

JAB Course à pied et Marche

CABILAT TRAIL

10ème édition

Dimanche 4 mars 2018

Course 10 km

Trail 21 km

Marche 10 km chronométrée

Bordères-sur-l'Echez

Renseignements: 06 87 46 35 12 ou
jerome.souyeaux@orange.fr ou www.jab-course.fr

Lot original à
tous les inscrits

Ne pas jeter sur la voie publique

DECATHLON



SIGNALISATION



ici et ensemble



PYRÉNÉES GASCOGNE



NOM : Prénom :
Date de Naissance : Sexe : Féminin Masculin
Tel : E-mail :
Club : N° de licence :
Certificat Médical :

- | | |
|--|-----|
| <input type="checkbox"/> Trail 21 km (9h30) | 12€ |
| <input type="checkbox"/> Course 10 km (10h00) | 8€ |
| <input type="checkbox"/> Marche chronométrée 10 km (10h05) | 6€ |

N° DOSSARD

Majoration de 2 euros pour les inscriptions le dimanche 4 mars.

Déclare avoir pris connaissance du règlement de l'épreuve sur <http://www.jab-course.fr/> ou sur demande.

Conditions d'inscriptions :

Pour participer il faut soit (Art 231-3 du code du sport) :

- * Etre licencié FFA ou FFTriathlon ou
- * Etre licencié FSCF, FSGT ou UFOLEP, mention "course à pied en compétition" portée sur la licence ou
- * Posséder un certificat médical de moins de 1 an à la date de la course portant la mention "non contre-indication à la course à pied en compétition".

Fait à le Signature

Inscriptions et retrait des dossards le samedi 3 mars à la mairie de 14h à 19h.

Présence d'ostéopathe à l'arrivée.

Bulletin, accompagné du règlement et du certificat médical (ou copie de la licence), à retourner à :

JAB Course à pied - SOUYEAUX Jérôme
18 rue de la Fontaine - 65320 BORDERES SUR L'ECHEZ
06.87.46.35.12

jerome.souyeaux@orange.fr

Ne pas jeter sur la voie publique



REGLEMENT - CABILAT'TRAIL 2018

Article 1 : Le Cabilat'Trail 2018 : La section course à pied et marche de la J.A. Bordères sur l'Echez organise une épreuve pédestre « LE CABILAT'TRAIL » qui aura lieu le dimanche 4 mars 2018, course ouverte à tous participants munis d'une licence ou d'un certificat médical de moins de 1 an à la date de la course, y compris pour la marche et la course enfants, indiquant l'absence de contre-indication à la pratique en compétition.

Article 2 : Trois épreuves chronométrées sont proposées :

Trail 21 km (9h30) – Trail 10 km (10h) - Marche 10 km (10h05).

Le départ et l'arrivée se feront depuis a la salle polyvalente Roger Paul a Bordères sur l'echez. Le parcours est dans les bois, tracé sur sentiers et chemins. Les participants doivent suivre impérativement le circuit balisé. Le non-respect de cette prescription entrainera l'exclusion.

Article 3 : Inscriptions : Elles auront lieu :

- à la Mairie de Bordères, le samedi 3 mars, de 14 heures à 19 heures.

- à la salle polyvalente Roger Paul de Bordères, le jour de la course.

Le tarif est de : 12 € pour le 21 Km, 8 € pour le 10 Km, 6 € pour la marche. Il comprend : l'inscription à la course, le cadeau de participation, le casse-croûte à l'arrivée. **Majoration de 2€ pour les inscriptions le jour même.**

Pour les deux distances de trail ,les juniors (18,20 ans)peuvent participer au 21km ;les cadets (16,17 ans) peuvent participer au 10 km maximun.

Aucune inscription ne sera validée sans présentation d'une licence ou d'un certificat médical à jour.

Article 4 : Responsabilité civile : les organisateurs sont couverts par une police n°3177224204 auprès d'AXA. Il incombe aux participants non licenciés de s'assurer personnellement.

