



Epreuve de 6 heures de course ou de marche à allure libre individuelle ou par équipe de 4 maximum

- Accueil et remise des dossards: à partir de 09h00 sur le plateau sportif des Grazelles (à coté du collège des Corbières maritimes de Sigean)
- Equipe de quatre coureurs.
- Chaque relayeur devra effectuer trois boucles consécutivement puis les relais se feront au choix, exclusivement dans la zone dédiée au passage de relais.
- Parcours : circuit de 2000 m (80% chemin et 20% goudron)

L'organisation des 6 heures de Sigean vous propose également un challenge des entreprises. Venez donc défendre les couleurs de votre entreprise en profitant des bienfaits de la marche ou de la course. L'équipe devra être obligatoirement mixte et composée exclusivement de membres de l'entreprise. Le nom de l'équipe devra comporter le nom de l'entreprise.

Règlement des six heures de SIGEAN

La course "Les 6H de SIGEAN" est un événement organisé par le club d'athlétisme ASARCM. Il s'agit d'une épreuve sportive sur chemin (80%) et sur revêtement stabilisé macadam (20%) ouverte aux coureuses et coureurs, marcheuses et marcheurs licenciés ou non.

Organisation générale du départ :

Un juge arbitre sera responsable de l'épreuve.

Le départ (course et marche) aura lieu le samedi 4 avril 2020 à 12h sur le plateau sportif des Grazelles à Sigean La fin de l'épreuve sera signalée à 18h.

Le règlement de marche athlétique de grand fond sera appliqué pour les marcheurs et marcheuses. Le parcours sera jalonné de juges de marche. Après trois avertissements par trois juges différents, une pénalité par un arrêt forcé de cinq minutes sera effectuée dans la zone dédiée à cet effet. Si une nouvelle faute était commise, une nouvelle pénalité de quinze minutes serait effectuée dans la zone dédiée à cet effet. Une faute supplémentaire entrainerait la disqualification de l'athlète.

Organisation de l'arrivée

La fin de l'épreuve est signalée après 6h, tous les coureurs présents alors sur le circuit pourront déposer au sol, une plaquette mentionnant le n° de dossard qui leur aura été remis après la cinquième heure.

Inscriptions

Exclusivement : Par courrier envoyé à Frédéric Barreda 2, impasse des figuiers 11130 Sigean.

Tarifs :

- Droits d'inscription : 18 € en individuel (23 € le jour même si place disponible)
- 50 € par équipe (55 € le jour même si place disponible)
- Chèque à l'ordre de "ASARCM"

Limite d'âge :

- 6h solo : être âgé au minimum de 20 ans au moment de l'épreuve.
- 6h équipe : être âgé au minimum de 18 ans au moment de l'épreuve.

Afin de garantir un maximum de qualité à l'organisation des 6H de SIGEAN, nous limitons le nombre de participants à 220. Les premiers inscrits seront bien entendu prioritaires.

Limitations par catégories :

6H : équipes : homme (10), femme (10), mixte (10) : 30 équipes soit 120 coureurs maximum.

6H : solo, homme (50), femme (50) : 100 coureurs maximum.

Les inscriptions sont ouvertes du 8 janvier 2020 au 30 mars 2020 à minuit, dans la limite de 220 participants. Une liste d'attente sera ensuite établie pour pallier d'éventuels désistements. Inscription sur place dans la mesure des places disponibles.

Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne (extérieure à l'équipe) sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve. L'organisation se dégage de toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation.

Annulation de la course

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

Retrait des dossards

La participation à l'épreuve nécessite le port du dossard fixé sur la poitrine par 4 épingles (merci de les prévoir). Il ne devra en aucun cas être réduit, ni découpé, ni plié sous peine de disqualification. Les dossards sont à retirer le matin de l'épreuve à partir de 8H sur le plateau des Grazelles à Sigean

Certificat médical Obligatoire au moment de l'inscription. Pour les licenciés, joindre obligatoirement au dossier d'inscription une copie de la licence FFA (seule licence acceptée selon la réglementation officielle depuis le 1er janvier 2019). Les licences sportives UFOLEP, FSGT, FSCF (même avec la mention « athlétisme »), foot, danse, rugby, badminton, etc. ne sont pas admises.

Pour les non-licenciés ou autre licence sportive joindre obligatoirement au dossier d'inscription une copie du certificat médical, datant de moins de 1 an avec la mention : "non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition". Aucun dossier incomplet ne sera enregistré.

Chronométrage

Un système de chronométrage par puce électronique sera utilisé, elle vous sera remise avec votre dossard contre une caution de 10 euros. Ces puces sont la propriété des organisateurs, elles devront être rendues à l'issue de l'épreuve au stand de retrait des dossards contre restitution de la caution. En cas d'abandon, vous devrez remettre la puce au stand de retrait des dossards.

Une puce est remise à chaque coureur inscrit dans la catégorie "solo", et une puce est attribuée par équipe pour matérialiser le passage de relais.

