

## Règlement du Trail des Tordus 2020 - 12<sup>e</sup> édition

### 1. Présentation

La 12<sup>e</sup> édition du Trail des Tordus a lieu le dimanche 12 juillet 2020.

Lieu de départ et d'arrivée : Verzenay (51360) : 15km au sud de Reims – Boulevard de la République.

Retrait des dossards : Verzenay (51360) : 15km au sud de Reims – Boulevard de la République  
le samedi 11/07/2020 de 15h à 18h  
le dimanche 12/07/2020 de 6h à 30 minutes avant chaque départ

La compétition se déroule selon les règles sportives de la FFA (Fédération Française d'Athlétisme).

Au programme, 4 épreuves chronométrées : le Maxi Tordu (48km), le Tordu (24km), le Mini Tordu (12km), le Tordu Nordique (marche nordique 12km).

Epreuves ouvertes aux athlètes ayant une licence FFA en cours de validité : Athlé Compétition, Athlé Running, Athlé Entreprise ainsi que les Pass J'aime Courir.

Pour les coureurs non licenciés, obligation de présenter un certificat médical de non-contre-indication à l'athlétisme en compétition, ou de la course à pied en compétition, ou du sport en compétition, daté de moins d'un an au jour de l'épreuve (sauf pour les titulaires d'une licence des fédérations sportives agréées avec une des mentions notées, identiques au certificat médical).

Autorisation du tuteur légal pour les mineurs, sauf s'ils sont inscrits par un club FFA.

Il existe aussi 3 randonnées pédestres non chronométrées : la rando hard (24km), la rando cool (12km), la balade d'attente (6km). Il n'est pas nécessaire de présenter un certificat médical ou une licence pour ces participer à ces épreuves.

### 2. Epreuves chronométrées

**Les épreuves chronométrées sont limitées à 1500 dossards.**

**Le Maxi Tordu** : épreuve chronométrée, en semi-autosuffisance

Distance : 48km, sur 2 boucles distinctes avec passage à Verzenay à mi-parcours

Dénivelé : 1175m D+ (catégorie S km/effort 45-74)

Label Régional FFA

3<sup>e</sup> épreuve du Défi Trail Marnais (trail long) <https://www.facebook.com/defitrailsmarnais/>

Ouvert à partir de la catégorie Espoirs (nés en 2000 et avant)

Limité à 200 dossards

Horaire de départ : 8h00

Barrières horaires : fin boucle 1 (24km) = 3h30 / ravitaillement boucle2 (km35) = 5h15 / arrivée (48km) = 7h15

Matériel obligatoire : ceinture porte bidon, ou poche à eau, contenant au moins 50cl

Le non-respect de cette obligation peut entraîner une pénalité de 15mn

Matériel conseillé : téléphone portable, barres énergétiques, couverture de survie, sifflet

Tarif : 25€ jusqu'au 31/05/2020 à minuit, puis 30€ jusqu'au 05/07/2020 à minuit

Aucune inscription ne sera prise sur place

Ravitaillements : liquide sur boucle 1 (≈ km12), liquide et solide en fin de boucle 1 (24km) avec possibilité de laisser à l'avance un ravitaillement personnel, liquide sur boucle 2 (≈ km35), complet à l'arrivée (48km)

Récompenses : 1 tee-shirt technique, 1 bouteille de bière à l'arrivée, 1 verre de bière à l'arrivée

**Le Tordu** : épreuve chronométrée, en semi-autosuffisance

Distance : 24km, sur 1 boucle

Dénivelé : 600m D+ (catégorie XS km/effort 24-44)

Label National FFA, manche du Trail Tour National (ci-dessous règlement du TTN)

<https://www.athle.fr/asp.net/main.pdf/pdf.aspx?path=/reglement/trailnationaltour2020.pdf>

3<sup>e</sup> épreuve du Défi Trail Marnais (trail court) <https://www.facebook.com/defitrailsmarnais/>

**Organisation** : EFS Reims Athlétisme, 25 rue Raymond Poincaré, BP21, 51873, Reims Cedex 03

Ouvert à partir de la catégorie Espoirs (nés en 2000 et avant)

Limité à 600 dossards

Horaire de départ : 10h00

Barrières horaires : 4h00 (6km/h)

Matériel obligatoire : ceinture porte bidon, ou poche à eau, contenant au moins 50cl

Le non-respect de cette obligation peut entraîner une pénalité de 15mn

Matériel conseillé : téléphone portable, barres énergétiques, couverture de survie, sifflet

