

LG TRAIL 2018 RÈGLEMENT OFFICIEL

1. ORGANISATION

L'association LG Trail est constituée sous les statuts officiels et déposés selon les règles d'usage.

2. ÉPREUVES

7 formats de course sont proposés :

1. **La LG** : environ 110 km et 3 400 mètres de dénivelé positif.
Départ : Lausanne / Arrivée : Genève
2. **La LG Relais 4** en équipe de 4 : 4 portions d'environ 18 à 33 km et 200 à 1400 mètres de dénivelé positif.
Départ : Lausanne / Arrivée : Genève
3. **La LG Half** : environ 51 km et 1600 mètres de dénivelé positif
Départ : Saint-Cergue / Arrivée : Genève
4. **La LG Urban Trail** : environ 18 km et 450 mètres de dénivelé positif
Départ : Lausanne / Arrivée : Lausanne
5. **La LG Express** : environ 18 km et 200 mètres de dénivelé positif
Départ : Chavannes-des-Bois / Arrivée : Genève
6. **La LG Walking** : environ 18 km et 200 mètres de dénivelé positif
Départ : Chavannes-des-Bois / Arrivée : Genève
7. **LG Kids** : courses ludiques de 1 à 3 km pour les enfants au cœur du Parc Pré Vert du Signal de Bougy

La LG, la LG Half, La LG Urban Trail, La LG Express et La LG Walking se font en individuel et se dérouleront en une seule étape, à allure libre, en un temps limité.

La LG Relais 4 se fait en équipe de 4 coureurs avec passage du relais au Signal de Bougy, Saint-Cergue et Chavannes-des-Bois.

L'organisateur de la LG Trail se réserve le droit de modifier les parcours et les barrières horaires en fonction des conditions climatiques. Il se réserve également le droit d'annuler ou de stopper la course en cas de conditions défavorables et dangereuses mettant en péril la sécurité des participants tant au niveau des parcours, de la météo ou d'évènements imprévus.



3. CONDITIONS DE PARTICIPATIONS

- La LG est ouverte à toute personne, homme ou femme, **née en 1998 ou avant** licenciée ou non (*certificat médical obligatoire pour les personnes résidant en France*)
- La LG Relais 4, la LG Urban Trail, la LG Express et la LG Half sont ouvertes à toute personne, homme ou femme, **née en 2000 ou avant** licenciée ou non (*certificat médical obligatoire pour les personnes résidant en France*). Les jeunes de moins de 18 ans révolus le jour de la course doivent fournir une autorisation de leur représentant légal. Un modèle est disponible [ICI](#)
- La LG Walking est ouverte à toute personne, homme ou femme, **née en 2002 ou avant** licenciée ou non
- La LG Kids est ouverte à toute personne, fille ou garçon, **née entre 2007 et 2012**.

La LG, la LG Half et la LG Relais 4 se déroulent en partie en altitude et les conditions peuvent être très difficiles (nuit, vent, froid, pluie ou neige). Ces épreuves sont réservées aux personnes entraînées, en bonne condition physique et dotée d'une bonne capacité d'autonomie personnelle.

En s'inscrivant à l'une des épreuves le coureur doit :

- Être pleinement conscient de la longueur et de la difficulté de l'épreuve et d'être parfaitement entraîné pour cela
- Savoir affronter sans aide extérieure des conditions climatiques difficiles du fait de l'altitude
- Savoir gérer les problèmes physiques ou mentaux découlant d'une grande fatigue, les problèmes digestifs, les douleurs musculaires ou articulaires, les petites blessures...
- Être en bonne forme physique et ne souffrir d'aucune contre-indication à la pratique de sport d'endurance
- Être pleinement conscient que le rôle principal de l'organisation n'est pas d'aider un coureur à gérer ces problèmes
- Être pleinement conscient que pour une telle activité de pleine nature la sécurité dépend de la capacité du coureur à s'adapter aux problèmes rencontrés ou prévisible
- Reconnaître que l'organisation n'est pas responsable en cas du non-respect de la circulation routière par le participant tout au long de l'évènement et quelle que soit la course à laquelle il participe

La participation au Trail entraîne l'acceptation sans réserve du présent règlement et de l'éthique de la course.

