

LA VERTICALE
DE LA LOGE DES GARDES
Edition 2023

Commune de LAPRUGNE
LE 30 SEPTEMBRE 2023

REGLEMENT GENERAL du TRAIL / VERTICALE ORIGINALE
3 COURSES

ORGANISATION

L'Amicale du Centre de Secours des Sapeurs-Pompiers de Laprugne (association loi 1901) et l'UDSP (Union Départementale des Sapeurs-Pompiers de l'Allier) organisent au profit de la commissions solidarités/orphelins des Sapeurs-Pompiers de l'Allier, 3^{ième} édition de la VERTICALE DE LA LOGE DES GARDES - Laprugne (03250)

Les inscriptions se font par internet et le retrait des dossards aura lieu à la caserne des Sapeurs-Pompiers de Laprugne le SAMEDI 30 SEPTEMBRE 2023 de 6h30 à 8h45

Il est possible de s'inscrire avant le départ le samedi 30 septembre. Le bulletin d'inscription sera disponible au centre de secours. Vous devez fournir le justificatif médical ou la licence FFA. Paiement possible par CB ou chèque à l'ordre de : Amicale des Sapeurs-Pompiers de Laprugne

RESTAURATION ET ESPACES COMMUNS

Un espace restauration (produits du terroir), plateaux repas, boissons chaudes et froides seront proposées pour les coureurs et accompagnants dès 7h du matin et tout au long de la journée.

Des toilettes et des vestiaires seront à disposition des coureurs contre « bons soins »

N°1 = LE TRAIL COURT de la Verticale = Le Trail des Pierres du jour

Distance 14 km / dénivelé positif de 700 m D+

Cette course de moyenne montagne emprunte le tracé original de la Verticale et un chronométrage intermédiaire sera réalisé à l'arrivée de la Verticale « Originale » 2019 pour tous les concurrents du trail court.

Le trail se déroule sur un parcours balisé

Le départ se situe devant la caserne des Sapeurs-Pompiers de Laprugne sur la D477 - départ donné à 09h00 - le tracé descend vers le lieu-dit « Le Moulin Côte » pour commencer l'ascension à l'intersection de la D477, à 588 m d'altitude. Le trail suit le tracé de la Verticale Originale.

A l'intersection de la Route Sainte-Marie : Relais 1 avec ravitaillement sec et liquide.

L'ascension se poursuit jusqu'au point culminant de ce versant à 1150m point nommé les Pierres du jour

Au km 10 : Relais 2 avec ravitaillement sec et liquide

Arrivée km 14 devant la caserne des Sapeurs-Pompiers

Départ et arrivée : Le départ sera donné groupé: altitude de départ 695 m / altitude d'arrivée 695 avec point bas à 588m d'altitude et point culminant à 1050m d'altitude. Départ donné par le chronométrateur, les concurrents groupés derrière l'arche de départ. Le chronométrage s'effectue par puces. Pour être chronométré le coureur doit obligatoirement passer sous l'arche au départ et à l'arrivée.

Cette épreuve est ouverte à toute personne née en 2008 et avant.

2 ravitaillements sont à disposition

Délai maximal autorisé RELAIS 1 = 11h15 / RELAIS 2 = 12h / arrivée caserne = 12h45

A l'arrivée ravitaillement sec et liquide

N°2 = LE TRAIL LONG de la Verticale

Distance de 27 km / dénivelé positif de 1050m D+

Cette course de moyenne montagne emprunte le tracé original de la Verticale et un chronométrage intermédiaire sera réalisé à l'arrivée de la Verticale Originale 2019 pour tous les concurrents du Trail Long.

Le trail se déroule sur un parcours balisé

Le départ se situe à 695 m d'altitude devant la caserne des Sapeurs-Pompiers de Laprugne sur la D477 - départ donné à 09h00 : le tracé descend vers le lieu-dit « Le Moulin Côte » pour commencer l'ascension à l'intersection de la D477, à 588 m d'altitude,

Le trail suit le tracé de la Verticale Originale version 2019. Chronométrage intermédiaire réalisée à l'arrivée de la Verticale.

