette, les stands partenaires, les concerts, la remise des prix, un point d'eau pour se rincer (sans utilisation de savon)*

3 Parcours Trail et une marche :

- **Marche de 13 km** : chemins, marais, routes : facile. - **Départ à 08h45**
- **TRAIL de 40 km Solo & Duo** : chemins, routes, sable, forts, bois, marais - **Départ à 10h00**
 - **km 5** : Ravitaillement liquide uniquement : Plage de l'Espérance de Fouras
 - **km 12** : **Ravitaillement liquide et solide** : Pointe de la Fumée de Fouras
 - **km 20** : Ravitaillement liquide uniquement : Plage Nord de Fouras et **solide pour relayeur 1**
 - **km 27** : Ravitaillement liquide - village de la course
 - **km 30** : **Ravitaillement liquide et solide**
 - **km 35** : Ravitaillement liquide uniquement : Plage de l'Espérance de Fouras

Km 20 : Zone relais DUO avec remise du dossard sur porte-dossard par relayeur 1 au relayeur 2
- **TRAIL de 27 km Solo & Duo** : chemins, routes, sable, forts, bois. - **Départ à 10h30**
 - **km 12** : **Ravitaillement liquide et solide** : Pointe de la Fumée de Fouras
 - **km 20** : Ravitaillement liquide : Plage Nord de Fouras et **solide pour relayeur 1**

Km 20 : Zone relais DUO avec remise du dossard sur porte-dossard par relayeur 1 au relayeur 2
- **TRAIL du 13 km** : chemins, marais, routes : facile. - **Départ à 11h00**
 - **km 5** : Ravitaillement liquide : Plage de l'Espérance de Fouras

✓ Consignes à respecter :

Une traversée de la **route départementale D937** reliant la rocade à Fouras est un point dangereux et appelle à la vigilance des coureurs (Trails des 27 et 40 km).

Les coureurs devront obligatoirement respecter les consignes des signaleurs pour être autorisés à traverser en toute sécurité.

Les marcheurs encore sur le parcours lors du passage des coureurs laisseront la priorité à ceux-ci. Les marcheurs devront être munis d'un gilet jaune.

Barrières horaires :

• Trail du 40 km

Départ 10h00 – Plage Nord (km20) **avant 13h00** - Village (km 27) **avant 14h00** - Arrivée **avant 15h50**

• Trail du 27 km SOLO & DUO

Départ 10h30 – Plage Nord (km 20) **avant 13h30** – Arrivée **avant 14h30**

• Trail du 13 km

Départ 11h00 – Arrivée **avant 12h45**

Le retrait des dossards :

Vendredi 11 Septembre de 16h à 18h à Intersport Rochefort au Centre Commercial de Martrou E. Leclerc

Samedi 12 septembre à partir de 7h45 sur le Village de la Course à St Laurent de La Prée.

Remise sur présentation d'une **pièce d'identité** et du **dossier complet** (PPS valide et paiement à jour).

Parkings :

Mise à disposition de parkings fléchés à l'arrivée sur le site de la course à Saint Laurent de la Prée.

Article 3 : Conditions de participation

3-1 : Licences sportives et parcours prévention santé (PPS)

La participation aux courses en trail est ouverte aux :

- > Participants **licenciés à la Fédération Française d'Athlétisme** qui pourront fournir à l'organisateur leur licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, leur licence Athlé Running ou le « Pass' J'aime courir» délivrés par la FFA en cours de validité à la date de la manifestation.
- > Participants avec licence sportive en cours de validité à la date de la manifestation, délivrée par une fédération uniquement agréée, sur laquelle doit apparaître, par tout moyen, la non-contre-indication à la pratique de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition ou du sport en compétition.
- > Participants avec **Parcours Prévention Santé (PPS) valide** au jour de l'épreuve. Démarche personnelle pouvant être effectuée directement sur le site : <https://pps.athle.fr/>

3-2 : Catégories d'âge au jour de la course

Le 13 km est ouvert à partir de la catégorie Cadet.

Le 27 km solo est ouvert à partir de la catégorie Espoir et le duo à partir de la catégorie Junior.