Tarif : 20€ jusqu'au 31/05/2020 à minuit, puis 25€ jusqu'au 05/07/2020 à minuit

Aucune inscription ne sera prise sur place

Ravitaillements : liquide (≈ km12), complet à l'arrivée

Récompenses : 1 tee-shirt technique, 1 bouteille de bière à l'arrivée, 1 verre de bière à l'arrivée

**Le Mini Tordu** : épreuve chronométrée, en semi-autosuffisance

Distance : 12km, sur 1 boucle

Dénivelé : 295m D+ (catégorie XXS km/effort <24)

Ouvert à partir de la catégorie Cadets (nés en 2004 et avant)

Limité à 600 dossards

Horaire de départ : 9h30

Matériel conseillé : ceinture porte bidon, ou poche à eau, contenant au moins 50cl, téléphone portable, barres énergétiques, couverture de survie, sifflet

Tarif : 15€ jusqu'au 31/05/2020 à minuit, puis 20€ jusqu'au 05/07/2020 à minuit

Aucune inscription ne sera prise sur place

Ravitaillements : liquide à mi-parcours, complet à l'arrivée

Récompenses : 1 tee-shirt technique, 1 verre de bière à l'arrivée (sauf enfants mineurs)

**Le Tordu Nordique** : épreuve de Marche Nordique chronométrée, en semi-autosuffisance

Distance : 12km, sur 1 boucle

Dénivelé : 295m D+

Ouvert à partir de la catégorie Cadets (nés en 2004 et avant)

Limité à 100 dossards

Horaire de départ : 9h00

Le pas de course est interdit, un bâton et un pied doivent toucher le sol à chaque instant

Matériel conseillé : ceinture porte bidon, ou poche à eau, contenant au moins 50cl, téléphone portable, barres énergétiques, couverture de survie, sifflet

Tarif : 15€ jusqu'au 31/05/2020 à minuit, puis 20€ jusqu'au 05/07/2020 à minuit

Aucune inscription ne sera prise sur place

Ravitaillements : liquide à mi-parcours, complet à l'arrivée

Récompenses : 1 tee-shirt technique, 1 verre de bière à l'arrivée (sauf enfants mineurs)

### **3. Epreuves non chronométrées**

**Limite à 200 personnes au cumul de la rando hard et la rando cool**

**La rando hard** :

Distance : 24km sur la boucle du trail "le Tordu"

Dénivelé : 600m D+

Horaire de départ : 8h30 (tardif à 9h00 maxi)

Tarif : 10€ jusqu'au 31/05/2020 à minuit, puis 15€ jusqu'au 05/07/2020 à minuit

Gratuit pour les enfants de moins de 12 ans, mais ne donne pas droit au t-shirt technique

Aucune inscription ne sera prise sur place

Ravitaillements : liquide (≈ km12), complet à l'arrivée

Récompenses : 1 tee-shirt technique, 1 verre de bière à l'arrivée (sauf enfants mineurs)

**La rando cool** :

Distance : 12km, boucle en partie sur balade et trails

Dénivelé : 230m D+

Horaire de départ : 9h00 (tardif à 9h30 maxi)

Tarif : 8€ jusqu'au 31/05/2020 à minuit, puis 14€ jusqu'au 05/07/2020 à minuit

Gratuit pour les enfants de moins de 12 ans, mais ne donne pas droit au t-shirt technique

Aucune inscription ne sera prise sur place

**Coordonnées** : ☎ 03 26 09 22 41 - E-mail : [contact@trailestordus.fr](mailto:contact@trailestordus.fr) – Site internet : [www.trailestordus.fr](http://www.trailestordus.fr)

**Organisation** : EFS Reims Athlétisme, 25 rue Raymond Poincaré, BP21, 51873, Reims Cedex 03

Ravitaillements : léger à emporter, donné au départ + 1 liquide à mi-boucle + 1 complet à l'arrivée  
Récompenses : 1 tee-shirt technique, 1 verre de bière à l'arrivée (sauf enfants mineurs)

**La balade d'attente** :

Distance : 6km, chemins autour du village sur une boucle facile

Dénivelé : 130m D+

Horaire de départ : de 8h45 à 9h45

Tarif : 5€ jusqu'au 05/07/2020 à minuit

Gratuit pour les enfants de moins de 12 ans

Ravitaillement : complet à l'arrivée

#### **4. Points particuliers**

Inscriptions uniquement par internet sur [www.efsra.com](http://www.efsra.com) ou sur [www.traildestordus.fr](http://www.traildestordus.fr)

Toute demande d'annulation d'inscription ou de rétrocession de dossard doit être faite par courrier ou par e-mail avant le 05/07/2020 à [contact@traildestordus.fr](mailto:contact@traildestordus.fr).