A l'intersection de la Route Sainte-Marie : Relais 1 avec ravitaillement sec et liquide

L'ascension se poursuit jusqu'au point culminant 1150m point noté les Pierres du jour

Au km 10 = Relais 2 avec ravitaillement sec et liquide

Au km 14 = passage devant la caserne des Sapeurs-Pompiers : R0 avec ravitaillent sec et liquide

Au Km 19 : R3 = ravitaillement sec et liquide

Au Km 24 : R4 = ravitaillement sec et liquide

Départ et arrivée : Le départ sera donné groupé : altitude de départ 695 m / altitude d'arrivée 695 avec point bas à 588m d'altitude. Départ donné par le chronométrateur, les concurrents groupés derrière l'arche de départ. Le chronométrage s'effectue par puces. Pour être chronométré le coureur doit obligatoirement passer sous l'arche au départ et à l'arrivée.

A l'arrivée, ravitaillement sec et liquide

Cette épreuve est ouverte à toute personne née en 2008 et avant

4 ravitaillements sont à disposition

Délai maximal autorisé :

RELAIS 1 = 11h15 /RELAIS 2 = 12h / RELAIS R0 CASERNE = 12h45 / RELAIS 3 = 13h15 / RELAIS 4 = 13h45 / RETOUR CASERNE = 14h

N°3 = LA VERTICALE de La Loge des Gardes / VERSION ORIGINALE

Distance 5km / dénivelé 500D+ (montée sèche 3.2 km/500D+)

Course de moyenne montagne. Le tracé de cette verticale est référencé au niveau national sous l'intitulé Verticale «Terrenoire-Le Dételau », distance de l'ascension 3.2 km de montée sèche avec 500D+

+ 1.8 km de course d'approche : le départ de la course sera donné devant la caserne de Laprugne.

La Course se déroule sur un parcours balisé : le départ se situe à 695 m d'altitude devant la caserne des Sapeurs-Pompier de Laprugne sur la D477

Le tracé descend vers le lieu-dit « Le Moulin Côte » pour commencer l'ascension sèche à l'intersection de la D477 , à 588 m d'altitude, l'arrivée se trouve à 1091 m d'altitude au lieu-dit « la Pierre druidique » à La Loge des Gardes.

Cette épreuve est ouverte à toute personne née en 2008 et avant. Elle se déroule en totale autonomie, avec ravitaillement unique à l'arrivée. Le Délai maximal autorisé de la course est 2h15.

Le retour au village s'effectuera par un service de VTP mise à la disposition unique des concurrents de la Verticale, ou à pied, en empruntant le parcours du 14 Km en prenant garde de ne pas gêner les derniers concurrents encore en course. Si vous emprunter un chemin différent pour descendre, l'organisation ne pourra pas assurer votre sécurité.

Départ donné à 09:00

Altitude de départ 695 m / altitude d'arrivée 1091m avec point bas à 588m d'altitude.

Départ donné groupé par le chronométrateur, les concurrents devront être groupés derrière l'arche de départ, pour être chronométré, le coureur doit obligatoirement passer devant le chronométrateur d'arrivée. Le Chronométrage s'effectue manuellement, chronométrage unique et groupé au départ et chronométrage individuel à l'arrivée. Attention, les 2 trails de 14 et 27 km empruntent aussi le tracé de la Verticale, il est demandé aux coureurs inscrits à la Verticale « Originale » de ne pas gêner la poursuite des 2 autres courses au niveau de l'arrivée de la montée sèche.

A l'arrivée le Relais 1 proposera ravitaillement sec et liquide

EQUIPEMENT MATERIEL OBLIGATOIRE / CONSEILLE

Un téléphone portable recommandé, un sifflet recommandé, 50 cl d'eau minimum, des épingles à nourrice pour les dossards, les bâtons sont autorisés. Nous recommandons au coureur de s'équiper d'un sac à dos ou sac banane et de barres énergétiques

RESPECT DE LA NATURE

Merci de préserver la faune et la flore en ne laissant aucun déchet derrière vous pendant la course. Le parcours de la course traverse un site protégé et classé. Les gobelets et autres débris doivent être jetés aux emplacements matérialisés à cet effet situés aux différents points de ravitaillement et à l'arrivée des courses.