4. CATÉGORIES (HOMMES / FEMMES)

LG, LG Half, LG Urban Trail et LG Express

- Espoirs : 1996 à 1998* / 1996 à 2000**
- Seniors : 1979 à 1995



- Vétérans 1 : 1969 à 1978
- Vétérans 2 : 1959 à 1968
- Vétérans 3 : 1958 et avant

* Pour la LG / ** Pour la LG Half, la LG Urban Trail et la LG Express

LG Relais 4 : scratch

5. RAVITAILLEMENT & SEMI-AUTO-SUFFISANCE

Le principe de course individuelle en semi-autonomie est la règle.

La semi-autonomie est définie comme étant la capacité à être autonome entre deux points de ravitaillement, aussi bien sur le plan alimentaire que de celui de l'équipement vestimentaire et de sécurité, permettant notamment de s'adapter aux problèmes rencontrés ou prévisibles (mauvais temps, problèmes physiques, blessure...).

Des postes de ravitaillement sont approvisionnés en boissons et nourritures. L'organisation ne fournit que de l'eau plate pour le remplissage des bidons ou poches à eau. Le coureur doit veiller à disposer, au départ de chaque poste de ravitaillement, de la quantité d'eau et d'aliments qui lui est nécessaire pour rallier le point de ravitaillement suivant.

L'assistance personnelle sera autorisée uniquement sur les points de ravitaillement officiels et dans une zone spécifiquement réservée à cet usage. Vous devrez obligatoirement suivre le parcours prévu à l'intérieur du poste de ravitaillement même si vous ne voulez pas vous y arrêter.

L'accompagnement d'un coureur durant toute ou partie du parcours est interdite, mis à part sur les zones de tolérance clairement signalées à proximité des postes de ravitaillement, soit 300 mètres en amont et 300 mètres en aval de ces postes de ravitaillement.

6. INSCRIPTIONS

Les inscriptions se font exclusivement sur Internet par un paiement sécurisé par carte bancaire :

Jusqu'au 31 janvier 2018 :

- LG : 100 CHF
- LG Relais 4 : 200 CHF par équipe
- LG Half : 60 CHF
- LG Walking : 30 CHF



- LG Kids : 15 CHF

Du 1^{er} février au 30 juin 2018 :

- LG : 125 CHF
- LG Relais 4 : 250 CHF par équipe
- LG Half : 80 CHF
- LG Urban Trail : 45 CHF
- LG Walking, LG Express : 35 CHF
- LG Kids : 15 CHF
- LG Challenge (LG Urban Trail + LG Express) : 60 CHF

Du 1^{er} juillet au 22 septembre 2018

- LG : 150 CHF
- LG Relais 4 : 300 CHF par équipe
- LG Half : 100 CHF
- LG Urban Trail : 50 CHF
- LG Walking, LG Express : 40 CHF
- LG Kids : 15 CHF
- LG Challenge (LG Urban Trail + LG Express) : 80 CHF

Les droits d'inscription comprennent tous les services décrits dans le présent règlement. Le changement d'inscription pour passer sur un parcours plus court ne peut se faire que jusqu'au 19 septembre 2018. Aucun changement ne sera admis après cette date. **Aucun remboursement ne sera pris en compte lors de ces échanges.**

Abandon d'un relayeur

Si un des participants à la LG Relais 4 doit déclarer forfait avant de prendre le départ, il peut se faire remplacer par une personne de son choix, mais cela doit être annoncé avant le 19 septembre.