Le 40 km solo est ouvert à partir de la catégorie Espoir et le duo à partir de la catégorie Junior.

Les mineurs sont autorisés à participer à la compétition sous réserve d'avoir 16 ans (13 km) révolus à la date de l'épreuve et de présenter une autorisation parentale dûment remplie et signée [à joindre au formulaire d'inscription].

Article 4 : Inscriptions

Les inscriptions se font exclusivement en ligne via le site internet poussepiedsfouras.fr ou sur la plateforme Chrono Start et le coureur pourra immédiatement vérifier que son nom apparaît effectivement sur la liste. **Clôture des inscriptions le jeudi 10 septembre à 12h.**

Aucun participant ne pourra s'inscrire sur place.

Chaque coureur se verra remettre une dotation lors du retrait des dossards.

Pour les marcheurs, une collation sera remise à partir de 7h45 à l'accueil. Aucun ravitaillement n'est prévu sur le parcours.

Pour toutes questions relatives aux inscriptions, les participants peuvent contacter l'association les pousse-pieds à l'adresse: inscriptionsppf@gmail.com

4-1 : Droit d'inscription

L'inscription ne sera validée qu'après le paiement du droit d'inscription et le dossier déclaré complet.

Distances	Tarif 1 jusqu'au 1/06/26	Tarif 2 jusqu'au 31/07/26	Tarif 3 jusqu'au 10/09/26	Jauge indicative en nombre de dossards
13 Km	17 €	19 €	21 €	350
27 Km Solo	27 €	29 €	31 €	350
27 Km Duo (20 km + 7 km)	38 €	40 €	42 €	75
40 Km Solo	39 €	41 €	43 €	150
40 Km Duo (20 km + 20km)	54 €	56 €	58 €	75
Marche 13 km	7€			250

Il est proposé lors de l'inscription de soutenir la rénovation du Fort Boyard en versant 1 € de plus pour soutenir l'opération "Sauvons le Fort Boyard" menée par le Département de la Charente-Maritime. Les tarifs indiqués sont hors dons.

4-2 : Revente ou transfert de dossard

Toute inscription engage personnellement son auteur. Tout participant porteur d'un dossard obtenu en infraction avec le présent règlement pourra être mis hors course ou être reconnu responsable de tout dommage causé ou subi si un accident survient durant l'épreuve. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident survenu ou causé par ce dernier dans ce type de situation.

Une liste d'attente de quelques dossards par course sera mise en place avec un délai de réponse de 24 heures après proposition de dossard.

Une bourse d'échange de dossard est possible sur la plateforme ChronoStart. Le participant peut, à partir de son espace personnel (liste des inscrits), mettre son inscription à disponibilité dans la bourse aux échanges qui est ouverte à tous. Dès qu'une inscription bascule dans cette bourse aux échanges, toute personne peut postuler. Le propriétaire du dossard est notifié à chaque personne qui postule. A partir de son Espace Perso, le propriétaire du dossard valide l'autorisation de transfert d'inscription vers une personne de son choix. Le nouveau participant recevra un mail et devra finaliser son inscription en ligne sans frais. Aucune transaction bancaire, le nouveau participant hérite des options déjà achetées (par exemple: assurance, versement à l'opération "Sauvons le Fort Boyard"). A la charge de l'acheteur de dédommager (ou non) le propriétaire de ce transfert d'inscription selon l'accord passé avec lui. L'inscription de l'ancien participant sera alors annulée et aucun remboursement ne sera effectué par la plate-forme d'inscription.

Les participants s'engagent à dégager de toute responsabilité l'organisation, en cas de litige de toute nature, entre l'acheteur et le vendeur du dossard.

4-3 : Remboursement

L'inscription est ferme et définitive. Le remboursement de l'inscription ne sera accordé que sur présentation d'un certificat attestant d'une contre-indication médicale et d'un RIB/IBAN, à demander par mail à moninscriptionpoussepiedsfouras@gmail.com . Le montant remboursé correspondra au tarif N°1 de la course hors frais de plateforme et hors dons effectués au profit de l'opération "Sauvons le Fort Boyard". Le dossard libéré est remis à la vente ou proposé aux personnes en attente.

