

FAQ 9^{ème} TRAIL DU SOLEIL LEVENS

SOMMAIRE

SOMMAIRE.....	1
I COMMENT SE RENDRE AU TRAIL DU SOLEIL LEVENS ?	1
II QUELLES SONT LES HORAIRES ET LES ETAPES ?	2
III QUELS SONT LES KILOMETRAGES ET DENIVELES DES PARCOURS ?	3
IV QUELLES RECOMPENSES ?	3
V QUEL EST LE MATERIEL NECESSAIRE ?	4
VI COMMENT PUIS-JE ME RAVITAILLER SUR LES PARCOURS ?	4
VII DEJEUNER	5
VIII OU SE TROUVENT LE DEPART ET L'ARRIVEE ?	5
IX QUELLES SONT LES CONDITIONS D'INSCRIPTION ?	5
X CHANGEMENT DE PARCOURS	6
XI VISUALISATION DES PARCOURS	6
XII QUI CONTACTER EN CAS DE BLESSURE OU D'URGENCE ?	7
XII QUI CONTACTER EN CAS DE FORCE MAJEURE ?	7
XIII REMARQUE	7

I. COMMENT 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. **Arrêt : Jeu de boules.**

Nous vous invitons à vérifier les horaires suivants sur <https://www.lignesdazur.com/itineraires>, au cas où ils auraient été modifiés :

- 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 (30 km) : départ de Vauban à **7h25** pour une arrivée à 8h30.
L'épreuve débutera à **9h30**.
- Pour le parcours du Dragon (16 km) : départ de Vauban à **8h30** pour une arrivée à 9h30.
L'épreuve débutera à **10h30**.
- Pour le parcours de la Loutre (6 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 Les Oliviers**, à côté du gymnase du Rivet à Levens. Attention les places sont limitées, pensez aux transports en commun et au covoiturage !

Nous vous invitons à vous présenter en avance afin d'éviter que le check d'entrée soit surchargé.

II. QUELS SONT LES HORAIRES ET LES 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**.

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".

Des vestiaires ainsi que des douches seront à votre disposition, le port du masque y est obligatoire en cas de retour des mesures sanitaires.

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

Nous proposons **trois options pour que vous retiriez votre dossard avant la course** (nous n'accepterons pas le retrait par procuration) :

- Vendredi 24 novembre sur le campus de l'EDHEC Business School Nice (393 Promenade des Anglais) de 12h à 17h30
- Samedi 25 novembre sur le campus de l'EDHEC Business School Nice (393 Promenade des Anglais) de 7h45 à 12h30

- Samedi 25 novembre à Levens devant le Gymnase du Rivet de 14h30 à 20h

Attention : il n'y a **pas d'inscription sur place** et les **dossiers doivent être complets avant le 25 novembre 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 : **16h30**
- Parcours du Dragon : **14h30**
- Parcours de la Loutre : **13h**
- **Heure de départ:** tout coureur qui ne partirait pas dans la fenêtre horaire prévue sera disqualifié et ne sera plus sous la responsabilité de l'association.

III. QUELS SONT LES KILOMETRAGES ET DENIVELES DES PARCOURS ?

Parcours de l'Ours	Parcours du Dragon	Parcours de la Loutre	Randonnée du Soleil
30 km	16 km	6 km	9,5 km
1800 m D+	900 m D+	250 m D+	380 m D+

IV. QUELLES RECOMPENSES ?

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 :

Pour le parcours de la Loutre (6 km) :

- Les 3 premiers du scratch masculin et féminin
- Le premier des catégories (H/F) suivantes : Cadet/Junior, Espoir, Senior, M0/I, M2/3, M4/M5, M6/M7

• Pour le parcours du Dragon (16 km) :

- Les 3 premiers du scratch masculin et féminin
- Le premier des catégories (H/F) suivantes : Junior, Espoir, Senior, M0/I, M2/3, M4/M5, M6/M7

• Pour le parcours de l'Ours (30 km) :

- Les 3 premiers du scratch masculin et féminin
- Le premier des catégories (H/F) suivantes : Espoir, Senior, M0/1, M2/3, M4/M5, M6/M7

Les récompenses par catégories ne sont pas cumulables avec les récompenses des classements scratch. Le classement scratch est privilégié.