7. ENGAGEMENT

Tout engagement personnel, ferme et définitif ne peut faire l'objet de remboursement pour quelque motif que ce soit. En cas de non-participation, aucun remboursement et aucun transfert ne seront effectués.



8. ANNULATION D'INSCRIPTION

Une assurance facultative est proposée au moment de l'inscription en ligne. Cette assurance permet le remboursement des frais d'inscriptions en cas de situations couvertes par les conditions générales disponibles [ICI](#)

Aucune forme de remboursement ne sera accordée si la ou le participant n'a pas souscrit à cette assurance annulation.

9. ÉQUIPEMENT

Équipements	LG	LG Relais 4	LG Half	LG Urban
Sac à dos ou ceinture ventrale	✓		✓	
Réserve d'eau, minimum 1 litre	✓		✓	
Réserve d'eau minimum 0,5 litre		✓		✓
Veste imperméable avec capuche	✓	✓	✓	
Lampe frontale (avec pile de rechange)*	✓	✓		✓
Gobelet	✓	✓	✓	✓
Couverture de Survie (2,20 x 1,40 m)	✓	Opt.	✓	
Sifflet	✓	Opt.	✓	
Bâtons**	Opt.	Opt.	Opt.	
Bande élastique adhésive permettant de faire un bandage ou un strapping (mini 80cm x 3 cm)	Conseillé	Opt.	Opt.	
Réserve alimentaire	✓	Opt.	✓	
Téléphone portable en état de marche et allumé	✓	✓	✓	
Casquette ou bandana	Conseillé	Opt.	Opt.	
Lunettes de soleil	Opt.	Opt.	Opt.	
Crème solaire	Opt.	Opt.	Opt.	
Pièce d'identité (exigée par les administrations douanières)	✓	✓ (Pour le 3 ^{ème} relayeur)	✓	
Une somme minimum de 30 CHF	Fortement recommandé	Fortement recommandé	Fortement recommandé	

✓ = matériel obligatoire

* Nous conseillons fortement aux coureurs de la LG de partir avec 2 lampes frontales ou 1 lampe avec une batterie et des piles de rechange.

Les lampes frontales pour les participants à la LG Urban Trail seront testées lors du retrait des dossards.

** Si vous choisissez de prendre des bâtons, c'est pour toute la durée de la course. Il est interdit de partir sans bâtons et d'en récupérer en cours de route.

Aucun bâton ne sera admis dans les sacs d'allègement.



Attention : les bâtons sont interdits sur la LG Urban Trail

Un contrôle de matériel peut avoir lieu au départ et à l'arrivée. Des commissaires de course seront aussi habilités à contrôler votre sac à n'importe quel endroit du parcours.

Pour la LG : la liste pourra être revue à la baisse la veille de la course en fonction de la météo.

10. DOSSARD

Les dossards sont remis individuellement à chaque coureur sur présentation d'une pièce d'identité avec photo, après avoir fait contrôler son matériel obligatoire.

Le dossard doit être porté sur la poitrine ou le ventre et doit être entièrement visible en permanence pendant toute la course. Il doit donc toujours être positionné au-dessus de tout vêtement et ne peut en aucun cas être fixé sur le sac ou une jambe. Le nom et le logo des partenaires ne doivent être ni modifiés, ni cachés.

Sauf en cas de refus d'obtempérer à une décision prise par un responsable de la course, le dossard n'est jamais retiré, mais en cas d'abandon il est désactivé.

11. SACS COUREURS

Lors du retrait des dossards, chaque concurrent reçoit un sac sur lequel il apposera une étiquette avec son numéro de dossard fourni avec son dossard. Le coureur peut remplir ce sac avec les affaires de son choix et les déposer au départ, pour le retrouver à l'arrivée dans un endroit prévu à cet effet.

Attention : aucun autre sac ne sera accepté par l'organisation. Seuls les sacs coureurs pourront être déposés au départ de chaque course.

