



01 – Engagement

Le fait de s'engager et de participer à cette épreuve implique, pour les coureurs, la connaissance et l'acceptation sans restriction ni réserve, du présent règlement fourni lors de l'inscription et disponible sur notre site Internet

<http://anouepezou.wixsite.com/trail/>

02 – Organisateur

Le trail des grenouilles est organisé par le comité des fêtes ANOUE de Pezou
Contact : Jean Pierre Pauchet – 06 83 05 44 47

03 – Date de l'épreuve

Samedi 12 décembre 2026

04 – Environnement

Les chemins empruntés appartiennent soit au domaine public, soit à des propriétaires privés accordant un droit de passage spécifique pour cette épreuve. L'organisation demande donc à chaque participant de s'engager à respecter les personnes, le bien d'autrui et la nature. Les participants sont tenus de respecter le milieu naturel en ne jetant aucun emballage sur le parcours. Tout coureur ne respectant pas ces points pourra être disqualifié.

05 – Condition de participation

Sont autorisées à participer, toutes personnes médicalement aptes à la pratique de la course à pied et appartenant aux catégories d'âge stipulées dans le tableau ci dessous.

Chaque coureur doit impérativement présenter lors de son inscription :

Pour les personnes licenciées : une licence permettant la participation aux compétitions organisées par la FFA, soit plus précisément :

- **Une licence délivrée par la FFA** « Athlé Compétition », « Athlé Entreprise », « Athlé Running » 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.
- **Une licence délivrée par l'UFOLEP** (Union française des œuvres laïques d'éducation physique), 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 en cours de validité à la date de la manifestation.

Pour les personnes majeures non licenciées et pour les participants étrangers* : un justificatif de complétude du « parcours de prévention santé (PPS) » datant de moins de 3 mois à la date de la manifestation attestant que la personne a suivi en intégralité le parcours éducatif et d'information mis en place par la FFA sur les risques liés à la santé dans la pratique de l'athlétisme.

Pour les personnes mineures non licenciées : une attestation de renseignement d'un questionnaire de santé du sportif mineur (conforme à l'annexe II-23, art. A. 231-3 du Code du sport), réalisé conjointement par le mineur et par les personnes exerçant l'autorité parentale, par laquelle chacune des rubriques du questionnaire donne lieu à une réponse négative ; ou à défaut, un certificat médical datant de moins de six mois attestant l'absence de contre-indication à la pratique sportive en compétition ou de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition.

Le droit de participation est assujetti à la présentation de ces documents lors de l'inscription.



TRAIL DES GRENOUILLES

Les catégories d'âge prises en compte sont celles stipulées dans le règlement FFA et définies comme suit pour l'année 2026

CATEGORIE	CODE	ANNEES DE NAISSANCE	AGES
Cadet	CA	2009 et 2010	16 et 17 ans
Junior	JU	2007 et 2008	18 et 19 ans
Espoir	ES	2004, 2005 et 2006	20 à 22 ans
Senior	SE	1992 à 2003	23 à 34 ans
Master 0	MA0	1987 à 1991	35 à 39 ans
Master 1	MA1	1982 à 1986	40 à 44 ans
Master 2	MA2	1977 à 1981	45 à 49 ans
Master 3	MA3	1972 à 1976	50 à 54 ans
Master 4	MA4	1967 à 1971	55 à 59 ans
Master 5	MA5	1962 à 1966	60 à 64 ans
Master 6	MA6	1957 à 1961	65 à 69 ans
Master 7	MA7	1952 à 1956	70 à 74 ans
Master 8	MA8	1947 à 1951	75 à 79 ans
Master 9	MA9	1942 à 1946	80 à 84 ans
Master 10	MA10	1941 et avant	85 et plus

06 – Parcours

Le Trail des grenouilles se compose :

- **Course nature de 20 km**, en individuel, ouvert aux catégories masculines et féminines, juniors, espoirs, séniors et masters
- **Course nature de 8 km**, en individuel, ouvert aux catégories masculines et féminines, cadets, juniors, espoirs, séniors et masters

07 – Tarif - Inscriptions

Les frais d'engagement sont :

- | | |
|--------------------------|-------------------|
| • Course nature de 20 km | →19 € par coureur |
| • Course nature de 8 km | →12 € par coureur |

Les inscriptions se feront uniquement par internet sur le site : <https://protiming.fr> – Frais de transaction et de gestion Protiming + 1 € par inscription.

Courses : 500 participants maxi sur les deux courses.

En fonction des places disponibles, les inscriptions sur place sont possibles le jour de la course à partir de 15h, pour des impératifs techniques, la clôture des inscriptions sur place est fixée à 17h30.

En cas de non-participation à l'épreuve pour quelque raison que ce soit, le concurrent ne pourra prétendre au remboursement des droits d'engagés.

08 – Retrait des dossards

Le retrait des dossards se déroulera au stade de Foot de Pezou, départementale 34 :

- le samedi 12 décembre 2026 entre 15h00 et 17h30

Tout engagement est personnel. Aucun transfert d'inscription n'est autorisé pour quelque motif que ce soit. Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne, sera reconnue responsable en cas d'accident survenue ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve. Toute personne disposant d'un dossard acquis en infraction avec le présent règlement pourra être disqualifiée. Le dossard devra être entièrement lisible lors de la course. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation.

