

Règlement de course

COURSE PÉDESTRE « 23e MONTEE DE LA PÈNE”

DIMANCHE 14 DECEMBRE 2025

Article 1 :

L'association « LES FOULEES SAUSSINOISES» organise le dimanche 14 décembre 2025 la vingt-troisième édition de la Montée de la Pène avec les courses suivantes :

- 7 Km
- 12,1 Km avec +220 de dénivelé
- Courses enfants
- Marche de 7 Km

Nombre de km effort : $12,1 + 2,2 = 14,3$ km

Article 2 : Catégories

Ces courses sont ouvertes à tous, licenciés ou non, à partir de la catégorie cadet (16 ans) pour le 7 Km et 12,1 Km, idem pour la marche.

Les courses enfants sont règlementées selon les textes en vigueur.

Ces courses ne sont pas ouvertes à la catégorie handisport.

Article 3 : Documents à fournir impérativement pour les inscriptions

Licence ou Certificat médical.

1/ Licenciés :

Toute participation à « La Montée de la Pène » est soumise à la **présentation obligatoire** par les participants majeurs à l'organisateur :

- D'une licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running délivrée par la FFA, 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) ;
- ou d'une licence sportive, en cours de validité à la date de la manifestation, 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 délivrée par une des fédérations suivantes :
 - Fédération des clubs de la défense (FCD),
 - Fédération française du sport adapté (FFSA),
 - Fédération française handisport (FFH),
 - Fédération sportive de la police nationale (FSPN),
 - Fédération sportive des ASPTT,
 - Fédération sportive et culturelle de France (FSCF),
 - Fédération sportive et gymnique du travail (FSGT),
 - Union française des œuvres laïques d'éducation physique (UFOLEP).

2/ Non licenciés :

Pour les non-licenciés, il est obligatoire de présenter une attestation PPS (Parcours Prévention Santé) au nom du coureur datée de moins de trois mois avant la date de la course faisant apparaître clairement le numéro PPS et le QR code. Pour obtenir un PPS, aller sur le site <https://pps/athle.fr>

Les participants étrangers sont tenus de fournir un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, même s'ils sont détenteurs d'une licence compétition émise par une fédération affiliée à World Athletics. Ce certificat doit être rédigé en langue française, daté, signé et permettre l'authentification du médecin, que ce dernier soit ou non établi sur le territoire national. S'il n'est pas rédigé en langue française, une traduction en français doit être fournie.

3/ Pour le participant mineur :

Pour les licences, la réglementation applicable est identique aux coureurs majeurs (voir ci-dessus). Si le participant mineur n'est pas en possession d'une licence listée ci-dessus, le sportif et les personnes exerçant l'autorité parentale renseignent conjointement un questionnaire relatif à son état de santé dont le contenu est précisé par arrêté conjoint du ministre chargé de la santé et du ministre chargé des sports. Les personnes exerçant l'autorité parentale sur le sportif mineur attestent auprès de la fédération que chacune des rubriques du questionnaire donne lieu à une réponse négative. A défaut, elles sont tenues de produire un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de la discipline concernée datant de moins de six mois. Le participant mineur devra également fournir une autorisation parentale de participation. L'organisateur conservera, selon le cas, la trace de la licence présentée (numéro et fédération de délivrance), l'original ou la copie du certificat médical, le questionnaire médical et l'attestation parentale pour les mineurs, pour la durée du délai de prescription (10 ans).

Article 4 : Retrait des dossards

Retrait des dossards à la salle du foyer communal le dimanche 14 décembre 2025 à partir de 8 h. Clôture de distribution des dossards 30 minutes avant chaque départ de course.
Le dossard est porté sur le devant du corps (torse, ventre ...) et doit être visible à tout moment de la course.

Article 5 : Les parcours

12,1 km : chemins communaux bitumés ou en terre au milieu des vignes et des oliviers.
7 km - Course et marche : parcours commun au 12,1 km sur environ 3 km et retour par les chemins et monotrace dans la garrigue.
Courses enfants organisées dans le centre du village.

Départ et arrivée dans le village, ouverture du parcours avec Hérault Sport. Fermeture par le CCFF de Galargues.

Pour le 7 km, ouverture et fermeture avec un vélo.

Article 6 : Horaires et tarifs

Le départ du 7 km et du 12,1 km sera donné à 10 h.
Le départ de la marche sera à 9h30

Les tarifs

Course : 8 € pour le 7 Km / 13 € pour le 12,1 Km
Marche 7 km : 8 €

Les inscriptions des courses et marche : 7 Km et 12,1 Km sont accessibles sur le site ats-sport.com

jusqu'au samedi 13 décembre 2025 à 14 h.