Les coureurs de la LG 110 km recevront un deuxième sac leur permettant de déposer, s'ils le souhaitent, une paire de chaussures. Ce sac sera acheminé à la cabane de tir de Longirod (Km40) pour permettre aux coureurs de changer de chaussures avant la partie montagne.

Dépôt des sacs relayeurs : le relayeur 1 donne son sac au relayeur 2, le 2^{ème} au relayeur 3, le 3^{ème} au relayeur 4 qui le dépose à son point relais de départ. Le relayeur arrivant au point relais récupère son sac. Le dernier relayeur peut faire déposer son sac au départ à Lausanne par le relayeur 1 et le récupérer à Genève à l'arrivée.

Le contenu des sacs n'étant pas vérifié, aucune contestation sur le contenu à l'arrivée n'est recevable. Il est recommandé de ne pas y placer des objets de valeur. L'association décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol.



12. SÉCURITÉ ET ASSISTANCE MÉDICALE

Des postes de secours (médecins, ambulances, secouristes) sont implantés en divers points du parcours. Ces postes sont en liaison radio ou téléphonique avec le PC de la course.

Les postes de secours sont destinés à porter assistance à toute personne en danger avec les moyens propres à l'organisation ou conventionnés.

Un coureur faisant appel à un médecin ou un secouriste se soumet de fait à son autorité et s'engage à accepter ses décisions.

Les secouristes, médecins officiels et la direction de course sont en particulier habilités :

- À mettre hors course (en invalidant le dossard) tout concurrent inapte à continuer l'épreuve.
- À faire évacuer par tout moyen à leur convenance les coureurs qu'ils jugeront en danger.

En cas de nécessité, pour des raisons allant toujours dans l'intérêt de la personne secourue, il sera fait appel au secours en montagne officiel qui prendra, à ce moment-là, la direction des opérations et mettra en œuvres tous moyens appropriés, y compris hélicoptérés. Les frais résultants de l'emploi de ces moyens exceptionnels seront supportés par la personne secourue qui devra également assurer son retour du point où elle aura été évacuée. Il est du seul ressort du coureur de constituer et présenter un dossier à son assurance personnelle dans le délai imparti.

En complément du dispositif de secours, du personnel soignant sera présent sur certains postes pour vous assister en cas de problème médical sévère. Les soins pouvant être apportés sur les points hauts du parcours sont nécessairement limités aux personnes présentant un problème sévère. Des soins pour des problèmes bénins, résultant notamment de maux engendrés par l'épreuve, pourront être apportés sur certains postes situés plus bas et dans la limite de la disponibilité du personnel soignant. L'accès aux soins et leur nature sont laissés à l'appréciation du personnel soignant.

Il appartient à un participant en difficulté ou sérieusement blessé de faire appel aux secours :

- En se présentant à un poste de secours
- En appelant le PC course (**numéro de téléphone inscrit sur le dossard**)
- En demandant à un autre coureur de prévenir les secours
- En cas d'impossibilité de joindre le PC course ou contrôleur, vous pouvez appeler directement les organismes de secours et seulement en cas d'urgence vitale (144 depuis la Suisse, 112 depuis la France).

13. POSTE DE CONTRÔLE ET POSTES DE RAVITAILLEMENTS

Seuls les coureurs porteurs d'un dossard visible et dûment contrôlés ont accès aux postes de ravitaillement. Des postes de contrôle « volants » sont mis en place en d'autres endroits que les postes de secours et de ravitaillement. Leur localisation n'est pas communiquée par l'organisation.



14. TEMPS MAXIMUM ET BARRIÈRES HORAIRES

Le temps maximal de l'épreuve, pour la totalité du parcours est fixé à :

LG	LG Relais 4	LG Half	LG Urban Trail
21h30	21h30	10 h	3 h

Les barrières horaires sont calculées pour permettre aux participants de rallier l'arrivée dans le temps maximum imposé, tout en effectuant d'éventuels arrêts (repos, repas ...). Pour être autorisés à poursuivre l'épreuve, les concurrents doivent repartir du poste de contrôle avant l'heure limite fixée (quelle que soit l'heure d'arrivée au poste de contrôle).

