

Règlement Les 3 Solidaires

1 Art.1 – Organisateur et Assurance

1.1 L'Association Maison Sport Santé Alprech organise le triathlon Les 3 Solidaires. Une assurance responsabilité civile est contractée auprès d'un assureur.

1.2 Site internet de la manifestation : www.mssalprech.fr, onglet Les 3 Solidaires

1.3 Contacts : Guillaume Bertoux, mss@mss-alprech.fr, 06/12/37/03/32

2 Art.2 – Inscriptions – Pièces à fournir.

2.1 Conditions d'inscription :

2.1.1 Cette manifestation est ouverte à toute personne en bonne santé pour la pratique du longue côte, du vélo électrique ou non et de la marche nordique.

2.1.2 **Les participants du longue cote signent une attestation disponible au moment de l'inscription**

2.1.4 Les participants mineurs sont autorisés à partir de 14 ans. Ils devront présenter une autorisation parentale. Ils ne sont pas autorisés à réaliser le relai longue Côte. Les mineurs seront accompagnés d'un adulte de leur équipe sur le parcours de vélo ou de marche nordique.

2.1.5 Tout concurrent doit être couvert par une assurance individuelle accident et une responsabilité civile.

2.1.6 Date limite d'inscription : dimanche 13 septembre 2026 à 23h59.

2.2 Droits d'inscription :

2.2.1 Frais d'inscription : Les droits d'inscription pour l'équipe sont de 45 euros (hors frais de plateforme).

2.3 Déroulement de la manifestation :

2.3.1 Date : Dimanche 20 septembre 2026

2.3.2 Lieu : Base de voile du Portel

2.3.3 Horaires :

2.3.3.1 Accueil des participants 8h00

2.3.3.2 Départ du 1^{er} relai, longue côte, 9h00

2.3.3.3 Fin de l'épreuve 12h30

2.3.3.4 Collation à la base de voile à l'arrivée

2.4 Inscriptions :

2.4.1 L'inscription est uniquement possible via la plateforme d'inscription Adeorun. La totalité des bénéfices seront reversés à l'Association d'Axel

2.4.2 L'attestation parentale est à fournir impérativement.

3 Le déroulement des ateliers :

3.1 Distances et durées approximatives :

3.1.1 Longe côte, 800m : 45' à 1h

3.1.2 vélo : 15km, environ 60 minutes

3.1.3 Marche nordique : 5km, 1h à 1h15 minutes

3.2 Le triathlon se déroulent en équipe de deux ou de trois personnes. Un relai a lieu à chaque changement d'épreuve. Les relayeurs se taperont dans la main pour valider le changement

3.3 L'organisation se réserve le droit de modifier le parcours pour des raisons de sécurité ou des raisons climatiques. Les participants devront alors suivre les nouvelles consignes.

3.4 Le parcours sera indiqué aux participants lors du briefing avant le départ.

3.5 L'organisation se réserve le droit d'interdire le départ sur une section à un concurrent en cas de problème de santé ou de fatigue trop important, constaté par l'équipe de secours présente sur l'organisation »

3.6 Certains ateliers se déroulent sur des voies ouvertes à la circulation. Les concurrents sont tenus de respecter le code de la route. Le port du casque est obligatoire pour l'atelier vélo.

3.7 Chronométrage : Cette manifestation est une randonnée sous la forme d'un triathlon avec relai. Aucune notion de temps n'est imposée aux participants. Il n'y aura pas de classement.

3.8 Abandon : Toute équipe désirant stopper pour une raison ou pour une autre le triathlon doit impérativement en informer l'organisation.

4 Assistance médicale et sécurité :

4.1 Pour ce qui concerne l'organisation : Un service médical est assuré par un poste de secours, composé de secouristes postés au départ et sur les différents sites où sont organisés les ateliers, de 9h00 à 12h30. Sur la route, les signaleurs bénévoles pourront assurer la protection de passages dans les carrefours notamment pour l'épreuve vélo.

Ensuite, les participants doivent scrupuleusement respecter le code de la route. Les organisateurs sont couverts en responsabilité civile par une police d'assurance.

4.2 Pour ce qui concerne le concurrent: Le port du casque est obligatoire sur l'épreuve de vélo. Chaque coureur participe sous sa propre responsabilité et doit veiller à être en bonne condition physique et pleinement conscient des risques inhérents à la pratique des disciplines sportives dans un milieu

naturel. Mais il peut à tout moment durant le déroulement de l'épreuve demander une assistance ou un avis médical. Attention la route reste ouverte à la circulation, les relayeurs ne sont pas prioritaires : respect du code de la route.

5 Matériel Obligatoire et fourni :

5.1 Matériel obligatoire :

5.1.1 Par personne :

5.1.1.1 1 vélo (VTT, VTC, ...)

5.1.1.2 1 casque norme CE EN 1078.

5.1.2 Par équipe :

5.1.2.1 Ravitaillement solide et liquide pour en suffisance pour l'équipe.

5.1.2.2 1 tenue de longue côte

5.1.2.3 1 téléphone en état de marche.

5.2 Matériel conseillé

5.2.1 Matériel de réparation de vélo.

5.2.2 Une tenue adaptée aux conditions météorologiques.

6 L'esprit des 3 Solidaires :

6.1 Le but est de permettre à des personnes de niveau sportif différent de réaliser un triathlon en relais et de réussir collectivement cette épreuve.

Nous récolterons des fonds pour l'association d'Axel qui œuvre pour une autonomie la plus complète d'une personne en situation de handicap.

L'esprit sportif de cette manifestation passe par le respect de l'environnement et la courtoisie envers les concurrents et les bénévoles.

7 Vol – Vandalisme :

7.1 L'organisation décline toute responsabilité en cas de casse, de perte, de vols ou accidents susceptibles de se produire pendant l'épreuve. En aucun cas, un concurrent ou un accompagnateur ne pourra faire valoir de droit quelconque vis-à-vis de l'organisation, le simple fait de participer impliquant la connaissance et le respect du présent règlement.

8 Droit à l'image :

8.1 Droit à l'image : Les participants autorisent l'organisateur à les prendre en photo et renoncent à faire valoir tout droit à l'image. Ils autorisent la publication de ces photos sur internet et leur utilisation possible sur des affiches ou tracts pour des manifestations futures.