CATEGORIES ET CLASSEMENT MASCULIN ET FEMININ

<u>U18 Cadets</u>	<u>CA</u>	<u>16 à 17 ans</u>	<u>2007 à 2008</u>
<u>U20 Juniors</u>	<u>JU</u>	<u>18 à 19 ans</u>	<u>2003 à 2006</u>
<u>U23 Espoirs</u>	<u>ES</u>	<u>20 à 22 ans</u>	<u>2000 à 2004</u>
<u>Séniors</u>	<u>SE</u>	<u>23 à 34 ans</u>	<u>1990 à 2001</u>
<u>Masters</u>	<u>MA</u>	<u>35 ans et +</u>	<u>1989 et avant</u>

RECOMPENSES

Les remises des prix à lieu à la Caserne des Sapeurs-Pompiers de Laprugne.

Les horaires des remises des prix seront affichés au bureau des inscriptions le jour de la course.

Des récompenses seront attribuées aux 3 premiers des classements scratch Hommes et femmes

Pour les 3 courses

Trail court de la Verticale = 14 km = 3 premiers hommes et 3 premières Femmes

Trail long de la Verticale = 27 km = 3 premiers Hommes et 3 premières Femmes

La course Verticale Originale = 5 km = 3 premiers hommes et 3 premières femmes

Trophée spécial YVAN BIZET RECOMPENSE PREMIER HOMME

RECOMPENSE PREMIERE FEMME

Les coureurs de l'ensemble des 3 courses pourront prétendre à ce trophée, car un classement intermédiaire sera réalisé à l'arrivée de la Verticale Originale pour le Trail court et le Trail long

Ce trophée particulier est un hommage à Yvan Bizet, grand gagnant de la première édition de la Verticale en 2019, ce jour-là, il avait couru pour l'Oeuvre des pupilles des Sapeurs-Pompiers de l'Allier.

Yvan Bizet était connu dans l'univers de la course à pied pour son magnifique palmarès et pour ses valeurs humaines, Yvan nous a malheureusement quitté et la Verticale de La Loge des Gardes avait été sa dernière course, c'est en accord avec sa famille que nous avons créé ce trophée.

SECURITE

L'organisation assure la mise en place de tous les moyens possibles permettant de garantir la sécurité des coureurs et du public présents dans le cadre de l'épreuve

Des équipages de sapeurs-pompiers-secouristes seront disposés sur le parcours sur les points « S » = SECURITE et « R » RELAIS

La Verticale Originale = 5km 500 D+

5 postes de secours (S)

S2 la croix girardier / S3 le Moulin côte / S4 Terrenoire / S51 le calvaire + S52 Le Detalau / arrivée VERTIVALE SECHE
R1 = relais + POSTE DE SECOURS

Trail COURT de la Verticale = Trail des Pierres du Jour = 14km / 700 MD+

8 postes de secours (S)

S2 la croix girardier / S3 le Moulin côte / S4 Terrenoire / S51 le calvaire + S52 Le Detalau / arrivée VERTIVALE SECHE
R1 / R2+ S Charrier/ S6 1 S6 2 Moulin Gitenay / S1 + R0 caserne Arrivée = PC Course / POSTE MEDICAL

Trail LONG de la Verticale = 27km / 1050 M D+

13 postes de secours (S)

S2 la croix girardier / S3 le Moulin côte / S4 Terrenoire / S51 le calvaire + S52 Le Detalau / arrivée VERTIVALE SECHE
R1 / R2+ S Charrier/ S6 1 S6 2 Moulin Gitenay / S1 + R0 caserne / S7 Carrefour Laprugne /S8 route du vernois/ R3
Roc du Gabelous / S9 Le Mousserin/ R4 Le Chaffour / RO retour caserne = PC Course /poste Médical

L'ensemble des postes de secours sont destinés à porter assistance à toute personne en danger. Un coureur en difficulté ou sérieusement blessé doit faire appel aux secours : en se présentant à un poste de secours, en appelant le PC course (le numéro sera fourni aux concurrents au retrait des dossards) ou en demandant à un autre coureur de prévenir les secours. En cas d'impossibilité de joindre le PC course ou un contrôleur, les concurrents pourront appeler directement le 18 ou le 112 mais seulement en cas d'urgence vitale. Il appartient à chaque coureur de porter assistance à toute personne en danger et de prévenir les secours.

Pour la sécurité des coureurs, les chiens présents le long du parcours doivent être tenus en laisse. Il est interdit de prendre le départ avec un chien, qu'il soit attaché ou non.