Les barrières horaires détaillées sont disponibles [ICI](#).

Tout concurrent mis hors course et voulant poursuivre son parcours ne pourra l'effectuer qu'après avoir restitué son dossard, sous sa propre responsabilité et en autonomie complète.

15. ABANDON ET RAPATRIEMENT

Sauf blessure, un coureur ne doit pas abandonner ailleurs que sur un point de contrôle. **Il doit alors prévenir le responsable de poste, qui invalide définitivement son dossard.** Le coureur conserve son dossard invalidé car c'est son laisser-passer pour accéder aux navettes de rapatriement, repas, salles de soins...

Toute personne ayant quitté la course avant de l'avoir terminée et sans aviser l'organisation devra assumer les éventuels frais de recherche engendrés par sa disparition.

En cas de conditions météo défavorables justifiant l'arrêt partiel ou total de la course, l'organisation assure le rapatriement des coureurs arrêtés dans les meilleurs délais possibles, à partir des postes de ravitaillement.

16. PÉNALISATION - DISQUALIFICATION

Des commissaires de courses présents sur le parcours ainsi que les chefs de poste des différents points de contrôle et de ravitaillement sont habilités à faire respecter le règlement et à appliquer immédiatement une pénalité en cas de non-respect du règlement.

Manquement au règlement	Pénalisation - disqualification
Absence de matériel obligatoire	Pénalité 1/4h à disqualification immédiate
Non-respect des bénévoles/organisateur et autres coureurs	Disqualification immédiate



Refus d'un contrôle de matériel obligatoire, refus d'obtempérer à un ordre de la direction de course, d'un commissaire de course, d'un chef de poste, d'un médecin ou d'un secouriste	Disqualification immédiate
Non-respect du parcours, coupe de sentiers	Disqualification immédiate
Transfert de son dossard à un autre coureur sans avoir averti l'organisation	Disqualification immédiate
Jet de détritrus au sol (acte volontaire) par un concurrent ou un membre de son entourage	Disqualification immédiate
Assistance en dehors des zones autorisées	Pénalité 1 heure
Non-assistance à une personne en difficulté	Pénalité 1 heure
Être accompagné sur le parcours par une personne extérieure à la course en cours (sans dossard)	Pénalité 30 mn
Port du dossard non conforme	Pénalité 15 mn
Absence de passage à un point de contrôle	Selon décision du jury de course

Tout autre manquement au règlement fera l'objet d'une sanction décidée par le jury de course.

17. CHARTE DE LA LG TRAIL

Les différentes épreuves de la LG Trail se déroulent dans un cadre unique mais fragile. Il est de notre responsabilité de promouvoir, auprès du plus grand nombre, les valeurs du trail : respect des personnes et de l'environnement, entraide, solidarité, fair-play, humilité...

Ainsi, afin de sensibiliser toutes les personnes qui participent à la LG Trail (coureurs, partenaires, bénévoles, organisateurs, autorités locales...) et de les guider dans leurs comportements et actions, nous avons élaboré la charte de la LG Trail.

En rejoignant la communauté de la LG Trail, je m'engage à :

- Respecter les valeurs du trail et du sport : l'entraide, la solidarité, le partage et la convivialité
- Prendre conscience que j'évolue dans un milieu naturel fragile.
- Respecter et préserver la faune et la flore en ne restant que sur le parcours de la course, en refermant les portails derrière vous, en contournant les troupeaux d'animaux que vous pourrez croiser dans le Jura
- Ne jeter aucun déchet sur le parcours
- Respecter le travail des vignerons, ne pas toucher les outils utilisés pour les vendanges qui peuvent se trouver à proximité des vignes.
- Utiliser autant que possible les transports en commun et le covoiturage pour vous rendre et repartir de l'événement
- Venir en aide à un concurrent en situation difficile



18. DOPAGE

En matière de dopage, le règlement de Swiss Olympic s'applique à l'événement. Tout compétiteur peut être soumis à un contrôle antidopage pendant ou à l'arrivée de l'épreuve. En cas de refus ou d'abstention, le sportif sera sanctionné de la même façon que s'il était convaincu de dopage.