Abandon

En cas d'abandon, vous devrez remettre la puce au juge arbitre.

Ravitaillement

Un poste de ravitaillement de l'organisation (avec boissons, fruits, barres énergétiques) est prévu sur le plateau sportif.

Les coureurs solos peuvent installer leur propre ravitaillement. Une zone sera prévue à cet effet sur la piste des Grazelles, conformément aux règles des courses horaires le ravitaillement ne peut avoir lieu que dans cette zone. La présence d'un ravitailleur est conseillée sur l'épreuve.

Signalisation

De la rubalise sera mise en place et des jalonneurs seront présents sur le parcours. Le parcours est fermé à la circulation, les suiveurs vélo ne sont pas autorisés.

Point de contrôle

Au niveau du passage de relais, ainsi qu'au milieu du parcours.

Possibilité de mise hors course

En cas de jet de bouteilles vides, emballages en tous genres, papiers, plastiques : **Respectons l'environnement**

Non-respect du présent règlement

Comportement inadéquat, irrespectueux envers l'organisation, le site et les autres participants

Départ

Plateau des Grazelle de Sigean.

Service médical

Un médecin assurera le service médical de la course.

Douches et sanitaires

L'organisation des 6 heures dispose de sanitaires et d'équipements permettant les douches.

Responsabilité civile –Assurances : (Articles L 321-1, L 321-4, L 321-5, L321-6 du Code du Sport) La Fédération Française d'Athlétisme propose, par l'intermédiaire de GENERALI, assureur(AIAC): une assurance Responsabilité Civile garantissant la responsabilité du Club et du Licencié. Les organisateurs sont couverts par une assurance FFA; les licenciés bénéficient des garanties liées à leur licence, il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

Récompenses

T-shirt : tous les participants se verront remettre un t-shirt au retrait du dossard.

Une récompense sera remise au :

Premier, deuxième, troisième individuel M/F (course et marche).

Premier, deuxième, troisième équipe M/F/Mixte (course et marche).

Challenge entreprise : La meilleure perf course et marche (interdit aux clubs d'athlétisme)

Challenge clubs, F/H/ Mixte

Accès au Parking

L'accès au parking débutera à partir du vendredi 3 avril 14H.

Bien que ce lieu ne soit pas prévu à cet effet, les camping-cars pourront exceptionnellement stationner. Ils devront respecter les règles d'hygiène élémentaires.

Le parcours est relativement plat sauf sur 50 mètres avec un léger vallonné.

Les "6 H de Sigean" s'inscrivent dans la démarche d'un événement sportif, familial, convivial, festif.

La course Les 6 H n'est pas une épreuve sportive traditionnelle. Il faut y participer pour l'aventure, le cadre, la qualité de l'organisation, pour passer un bon moment, pour rencontrer d'autres coureurs et avoir le temps de discuter (pour les équipes), pour se dépasser etc. Nous souhaitons attirer sur cette course des compétiteurs bien sûr, mais aussi des coureurs de tous les niveaux des courses régionales, les coureurs "du dimanche", et les pratiquants de tous les sports pour favoriser l'ambiance de ces 6H. A l'heure de l'édition de ce règlement, les lots ne sont pas définis, mais nous nous dirigeons vers des lots identiques pour tous les coureurs récompensés.

Utilisation d'image

"J'autorise expressément les organisateurs des 6 H de Sigean ainsi que leurs ayants droits tels que les partenaires et les médias, à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles je pourrais apparaître, prises à l'occasion de ma participation aux 6 H de Sigean, sur tous supports, y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires, dans le monde entier, et pour la durée la plus longue prévue par la loi, les règlements, les traités en vigueur, y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée."

Tout concurrent qui s'inscrit déclare avoir pris connaissance du présent règlement et en accepte les clauses.

Je m'engage à prendre connaissance et accepte par le seul fait de mon inscription à me soumettre à l'ensemble des dispositions du règlement de l'épreuve figurant sur le site : <https://www.asarcm-athle.com>

Renseignements et résultats sur <https://www.asarcm-athle.com/> : Frédéric Barreda : + 33 610748154
Marcel Camicci : +33 611552825

Date :

Signature

La circadienne-quart

Les 6 heures de Sigean

(Première édition)

(Cocher la case correspondante)

Individuel course	Equipe course	
	M / F	Mixte

Entreprise course	Entreprise marche

Individuel marche	Equipe marche	
	M / F	Mixte

Nom de l'équipe

(Individuel ou capitaine d'équipe)

Nom	Prénom	adresse	mail	Téléphone	N° de licence

1^{ère} équipier

Nom	Prénom	adresse	mail	Téléphone	N° de licence

2^{ème} équipier

Nom	Prénom	adresse	mail	Téléphone	N° de licence

3^{ème} équipier

Nom	Prénom	adresse	mail	Téléphone	N° de licence