À tout moment, l'organisation de la course se réserve le droit de modifier le parcours ou les horaires de l'épreuve, ceci afin de permettre aux participants de courir en toute sécurité, notamment en cas de conditions météorologiques difficiles.

L'organisation se réserve en outre le droit d'annuler l'épreuve en cas de force majeure, de décisions gouvernementales, ou départementales.

Il sera demandé aux participants de respecter les protocoles sanitaires départementaux en vigueur le jour de l'événement, l'organisation se réserve également le droit d'annuler l'épreuve pour tout autre motif qui mettrait la vie des coureurs en danger, dans tous ces cas aucun remboursement ne pourra être demandé.

Détails INSCRIPTION

La participation à La Verticale de La Loge des Gardes = les courses Verticale Originale/ Trail court/Trail Long sont soumises à la présentation obligatoire par le participant :

1. une licence Athlé compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running ou d'un Pass'running, délivré par la FF, en cours de validité à la date de la manifestation, ou d'une licence sportive en cours de validité à la date de la manifestation, délivrée par une fédération uniquement agréée, sur laquelle doit paraître, par tous moyens, la non contre-indication à la pratique de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, ou d'une licence compétition délivrée par la FFCO, la FFPM ou la FFTri, en cours de validité ou d'une licence délivrée par l'UNSS ou l'UGsel, en cours de validité à la date de la manifestation et dans la mesure où l'engagement est valablement réalisé par l'établissement scolaire ou l'association sportive scolaire.

2. ou pour les autres participants, d'un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de l'athlétisme en compétitions ou de la course à pied en compétition, datant de moins d'un an à la date de la compétition, ou de sa copie. Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la possession de certificat médical. L'inscription est jugée ferme et définitive uniquement après validation du cervical médial par les organisateurs.

3. Carte d'identité

Les inscriptions sont limitées à 249 personnes toutes courses confondues.

TARIFS

LA VERTICALE de la Loge des Gardes 5 km / 500 D+ = 20 €

LE TRAIL COURT DE LA VERTICALE « Trail des Pierres du jour » = 14 km /700 m D+ = 20 €

LE GRAND TRAIL DE LA VERTICALE = 27 km / 1050 m D+ = 30 €

Repas Produits locaux = 15 €

Il est fortement recommandé de réserver les repas en envoyant un chèque par courrier. L'achat sur place est possible, mais dépendra du nombre de repas disponibles.

DISQUALIFICATION

Un inscrit sera exclu de la course en cas de non-respect du règlement et des consignes de sécurité, en refusant d'obtempérer à un ordre du directeur de course, d'un responsable de point de contrôle ou de sécurité, d'un médecin ou d'un secouriste. L'organisation prendra des actions pour tout comportement inconvenant envers d'autres inscrits ou envers l'organisation. La tricherie (coupe de parcours, utilisation d'autres moyens de déplacement que la course à pied etc..) et le non-respect de l'environnement sont des causes d'exclusion.

ABANDON

Le coureur qui abandonne doit informer l'organisation par l'intermédiaire des commissaires, signaleurs, secouristes, personnes présente sur les postes de ravitaillement le plus proche, qui transmettront au PC course

ASSURANCE

L'organisation possède une assurance responsabilité civile spécifique à l'épreuve. Toutefois, les coureurs sont tenus d'être en possession d'une assurance individuelle accident. Il est rappelé qu'en cas d'évacuation sanitaire (ambulance, hélicoptère) ou en cas de dommages corporels, ces frais sont à la charge du coureur s'il n'est pas assuré. La participation à l'épreuve se fait sous l'entière responsabilité des coureurs avec renonciation à tout recours envers l'organisation quel que soit le dommage subi ou occasionné. Les licenciés FFA et FFTRI bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de contracter une assurance individuelle accident

DROIT A L'IMAGE

Les coureurs, par leur participation, autorisent la presse, l'organisation et les partenaires à exploiter sur tout support, les images et vidéos réalisées, sur lesquelles ils peuvent être visibles. Les résultats sont affichés lors de la remise des prix au PC course, sur la page Facebook de l'organisation, de l'UDSP, ainsi que sur la page Facebook du SDIS 03.

Amicale des Sapeurs-Pompiers de Laprugne
Union Départementale de Sapeurs-Pompiers de l'Allier