

REGLEMENT, Trail des monts d'Usiers et foulées (marches) gourmandes du val d'Usiers

Art. 1 : Le « trail des monts d'Usiers » (trail), et les « foulées gourmandes du Val d'Usiers » (marches gourmandes) sont organisés par les associations « AS Mont d'Usiers », « Tennis de Table du Val d'Usiers », « TOD 800 » regroupé au sein de l'association « Les foulées gourmandes du val d'Usiers »

Art. 2 : Date et horaires

Les foulées gourmandes auront lieu les 27 et 28 juin 2026. Elles sont composées de plusieurs courses

- Trail 20 km. C'est un circuit technique, nombreux singles, sur route, pâture et Forêt. Deux ravitaillements sont prévus. Le départ sera donné le samedi à 18h00, à Goux les Usiers (Val d'Usiers), devant la mairie.
- Trail 10 km. Essentiellement sur des singles, sur route, pâture et Forêt. Un ravitaillement est prévu. Le départ sera donné le samedi à 18h30, à Goux les Usiers (Val d'Usiers), devant la mairie.
- Trail découverte (5 km) . Single, routes, forêts... Sans chronométrage et classement. Départ juste après le trail court.
- Plusieurs trail en mode color run pour les plus jeunes (minime 3km, benjamin 2.7 km, kids (0.4 à 1.5 km). Départs entre 17h00 et 18h00, puis 18h45 pour les minimes et benjamins
- Les randonnées (8,5, 12, 14,5 et 16.5 km) sont essentiellement sur des singles, sur route, pâture et Forêt. Un à quatre ravitaillements sont prévus suivant les distances. Le départ sera libre, entre 8h30 et 9h30 le 28 juin.

Le retrait des dossards pour les courses, et les marches, se fera sur place, à la salle polyvalente de Goux les Usiers (rue des écoles), à partir de 16h30 le samedi pour les trail et 8h00 le dimanche pour les marches.

Adaptations COVID : Suivant les prescriptions des autorités compétentes, la stratégie et les horaires des départs seront adaptés.

Art. 3 : Conditions d'admission

Depuis la circulaire FFA n°3 du 16 janvier 2024, le certificat médical n'est plus obligatoire pour participer à une course agréée FFA et un Parcours de Prévention Santé, parcours éducatif de sensibilisation sur les risques liés à la santé dans la pratique de la course à pied, peut vous permettre de valider votre participation

Vous avez la possibilité de réaliser un PPS, ou nous fournir un certificat médical ou une licence (FFA uniquement)

Les PPS ou certificat médical ne sont pas nécessaires pour les randonnées, le trail découverte et le trail kid.

Les inscriptions seront closes dès que le quota de 800 coureurs aura été atteint pour l'ensemble des courses.

Les participants du trail de 10 km doivent avoir 16 ans révolus (Cadet, Junior, espoir, senior, master).

Les participants du trail de 20 km doivent avoir 20 ans révolus (espoir, senior, master).

Les participants du trail Minime 3 km doivent avoir 14 ans révolus (révolu).

Les participants du trail Benjamin 2.7 km doivent avoir 12 ans révolus (révolu).

Il n'y a pas d'âge minimum pour la marche

	Distance	Dénivelé d+ et d-	Catégories
Trail long	20,450 km	621 m	XS : espoir, senior, master
Trail court	10,260 km	334 m	XXS : cadet, junior, espoir, senior, master
Trail découverte	5km		
Trail Minime	2.7 km	25 m	Minime
Trail Benjamin	2.7 Km	25m	Benjamin
Trail Kid	0.2 km à 1.5 km		
Marches	De 8,500 km à 16,500 km		

Art. 4 : Condition d'Inscriptions

Les inscriptions aux courses ne se fait que par internet (<https://in.njuko.com/fouleesgourmandes2026>), avant le 25 juin 2026 Trail. Des inscriptions seront possible le jour de la course, avec une majoration, dans la mesure des places disponibles (limité à 800). Le repas n'est pas compris dans l'inscription, petite restauration sur place.

- Trail : Tarifs (repas non compris) : 10 km (12€), 20 km (21€), découverte (10€), benjamins et minimas (4€), kids (4€)

Les inscriptions aux marches peuvent se faire par internet ou par courrier, avant le 22 juin 2026 minuit. Aucun inscription le jour de la course.

Foulées gourmandes du Val d'Usiers
1, rue des 3 fontaines
25520 Val d'Usiers

Dimanche

- Marches : Tarifs adulte : Marche seule 13€ , repas seul 15€ , marche + repas : 21€,
- Marches : Tarif marches enfant (jusqu'à 12 ans) avec repas (6€)

Art. 5 : Sécurité et secours

- L'assistance médicale est assurée par l'USPD25, et par des pompiers bénévoles en civile.
- Camel back ou gourde obligatoires pour le parcours de 21 km.
- Bâtons autorisés sur le trail 20 km et les randonnées

Art. 6 : Classement et récompenses

- Aucune prime ne sera remise. La présence des participants récompensés est obligatoire. En cas d'absence, les prix seront acquis par l'organisation.
- Un classement individuel sera établi.

- Des lots seront remis aux trois premiers hommes et femmes du classement scratch sans distinction de catégories d'âge pour les courses (11 et 20 km), tout comme les minimes et benjamins.

Art. 7 : Assurance

- Le comité d'organisation a souscrit pour l'épreuve une assurance responsabilité civile.
- Chaque coureur doit être en possession d'une assurance individuelle accident couvrant d'éventuels frais de recherche et d'évacuation jugés nécessaires par l'organisme de secours. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident ou de défaillance consécutif à un mauvais état de santé. La participation se fait sous l'entière responsabilité des concurrents avec renonciation à tout recours contre les organisateurs en cas de dommages ou de séquelles ultérieurs à la course. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de vol ou de dégradation de matériel.

Art. 8 : Abandon

- En cas d'abandon, le coureur a obligation de le signaler à l'organisation.

Art. 9 : Droit à l'image

- Par son inscription, tout coureur autorise l'organisateur ou ses partenaires à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles il pourrait apparaître.

Art. 10 : Modification de parcours

- Pour des raisons de sécurité et de mauvaises conditions météorologiques, l'organisation se réserve le droit de modifier le parcours et d'arrêter l'épreuve en cours, voire de l'annuler.

Art. 11 : Respect de l'environnement

- Dans un souci de protection de l'environnement, chaque concurrent s'engage à transporter l'intégralité de ses déchets durant le parcours, des poubelles étant à sa disposition à l'arrivée. L'organisateur peut disqualifier tout coureur manquant à ce règlement.

Art. 12 : Acceptation du règlement de l'épreuve

- En acquittant son inscription, chaque concurrent confirme avoir parfaite connaissance du règlement et l'accepte sans réserve.

Art 13 : Covid-19

- Les participants doivent respecter les gestes barrières qui seront en vigueur, et les mesures mises en place par l'organisation afin de minimiser les risques sanitaires.