19. JURY D'ÉPREUVE

Il se compose :

- du directeur de la course
- du vice-président de l'organisation
- du responsable technique
- des chefs de poste concernés
- ainsi que de toute personne compétente à l'appréciation du Président du Comité d'Organisation.

Le jury est habilité à statuer dans le délai compatible avec les impératifs de la course sur tous les litiges ou disqualifications survenus durant l'épreuve. Les décisions sont sans appel.

20. MODIFICATIONS DU PARCOURS OU DES BARRIÈRES HORAIRE – ANNULATION DE LA COURSE

L'organisation du LG Trail se réserve le droit de modifier à tout moment le parcours et les emplacements des postes de secours et de ravitaillement, sans préavis. En cas de conditions météo trop défavorables (importantes quantités de pluie et de neige en altitude, fort risque orageux...) le départ peut être reporté de quelques heures ou simplement annulé. Aucun remboursement ne sera effectué dans ce type de situation.

En cas de mauvaises conditions météorologiques, et pour des raisons de sécurité, l'organisation se réserve le droit d'arrêter l'épreuve en cours ou de modifier les barrières horaires.

Toute décision sera prise par un jury réunissant au moins le directeur de la course et le coordinateur responsable de la sécurité ainsi que de toute personne compétente à l'appréciation du Président du Comité d'Organisation. Dans de tels cas de figure, aucun remboursement ne pourra être considéré.

21. ASSURANCE

Responsabilité civile

L'organisateur souscrit une assurance responsabilité civile pour la durée de l'épreuve. Cette assurance responsabilité civile garantit les conséquences pécuniaires de sa responsabilité, de celle de ses préposés et des participants.



Assurance Accident

Chaque concurrent doit être en possession d'une assurance individuelle accident couvrant d'éventuels frais de recherche et d'évacuation. Une telle assurance peut être souscrite auprès de tout organisme au choix du concurrent.

NB : les évacuations hélicoptérées en Suisse sont payantes.

22. CLASSEMENTS ET RÉCOMPENSES

- Pour la LG, LG Half, la LG Express, la LG Urban Trail et la LG Kids un classement général homme et femme ainsi qu'un classement pour chaque catégorie seront établis.
- Pour la LG Relais 4 et la LG Challenge, un classement général sera établi.
- Pour la LG Walking, les coureurs ne seront pas classés mais seront chronométrés.

Tous les coureurs recevront un prix souvenir

23. DROIT À L'IMAGE

Tout concurrent participant à une des épreuves du LG Trail renonce expressément à se prévaloir du droit à l'image durant l'épreuve, comme il renonce à tout recours à l'encontre de l'organisateur et de ses partenaires agréés pour l'utilisation faite de son image.

24. PROTECTION DES DONNÉES

Conformément à la loi fédérale sur la protection des données du 19 juin 1992, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification aux données personnelles vous concernant.

En s'inscrivant à une des épreuves du LG Trail, les coureurs acceptent que leur nom, adresse et numéro de dossard puissent être transmis aux photographes. Les coordonnées des coureurs peuvent également être connues par la publication de la liste des inscrits/départs et des résultats.

L'organisateur s'interdit de céder le fichier des participants à des fins commerciales. L'organisateur se réserve toutefois le droit d'utiliser les données des participants afin de promouvoir une prochaine édition de l'épreuve. En cas de désaccord à l'une ou l'autre des conditions précitées, le participant avertira l'organisateur par écrit au plus tard 10 jours avant la manifestation.