Article 5 : Sécurité

L'organisateur déploie un **Dispositif Prévisionnel de Secours (DPS)** qui sera assuré par la **Protection Civile** afin de garantir la sécurité et l'assistance médicale des coureurs. Un **médecin sera également présent** pendant l'événement et sera positionné au niveau du village de la course.

Des signaleurs seront présents sur les routes, et les **services de secours (SDIS)** et de **Gendarmerie** seront prévenus de la tenue de la manifestation.

Les blessés ou malades seront pris en charge par un médecin et une équipe de secouristes dotés du matériel nécessaire.

Toutefois, **chaque participant a l'obligation d'apporter son assistance à un concurrent victime d'un accident jusqu'à l'arrivée des secours.**

Article 6 : Assurance, responsabilité et comportement

Les organisateurs ont souscrit une police d'assurance responsabilité civile auprès de la MACIF pour couvrir la compétition.

Les concurrents possédant une licence sportive sont protégés par les garanties associées à celle-ci. Tous les autres participants sont tenus de contracter une assurance à titre individuel. L'organisation décline toute responsabilité dans l'éventualité d'un accident ou d'une défaillance des coureurs du fait de problèmes de santé ou d'une préparation insuffisante. Les concurrents assument pleinement la

responsabilité de leur participation et s'engagent à ne lancer aucun recours contre l'organisateur de l'événement en cas de dommages ou de séquelles consécutives à la course. Les organisateurs ne peuvent être tenus responsables en cas de vol des affaires personnelles des participants ou de dégradation de matériel.

Charte éthique et environnementale

- > L'abandon de matériel et le jet de déchets en dehors des endroits prévus vaudra disqualification du coureur sans remboursement.
- > Tout manquement au règlement et le non-respect de l'éthique sportive et/ou des bénévoles vaudront disqualification du coureur sans remboursement.
- > Tout acte de dégradation volontaire sur le parcours ou le fait de ne pas respecter le tracé et le jalonnement dans des secteurs protégés, fragiles et sensibles, qui sont parfois des propriétés privées, vaudra disqualification du coureur sans remboursement.

Article 7 : Chronométrage

La société RUN'HEURE assurera le chronométrage au moyen de puces électroniques apposées sur le dossard. Pour les duos, le dossard avec la puce devra être installé sur un porte-dossard et transféré du relayeur 1 au relayeur 2 dans la zone de relais. Tout participant porteur d'une puce ne correspondant pas à son identité sera exclu de l'événement.

Article 8 : Récompenses

- > Les **3 premiers hommes** et **3 trois premières femmes solo** au scratch de chaque épreuve recevront une récompense.
- > Les **3 premiers duos hommes, femmes et mixtes** des relais recevront une récompense.
- > Le **1er et la 1ère de la Presqu'île St-Laurent/ Fouras** recevront aussi un lot sur chaque course solo.
- > Chaque participant finisher du trail de 27 km et de 40 km, se verra remettre une médaille à l'arrivée.
- > La remise des récompenses aura lieu vers 14h00.
- > Des **récompenses/surprises** seront également proposées de façon aléatoire lors d'un tirage au sort à l'issue des épreuves.
- > Les classements seront disponibles le jour de la course par voie d'affichage sur le village de la course et sur le site runheure.fr

Article 9 : Annulation, intempéries

Pour des raisons de sécurité, en cas de force majeure (aléas climatiques d'ampleur, sanitaires, consignes des autorités, ...) ou pour toutes raisons indépendantes de la volonté des organisateurs, qui auraient pour conséquence de devoir annuler la manifestation, les participants ne pourront prétendre à aucun remboursement ou indemnité de la part de l'organisation.

Alternativement et dans la mesure du possible, l'organisateur se réserve le droit de modifier le parcours ou de programmer la manifestation à une date ultérieure.

NB: La plateforme des inscriptions propose une assurance annulation facultative pour ceux qui le souhaitent

Article 10 : Droit à l'image

En participant à l'épreuve, chaque coureur donne expressément son accord pour l'utilisation des images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles il pourrait apparaître sur tous types de supports, incluant les documents promotionnels et/ou publicitaires.

