

FAQ 6^{ème} TRAIL DU SOLEIL LEVENS



SOMMAIRE

SOMMAIRE.....	1
I SE RENDRE AU TRAIL DU SOLEIL LEVENS.....	2
II HORAIRES ET ETAPES.....	2
III KILOMETRAGE ET DENIVELE	3
IV RECOMPENSES ET REMISE DES PRIX.....	3
V MATERIEL NECESSAIRE.....	4
VI RAVITAILLEMENTS.....	4
VII DEJEUNER	5
VIII ARRIVEE	5
IX CONDITIONS D'INSCRIPTION.....	5
X CHANGEMENT DE PARCOURS.....	5
XI VISUALISATION DES PARCOURS.....	5
XII CONTACTS EN CAS DE BLESSURE OU D'URGENCE.....	6
XII CONTACTS EN CAS DE FORCE MAJEURE.....	6
XIII REMARQUE.....	6

I SE RENDRE AU TRAIL DU SOLEIL LEVENS

• **En covoiturage** : dans une démarche écologique, vous pouvez partager une voiture avec d'autres participants du Trail en vous connectant sur Ridygo (www.ridygo.fr).

• **En bus** : il suffit de prendre le **bus 19** qui part de l'arrêt Vauban à Nice et qui va en direction de Levens. (<https://www.lignesdazur.com/ftp/lines/191202-ligne-19web.pdf>)

Arrêt : Ecole Saint Roch

- Pour la randonnée (9,5 km) : départ de Vauban à **7h25** pour une arrivée à 8h30.

L'épreuve débutera à **9h**.

- Pour le parcours de l'Ours (28,8 km) : départ de Vauban à **7h25** pour une arrivée à 8h30. L'épreuve débutera à **9h30**.

- Pour le parcours du Dragon (15,4 km) : départ de Vauban à **8h30** pour une arrivée à 9h30. L'épreuve débutera à **10h30**.

- Pour le parcours de la Loutre (6,3 km) : départ de Vauban à **8h30** pour une arrivée à 9h30. L'épreuve débutera à **11h**.

• En voiture : le rendez-vous a lieu à **l'école maternelle des Oliviers**, à côté du gymnase du Rivet à Levens. Un organisateur sera présent pour vous indiquer où vous garer. Attention les places sont limitées, pensez aux transports en commun !

En raison des conditions sanitaires, les départs se feront en différé sur une fenêtre de 10 minutes pour éviter tout rassemblement. Il vous est donc demandé de vous présenter à l'heure afin de pouvoir respecter les consignes sanitaires.

II HORAIRES ET ETAPES

• **Chaque parcours a son propre horaire de départ :**

- Pour la randonnée pédestre du Soleil, le départ se fera à **9h**.

- Pour le parcours de l'Ours, le départ se fera à **9h30**.

- Pour le parcours du Dragon, le départ se fera à **10h30**.

- Pour le parcours de la Loutre, le départ se fera à **11h**.

Les départs se feront en différé sur **une fenêtre de 10 minutes** pour éviter les rassemblements de personnes : le chronomètre se déclenchera individuellement au passage de la ligne de départ. Un briefing sécurité aura lieu 10 minutes avant le départ.

• A votre arrivée sur le village de départ : check matériel et retrait des dossards, accès aux toilettes et à la "bagagerie".

Pas d'accès ni aux vestiaires, ni aux douches

• 7h30 : début du retrait des dossards. Il se terminera à 10h30.

Attention : il n'y a **pas d'inscription sur place** et les **dossiers doivent être complets avant le 6 février inclus** (si ce n'est pas le cas, le participant ou la participante se verra refuser le départ).

- **Barrières horaires** : tout coureur encore en course au moment du dépassement de la barrière horaire sera disqualifié.
- Parcours de l'Ours : **15h30**
- Parcours du Dragon : **13h30**
- Parcours de la Loutre : **13h**

III KILOMETRAGE ET DENIVELE

Parcours de l'Ours	Parcours du Dragon	Parcours de la Loutre	Randonnée pédestre du Soleil
28,8 km	15,4 km	6,3 km	9,5 km
1737 m D+	935 m D+	263 m D+	380 m D+

IV RECOMPENSES ET REMISE DES PRIX

La remise des prix aura lieu selon les arrivées de chaque parcours afin de limiter les rassemblements. Cette année, les récompenses sur le podium seront les suivantes :

- 3x3 Scratch masculin et féminin / 3x1 Senior masculin et féminin
- 3x1 M1 Masculin et féminin / 3x1 M2 Masculin et féminin / 3x1 M3 Masculin et féminin
- 3x1 Espoir masculin et féminin / 2x1 Junior masculin et féminin

La présence des participants récompensés à la remise des prix est obligatoire. En cas d'absence, les prix seront acquis par l'organisateur. La répartition des dotations est à la libre appréciation de l'organisateur. De plus, il n'y aura pas de cumul des récompenses pour le coureur en cas de podium pour sa catégorie et pour le scratch.