Les inscriptions le jour de la course sont possibles, le tarif est majoré :

10 € pour le 7 Km / 15 € pour le 12,1 Km

Article 7 : Sécurité

La sécurité est assurée sur le site et le parcours par :

- Une ambulance UNASS
- Plusieurs secouristes.

Un référent sécurité est désigné, sera en contact permanent avec les secours, et pourra être joint tout le temps de la manifestation par les jalonneurs et les baliseurs bénévoles qui auront connaissance de son numéro de téléphone.

Sur les parcours le personnel du dispositif de secours est habilité à mettre hors course tout concurrent qu'il jugera inapte à poursuivre.

Un local sera mis à disposition de la personne chargée du contrôle anti-dopage ainsi que du délégué fédéral.

Article 8 : Les récompenses

A partir du km 3, la montée de la Pène, difficile sur environ 1 000 mètres, permettra d'atteindre le passage au sommet situé au km 5. Les 5 premiers hommes et femmes qui passeront au sommet seront récompensés par des primes à la seule condition de terminer le parcours et de se situer parmi les 10 premiers hommes ou femmes à l'arrivée.

La répartition sera la suivante : 1er : 150 € ; 2e : 120 € ; 3e : 100 € ; 4e : 80 € ; 5e : 60 €. Récompenses hommes et femmes aux 5 premiers du classement scratch.

Récompenses aux 1er Homme et Femme de chaque catégorie.

Récompenses aux 1ers Homme et Femme de Galargues

Primes au record : Masculin : 39'08 en 2018 par Abdelkader Algham.

Féminin : 43'46 en 2024 par Alessia Zarbo.

Pour le 7 km :

Récompenses aux 3 premiers Homme et Femme

Récompenses au 1er Homme et Femme de Galargues

Tombola :

Tirage au sort parmi les coureurs présents lors de la tombola.

Article 9 : Contrôle anti-dopage

Tous les coureurs sont susceptibles de satisfaire à un contrôle anti-dopage. Les participants s'engagent à respecter rigoureusement l'interdiction de dopage ainsi que les dispositions concernant les contrôles antidopage, telles qu'elles résultent des lois et règlements en vigueur, notamment les articles L. 230-1 et suivants du Code du Sport.

Article 10 : Respect de la nature et de l'environnement

Afin de protéger le site naturel de la Pène, le public et les coureurs devront obligatoirement se stationner sur les parkings prévus à cet effet, en suivant les consignes des bénévoles.

Les concurrents s'engagent à respecter l'environnement. Ils veilleront à ne rien jeter sur les parcours et sur le site d'accueil et à suivre strictement le tracé des parcours.

Article 11 : Assurance

L'épreuve est couverte par une assurance responsabilité civile auprès de la société AXA. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

Article 12 : Litige

Les Foulées saussinoises, association organisatrice de l'épreuve se réserve le droit de modifier ou d'interpréter le présent règlement. Tout cas non prévu sera examiné par la direction de la course

En aucun cas, un concurrent ou un accompagnateur ne pourra faire valoir de droit quelconque, vis-à-vis des organisateurs La participation à l'épreuve implique automatiquement l'acceptation du présent règlement.

Aucun remboursement ne pourra être demandé.

Article 13 : Droit à l'image

Les participants autorisent l'organisateur ou ses partenaires à utiliser les noms, coordonnées, images fixes ou audiovisuelles sans que cette utilisation n'ouvre droit à une quelconque indemnisation ou à un quelconque recours.

Article 14 : Annulation

En cas d'annulation de toutes ou partie des courses, indépendante de la volonté de l'organisateur (météo, mesures sanitaires, décision administrative, etc...) aucun remboursement ne sera effectué. Toute annulation est ferme et définitive.

Article 15 :

Tout manquement aux consignes de sécurité ou (et) des directives de santé publique entraînera l'élimination du participant à l'épreuve.

Article 16 :

Chaque coureur doit venir avec :

- son écocup pour son ravitaillement lors de la course
- ses épingle à nourrice pour accrocher son dossard ou sa ceinture-dossard

Article 17 :

Un ravitaillement est prévu au sommet de la Pène, un second sur le retour du parcours à 8,5 km et un dernier à l'arrivée.

Article 18 :

Chaque coureur est le premier maillon de la sécurité de la course. Il doit rapidement et correctement donner l'alerte s'il est témoin d'un accident ou s'il se perd ou se rend compte que d'autres coureurs se sont perdus. En cas d'abandon, tout coureur a l'obligation de le signaler à l'organisateur avant de quitter le site de la course afin d'éviter des recherches inutiles ».