Article 11 : Charte éco-responsable

L'association est à but non lucratif. La manifestation permet de mettre en valeur notre patrimoine le temps d'un weekend sportif, familial, accessible et insolite. Elle contribue à la création de valeurs, d'émotions en s'appuyant sur la mobilisation des acteurs locaux du territoire (organisateur, sportifs, bénévoles des associations, spectateurs, acteurs économiques et du tourisme,....).

L'essentiel de la démarche est de faire découvrir et de partager les différents paysages et les richesses de notre presqu'île tout en répondant aux enjeux environnementaux en créant un événement qui met toutes les conditions permettant de réduire son empreinte sur un environnement fragile à préserver.

L'organisation s'engage notamment à limiter au maximum les déchets en évitant les suremballages des ravitaillements et des lots coureurs.

Les participants traversent en effet un **site Natura 2000** et s'engagent à respecter les milieux naturels et toutes les consignes qui seront données.

L'organisation mettra en place des jalonnements et des tracés permettant de limiter le piétinement sur des cheminements qui devront être respectés afin de préserver la faune et la flore présentes le long du parcours. **L'utilisation de bâtons est interdite.**

Dans une démarche de protection de notre environnement patrimonial, il est proposé aux inscrits de participer à l'opération "Sauvons le Fort Boyard" pour sa restauration et sa future ouverture au public. Une partie des bénéfices pourra être reversée pour cette même cause en complément des contributions des coureurs ainsi qu'à une association caritative.

Article 12 : Matériel du coureur et marcheur

OBLIGATOIRE :

- > Aucun gobelet ou bouteille ne sera fourni sur la course. **Prévoir un gobelet** et/ou un sac hydratation.
- > **L'utilisation de bâtons de marche ou trail est interdite.**
- > **Les marcheurs porteront un gilet jaune de signalisation.**
- > **Les coureurs en duo doivent s'équiper d'un porte-dossard sur lequel sera accroché le dossard avec puce qui sert de relais entre les 2 coureurs.**

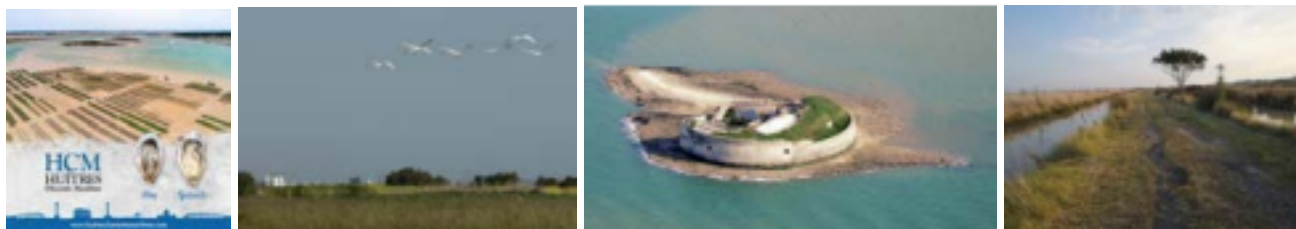
RECOMMANDÉ :

- > Une réserve d'eau de 50 cl, 100 cl recommandée pour les distances les plus longues
- > Une réserve alimentaire
- > Un téléphone chargé contenant le numéro de téléphone de l'organisation qui sera affiché sur la zone de départ
- > Une couverture de survie
- > Un sifflet

Article 13 : Acceptation du règlement

En s'inscrivant à l'une des épreuves des Trails de La Presqu'île et à la marche, chaque participant accepte le présent règlement. Ce dernier est susceptible d'être modifié par l'organisation jusqu'à la veille de la manifestation.

Toute modification éventuelle sera signalée sur le site internet : poussepiedsfouras.fr



TRAIL DE LA PRESQU'ÎLE est un événement POUSSE-PIEDS FOURAS & SAINT LAURENT DE LA PRÉE

organisé avec le soutien fidèle de ses bénévoles et partenaires précieux :