09 – Départ - Arrivée

Le départ et l'arrivée des courses se dérouleront au stade de Foot de Pezou, départementale 34

- 18h00 → départ course nature 20 km – 8 km

10 – Ravitaillement

Le trail des grenouilles étant une course en autonomie complète il n'y aura sur les parcours aucun ravitaillement.

Un ravitaillement solide et liquide aura lieu sur l'aire d'arrivée.

Les concurrents ne pourront bénéficier d'aucune aide extérieure.

11–Récompenses

Une récompense aux premiers hommes et femmes des catégories Cadet, Junior, Espoir, Séniors des courses nature 8 km, 20 km ainsi que pour les catégories Master regroupées par 2 (Master 0 et Master 1 ; Master 2 et Master 3 ; Master 4 et Master 5 ; Master 6 et Master 7 ; Master 8 et Master 9 ; Master 10).

La présence des concurrents à la remise des récompenses est obligatoire. En cas d'absence, les prix et récompenses sont acquis à l'organisation. Il n'y a pas de cumul de récompenses.

12 – Sécurité - Matériel

S'agissant d'épreuves se déroulant en conditions nocturnes, chaque participant s'engage à disposer du matériel obligatoire suivant :

- Lampe frontale ou ventrale (Batterie chargée et/ou piles de recharge fortement recommandées)
- Vêtement à haut facteur de réflexion et/ou gilet réfléchissant et/ou dispositif lumineux chargé visible à l'arrière du coureur

Le port d'un sifflet, d'une couverture de survie et d'une réserve d'eau de 500ml est très fortement conseillé.

L'organisation se réserve le droit de refuser le départ à tout concurrent ne disposant pas du matériel obligatoire et dont nous pensons que sa sécurité est clairement compromise. En aucun cas, elle ne pourra être tenue responsable pour tout problème lié à l'absence de ses équipements.

Les participants s'engagent à respecter le code de la route, ils garderont à l'esprit que malgré les efforts de l'organisation, tous les pièges de la route ne peuvent être éliminés, et que chaque carrefour, même gardé, chaque traversée, comporte un risque qu'il faut minimiser. Chaque participant doit avoir pris connaissance de son parcours avant le départ de la course.

Tout participants souhaitant abandonner et sortant du parcours établi sans en avoir prévenu les organisateurs se met immédiatement hors course et ne pourra tenir les organisateurs pour responsable en cas d'accident ou de litige.

L'organisation mettra en place des signaleurs en nombre suffisant pour sécuriser chaque carrefour.



Des vététistes sont mis en place par l'organisation pour assurer la sécurisation en tête de course, en fin de course et l'accompagnement des coureurs.

Chaque concurrent doit disposer de son propre équipement.

L'organisateur décline toute responsabilité en cas de perte, de bris ou vol de matériel.

13 – Assurances

Conformément à la réglementation des courses et manifestations hors stade, l'Association a souscrit, pour l'année en cours, une assurance « responsabilité civile, protection juridique, défense recours, etc. » spécifique à son organisation auprès de la compagnie d'assurance GROUPAMA dont le siège de l'agence locale est situé au : faubourg chartrain 41100 Vendôme. Ce contrat couvre les risques liés à l'organisation du « Trail des Grenouilles », c'est à dire : les dirigeants de l'association, tous les personnels travaillant bénévolement pour le compte de l'association organisatrice de l'épreuve, dans le cadre de leurs missions lors des réunions préparatoires et le jour de la course.

IMPORTANT : les coureurs licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence sportive. Il incombe aux coureurs non licenciés de s'assurer personnellement.

14 – Modifications – Report - Annulation

L'organisation se réserve le droit de reporter l'heure du départ ou d'annuler l'épreuve pour toutes raisons mettant en péril, entre autre, la sécurité des participants et/ou des personnels de l'organisation sur la course et/ou des tiers spectateurs (intempéries, etc.) et ceci, sans qu'aucune indemnité ne puisse être réclamée à l'organisation ou à ses représentants.

Ces mêmes éléments peuvent amener l'organisation à modifier les parcours initiaux. Les participants ne pourront en aucun cas poser de réclamation pour cela, ou demander un quelconque remboursement ou dédommagement.

15 – Assistance Médicale

Une assistance médicale sera assurée sur le parcours et à l'arrivée. Elle sera assurée par un Médecin et des personnels secouristes.

Les services médicaux d'urgence seront habilités à mettre hors course tout concurrent apparaissant inapte à poursuivre l'épreuve. Il est bien entendu que l'épreuve se déroulant en milieu naturel, le temps d'intervention des premiers secours peut être relativement long.

16 – Droit d'images

Les concurrents autorisent, par leur engagement, l'organisation à utiliser les images fixes ou audio visuelles sur lesquelles les concurrents pourraient apparaître, prises à l'occasion de leur participation au Trail des Grenouilles, sur tous les supports y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires, dans le monde entier et pour la durée la plus longue prévue par la loi.