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. QUEL EST LE MATERIEL NECESSAIRE ?

+ En cas de retour des mesures sanitaires, il est nécessaire de se présenter avec plusieurs masques de protection et du gel hydroalcoolique. Les mesures gouvernementales seront appliquées.

Matériel obligatoire	Matériel conseillé	Matériel fourni par l'organisation
<ul style="list-style-type: none"> - Veste coupe-vent / imperméable à manches longues - Une casquette, bonnet ou tour de cou pour se couvrir la tête en fonction des conditions climatiques - Une réserve d'eau (min 0,5 L) - Un téléphone portable chargé - Si retour des mesures sanitaires : masques faciaux + gel hydroalcoolique 	<ul style="list-style-type: none"> - Barres ou gels énergétiques - Une batterie externe - Un sifflet 	<ul style="list-style-type: none"> - Le dossard propre porté de façon visible - La puce électronique

VI. COMMENT PUIS-JE ME RAVITAILLER SUR LES PARCOURS ?

- **Pour la randonnée du Soleil (9,5km) :**
- Un ravitaillement complet à l'arrivée

- **Pour le parcours de la Loutre (6 km) :**

- Un ravitaillement complet à l'arrivée

- **Pour le parcours du Dragon (16 km) :**

- 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 (30 km) :**

- 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 à 3,5km de l'arrivée pour les parcours de 16 km et 30 km.

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

VII. DEJEUNER

À l'arrivée, vous trouverez un grand ravitaillement salé et sucré. Vous aurez également accès à un repas à côté de la buvette partager un moment convivial avec les autres participants.

VIII. OU SE TROUVENT LE DEPART ET L'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. QUELLES SONT LES CONDITIONS D'INSCRIPTION ?

- **Age**

Tous les participants doivent avoir **16 ans** révolus au 31 décembre 2023 pour le parcours de **6 km**, **18 ans** révolus pour le parcours de **16 km**, et **20 ans** pour le parcours de **30 km**.

- **Documents à fournir**

Tout participant dont le dossier d'inscription ne sera pas complet avant le 25/11/2023 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 en compétition**. 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 25 novembre dernier délai.

X. CHANGEMENT DE PARCOURS

Si vous souhaitez passer sur un parcours plus court, l'organisation remboursera la différence au jour de la prise en compte de votre inscription sur le premier parcours, moins une participation de 3€ au titre des frais de dossier. Aucun changement ne sera effectué après **le 19 novembre 2023**.

Si vous souhaitez passer sur un parcours plus long, vous devrez régler la différence de prix entre les deux courses au jour de la date de prise en compte de votre inscription. Une participation de 3€ vous sera demandée au titre des frais de dossier. Aucun changement ne sera effectué après **le 19 novembre 2023**.

Il est évident que si vous êtes disqualifié(e) pendant le Trail du Soleil Levens, aucune somme ne vous sera remboursée.

Les changements de parcours ne sont pas possibles le jour J.

XI. VISUALISATION DES PARCOURS

Vous pouvez retrouver la présentation des différents parcours sur le site : <https://raidedhec.com/index.php/trail-du-soleil-levens/>

XII. QUI CONTACTER EN CAS DE BLESSURE OU D'URGENCE ?

- Les **Secouristes** présents tout au long du parcours et à l'arrivée.
- Un **médecin**, présent sur le village d'arrivée.
- Un **ostéopathe**, présent sur le village d'arrivée.
- Le **SAMU**

Prévenir la direction de la course en cas de blessure demandant une intervention, et un retrait de la course.

XII. QUI CONTACTER EN CAS DE FORCE MAJEURE ?

Guillaume Vacheron, directeur de l'événement et président de l'association : **06 89 16 39 88**

Antoine Schvartz, directeur de course : **06 24 67 55 03**

Anna Grumeau, responsable logistique : **07 81 30 45 08**

XIII. REMARQUE

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