V MATERIEL NECESSAIRE

+ En raison des conditions sanitaires il est nécessaire de se présenter avec plusieurs masques de protection et du gel hydroalcoolique.

Matériel obligatoire	Matériel conseillé	Matériel fourni par l'organisation
<ul style="list-style-type: none"> ❖ Veste coupe-vent / imperméable à manche longue ❖ Une casquette, bonnet ou tour de cou pour se couvrir la tête en fonction des conditions climatiques ❖ Sifflet ❖ Une réserve d'eau (minimum 0,5 L) ❖ Un téléphone portable chargé ainsi qu'une batterie externe ❖ Masques faciaux + gel hydroalcoolique 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Barres ou gel énergétiques 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Le dossard propre porté de façon visible ❖ La puce électronique

VI RAVITAILLEMENTS

• **Pour la randonnée du Soleil (9,5km) :**

- Un ravitaillement complet à l'arrivée

• **Pour le parcours de la Loutre (6,3km) :**

- Un ravitaillement complet à l'arrivée

• **Pour le parcours du Dragon (15,4km) :**

- Un ravitaillement eau situé au km n°6

- Un premier ravitaillement complet situé au km n°8

- Un ravitaillement complet à l'arrivée

• **Pour le parcours de l'Ours (28,8km) :**

- Un premier ravitaillement eau situé au km n°6

- Trois ravitaillements complets situés au km n°11,5, au n°18 et au n°21,5

- Un ravitaillement complet à l'arrivée

En fonction des conditions météorologiques, un ravitaillement eau pourra être rajouté a 3,5km de l'arrivée pour les parcours de 15,4km et 28,8km.

En fonction des conditions sanitaires, certains ravitaillements pourront être supprimés.

VII DEJEUNER

La traditionnelle pasta-party d'arrivée est remplacée par un grand ravitaillement en raison des conditions sanitaires.

VIII ARRIVEE

Le départ et l'arrivée se feront au même endroit, à l'École Maternelle Les Oliviers, juste en dessous du Gymnase du Rivet (Nord de Levens). L'arrêt pour le bus 19 en provenance de Nice Vauban est **Ecole Saint Roch**.

IX CONDITIONS D'INSCRIPTION

- **Age**

Tous les participants doivent avoir **16 ans** révolus au 6 février 2021 pour le parcours de **6,3km**, **18 ans** révolus pour le parcours de **15,4km**, et **20 ans** pour le parcours de **28,8km**.

- **Documents à fournir**

Tout participant dont le dossier d'inscription ne sera pas complet avant le 6 février inclus se verra refuser le départ.

Les concurrents non licenciés fournissent, à leur inscription, **un certificat médical de moins d'un an** au jour de la course avec la notification spécifique de **non-contre-indication à la pratique de la course à pied / trail**. Les concurrents licenciés FFA, Pass'Running, FF Triathlon, FFCAM compétition, ou licenciés avec la mention athlétisme pour FSGT, UFOLEP, FSCF doivent fournir leur licence en cours de validité.

Vous devez présenter ces documents lors de la constitution du dossier sur internet avant le 6 février dernier délai.

X CHANGEMENT DE PARCOURS

Le changement de parcours le jour J n'est pas possible.

XI VISUALISATION DES PARCOURS

Vous pouvez retrouver la présentation des différents parcours sur le site : <https://www.raidedhec.com/trail/presentation/#parcours>

XII CONTACTS EN CAS DE BLESSURE OU D'URGENCE

- La **Croix Rouge** présente tout au long du parcours et à l'arrivée.
- Un **médecin**, présent sur le village d'arrivée.

XII CONTACTS EN CAS DE FORCE MAJEURE

Thomas Barge, directeur de l'événement et président de l'association : **06 67 26 50 26**

Alexandre Marchegay, directeur de course : **06 16 56 08 79**

Florian Girardi, directeur de course adjoint : **07 88 63 41 88**

Charlotte Gastineau, responsable logistique : **07 81 76 88 31**

XIII REMARQUE

Chaque participant est tenu de porter assistance à un autre coureur s'il le voit en difficulté lors de la course.