Rétrocession de dossard possible en fournissant une licence ou un certificat médical avant le 05/07/2020.

L'annulation ou la rétrocession entraîne 5€ de frais de dossier.

A partir du 06/07/2020 plus aucun remboursement ne sera fait.

Possibilité de changement d'épreuve jusqu'au 05/07/2020, demande à faire par courrier ou par mail.

(Sans remboursement de la différence en cas de tarif plus bas et paiement de la différence en cas de tarif plus haut).

Les ravitaillements sauvages sont interdits, ainsi que l'accompagnement par VTT.

Pas d'assistance personnelle le long du parcours, sous peine de disqualification.

Les concurrents se doivent secours et entraide.

Merci de respecter le code de la route et les autres usagers, en particulier dans les vignes.

Respect de l'environnement, de la nature et du patrimoine : interdiction de jeter des débris, d'emprunter des rangées de vignes et de sortir des chemins autorisés au public, particulièrement aux Faux de Verzy.

Les bâtons ne sont autorisés que pour la marche nordique ou les randonnées.

Les chiens sont autorisés sur les épreuves de randonnées non chronométrées, et doivent obligatoirement être tenus en laisse.

Les dossards doivent être visibles à l'avant en entier, sponsors compris.

En cas d'abandon, prévenir et remettre son dossard et la puce à une personne de l'organisation : secours, signaleurs, suiveurs. 5€ sera réclamé en cas de non-restitution de la puce.

Sur les randonnées non chronométrées, les mineurs de moins de 16 ans doivent être accompagnés d'un adulte.

Les participants laissent leur droit à l'image aux organisateurs et à leurs partenaires pour une durée illimitée.

Conformément à la loi informatique et liberté, chaque participant dispose d'un droit d'accès et de rectification des données personnelles le concernant.

Je demande qu'il ne soit pas fait mention de mon nom dans les résultats paraissant sur les sites internet de l'organisation ni sur ceux de ses éventuels prestataires/partenaires.

Demande à faire à l'adresse [contact@traildestordus.fr](mailto:contact@traildestordus.fr).

Je fais mon affaire personnelle que cette mention ne figure pas non plus sur le site de la FFA, demande à faire à l'adresse [dpo@athlr.fr](mailto:dpo@athlr.fr).

Chaque participant reconnaît avoir pris connaissance du règlement de la manifestation.

#### **5. Sécurité** :

Secours placés sous la responsabilité de La Protection Civile de la Marne (ADPC 51).

N° téléphone des secours et du PC inscrits sur les dossards.

**Coordonnées** : ☎ 03 26 09 22 41 - E-mail : [contact@traildestordus.fr](mailto:contact@traildestordus.fr) – Site internet : [www.traildestordus.fr](http://www.traildestordus.fr)

**Organisation** : EFS Reims Athlétisme, 25 rue Raymond Poincaré, BP21, 51873, Reims Cedex 03

En cas de forte canicule, l'organisation pourra ajouter des points d'eau supplémentaires.

En cas de force majeure (par exemple alerte météo orange ou rouge), l'organisation se réserve le droit d'annuler tout ou partie de la manifestation sans possibilité de remboursement.

## 6. Récompenses :

Récompenses en bouteilles de Champagne

Classement scratch H et F	1 <sup>er</sup>	2 <sup>e</sup>	3 <sup>e</sup>	4 <sup>e</sup>	Récompense	Remise des prix Présence indispensable
Trail 48km	8	6	4	2	20 x 2 = 40 bouteilles	~ 14h30 / 15h00
Trail 24km	6	4	3	2	15 x 2 = 30 bouteilles	~ 13h00 / 13h30
Trail 12km	4	3	2	1	10 x 2 = 20 bouteilles	~ 12h00 / 12h30
Marche Nordique 12km	4	3	2	1	10 x 2 = 20 bouteilles	~ 14h00 / 14h30

Par catégories : trophée au 1<sup>er</sup> et 1<sup>ère</sup> de chaque catégorie

	Cadet	Junior	Espoir	Senior	M0-M1	M2-M3	M4-M5	M6-M7	M8
Trail 48km			X	X	X	X	X	X	X
Trail 24km			X	X	X	X	X	X	X
Trail 12km	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Marche Nordique 12km	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Catégories	2003 / 2004	2001 / 2002	1998 / 2000	1981 / 1997	1971 / 1980	1961 / 1970	1951 / 1960	1941 / 1950	1940 et avant