Article 5 : Classements : des classifications indépendantes pour les compétiteurs seront établies selon les groupes suivants : CADETS-JUNIORS – ESPOIRS – SENIORS - MASTERS (Hommes et Femmes). Chaque course fera l'objet d'une dotation de récompenses. Seront récompensés : les trois premiers (H et F) au scratch, et le 1er (H et F) de chaque catégorie représentée. Un tirage au sort de lots sera effectué lors de la remise des récompenses.

Article 6 : Responsabilités et surveillance médicale : La JAB est responsable du bon déroulement des courses.

L'assistance médicale sera organisée par le Docteur Mélanie MATHE.

Les courses de 21 km et de 10 km se déroulent en semi-autonomie. Des postes de ravitaillement en liquide seront répartis sur le parcours. La course sera ouverte et fermée par des membres de l'organisation. Tout abandon, tout problème ou accident devront être signalés à un signaleur. Une voiture se chargera de prendre les coureurs relégués ou qui décideront d'abandonner. Les participants se doivent secours et entraide.

L'organisation ne peut en aucun cas être tenue pour responsable des dommages ou préjudices occasionnés lors du déroulement des épreuves et qui n'incomberait pas au club, sauf cas prévu à l'article 4.

Ne pas jeter sur la voie publique



Article 7 : Engagement des concurrents par rapport à l'environnement :

Les concurrents doivent marquer les emballages de leurs ravitaillement du numéro de leur dossard, un contrôle sera effectué au moment du départ.

Les épreuves se déroulent dans la nature. Les participants s'engagent à respecter l'environnement, la flore, la faune et à ne rien jeter sur le sol (papiers, gobelets, bouteilles vides, emballages (barre et/ou gel énergétique) qu'ils soient biodégradables ou non. Tout concurrent ne respectant pas cette règle pourra être éliminé. Objectif : 0 déchet !

Article 8 : Droit à l'image et à l'écriture : Les concurrents, par leur engagement, déclarent renoncer à leur droit à l'image et à leur droit d'écriture, et autorisent la JAB à exploiter les photos, films et noms se rapportant à l'épreuve.

Article 9 : La signature du bulletin d'inscription et la participation à la course, entraîne l'acceptation sans réserves du présent règlement.

PRESENTATION

La JAB Course à Pied et Marche organise, le dimanche 4 mars 2018, la 10eme édition du Cabilat'Trail.

Au programme, 3 épreuves sont proposées :

- Trail de 21 km
- Trail de 10 km
- Marche de 10 km

Tracés sur sentiers, chemins et route au cœur du Bois du Commandeur. Départ et Arrivée salle polyvalente Roger PAUL.

Course en semi-autonomie (longues distances). Des ravitaillements en liquide seront proposés.

Douches , collation et ostéopathe à l'arrivée

1 lot remis à chaque participant

Récompenses :

- Trail 21 km 3 premiers H et F et premier de chaque catégorie H et F
- Trail 10 km : 3 premiers H et F et premier de chaque catégorie H et F
- Marche 10 km : 3 premiers H et F et premier de chaque catégorie H et F

Renseignements : 06-87-46-35-12

Site internet : <http://www.jab-course.fr/>

Mail : jerome.souyeaux@orange.fr

PROGRAMME

Samedi 3 mars : de 14H à 19H (retrait des dossards à la Mairie de Bordères sur l'echez)

Dimanche 4 mars :

- 8h : Accueil - retrait des dossards à la salle polyvalente Roger Paul
- CLOTURE DES INSCRIPTIONS 15 mn avant le départ de chaque course

- 9h30 : Départ Trail 21 km
- 10H : Départ Trail 10 km
- 10H05 : Départ Marche
- 11H45 : Remise des récompenses et collation

- Bulletin, accompagné du règlement, à retourner à :

- SOUYEAUX Jérôme
- 18 rue de la Fontaine - 65320 BORDERES SUR L'ECHEZ
- 06.87.46.35.12
- jerome.souyeaux@orange.fr

Ne pas jeter sur la voie publique

