



Règlement du Trail des Moulins 2025

Mis à jour le 31/03/2025

L'ASEC La Pommeraye organise le trail des Moulins (20^{ème} édition) les 23 et 24 août 2025. Cet événement comprend des courses type trails et des épreuves de marche nordique.

Le présent règlement informe les participants : **tout concurrent se présentant au départ d'une course reconnaît en avoir pris connaissance et l'accepte dans son intégralité.**

En fonction des réglementations sanitaires et des conditions météorologiques en vigueur au jour de l'événement, les organisateurs se réservent le droit de compléter ou d'adapter en conséquence les dispositions énoncées. Les changements seront communiqués aux inscrits par mail et le règlement mis à jour sera consultable sur le site timepulse.fr et sur le site du club organisateur aux rubriques dédiées à la compétition.

1 - Nature des épreuves :

Trail

4 courses à pied nature ou trail, à parcourir à pied en individuel, sont proposées sur les 2 jours :

- **La Traversière : 9 km** (dénivelé 100m D+) ouvert aux personnes nées en 2010 et avant
- **La Piste de Cul de Jau : 17 km** (dénivelé 400m D+) ouvert aux personnes nées en 2007 et avant
- **Le Trail des moulins : 30 km** (dénivelé 900m D+) ouvert aux personnes nées en 2005 et avant
- **Les Ruisseaux : 60 km** (dénivelé 1900 D+) ouvert aux personnes nées en 2005 et avant

Les concurrents ont aussi la possibilité de s'inscrire à **2 défis combinant ces courses** :

- **Défi Petit Moulin** : épreuves de 17 km + 9 km
- **Défi Grand Moulin** : épreuves de 17 km + 30 km

Marche nordique

2 épreuves de Marche nordique, à parcourir à pied en individuel avec des bâtons de MN, sont proposées le dimanche matin :

- **Une "virée nordique"** : parcours de 10 km (dénivelé cumulé de 100m) ouvert aux personnes nées en 2007 et avant

- **Une compétition chronométrée** : parcours nature de 17 km (dénivelé cumulé de 390m) ouvert aux personnes nées en 2007 et avant

2 - Départs et arrivées

Les départs et arrivées se déroulent au Stade municipal de la Pommeraye - 56 rue de la Loire - La Pommeraye - MAUGES-SUR-LOIRE :

- **Samedi** - 18h : La Piste de Cul de Jau (17 km)
- **Dimanche** - 5h Les Ruisseaux (60 km)
- **Dimanche** - 8h : Le Trail des Moulins (30 km)
- **Dimanche** - 9h : La Traversière (9 km)
- **Dimanche** - 9h15 : Les 2 épreuves de marche nordique

3 - Respect de la Nature et des parcours

Les différents parcours suivent des traces situées dans des propriétés privées qui ne doivent pas être empruntées en dehors de la compétition. **Les concurrents ne sont pas autorisés à partager la trace gpx des parcours (forums, plateformes, réseaux sociaux, etc.)**

Les différents parcours empruntent des sentiers en milieu naturel. Ils comportent des traversées de ruisseau et présentent des sections à forts dénivelés.

L'usage des bâtons n'est pas autorisé pour les compétitions de trail.

Les accompagnateurs sont également interdits.

Ces courses sont organisées en conformité avec les règles de protection de l'environnement. Il incombe à chacun d'adopter un comportement citoyen. Toute attitude contraire à cette éthique entraînera la disqualification du concurrent.

Dans le respect de la charte du trail, les coureurs s'engagent donc à :

- respecter le milieu naturel et les zones agricoles traversées
- ne pas jeter de déchets
- ne pas crier intempestivement
- suivre le parcours balisé
- venir en aide à tout coureur en difficulté
- courir avec bienveillance envers les autres concurrents, les bénévoles et les riverains

4 - Ravitaillements

Les courses s'effectuent en semi-autonomie. Les concurrents doivent être équipés en réserves alimentaires et boissons suffisantes pour rallier le prochain point de ravitaillement.

Dans une démarche collective éco-responsable, aucun gobelet ne sera proposé sur les ravitaillements. Les organisateurs incitent les participants à s'équiper d'éco-tasse ou de gobelets souples.

Les ravitaillements sont proposés à l'arrivée pour toutes les courses (eau, boissons sucrées, fruits chocolat). En complément, des points d'approvisionnement en boissons et aliments sucrés sont aussi prévus sur les parcours du :

- 9 km : 1 point d'eau*
- 17 km : 1 point d'eau + 1 ravitaillement solide et liquide*
- 30 km : 1 point d'eau + 2 ravitaillements solide et liquide*
- 60 km : 1 point d'eau + 3 ravitaillements solide et liquide*

- Marche nordique : 1 point d'eau*

*Pourront être renforcés suivant les conditions météo (chaleur). Tous les ravitaillements sont équipés de poubelles.

5 - Équipement des coureurs et marcheurs

Matériel obligatoire :

Trail des ruisseaux (60 km) :

- 1.5L eau
- Lampe frontale
- Couverture de survie

Trail des Moulins (30 km) :

- 0.5L eau

MN Chronométré (17 km) - MN Virée Nordique (10km) :

- deux bâtons spécifiques « marche nordique »

Sur les autres courses, les organisateurs recommandent des réserves d'eau adaptées aux conditions de l'épreuve et invitent à se munir d'un téléphone portable et d'une couverture de survie.

6 - Techniques de marche nordique et fautes sanctionnables

L'épreuve de marche nordique chronométrée se déroule dans le respect des gestes et postures définis pour la marche nordique en compétition.

Des juges, en position fixe ou mobile, surveilleront les marcheurs et les préviendront en présentant un carton jaune lors de fautes commises. La liste des fautes sanctionnables et des pénalités appliquées sera affichée sur le site de départ de la compétition.

7 - Sécurité

La sécurité et l'assistance médicale sont assurées par un médecin et des secouristes.

Le code de la route s'applique lors des épreuves. Les coureurs doivent se conformer aux règlements FFA de courses hors stades.

L'organisation garantit la sécurité des concurrents et des spectateurs en postant des signaleurs aux points de passages routiers. De même, tout au long du parcours, des encadrant serre-files ferment la course.

Tout concurrent qui abandonne doit immédiatement se signaler auprès d'un membre de l'organisation (serre-file ou signaleurs) sur le parcours et lui rendre son dossard. Il sera pris en charge et ramené par navette sur le site de départ.

Si le coureur souhaite être pris en charge par un proche, il doit néanmoins signaler son abandon aux organisateurs et rendre son dossard avant de quitter la course.

Barrière horaire

Piste de Cul de Jau (17km) :

- au kilomètre 9 après 1h30 de course

Trail des Moulins (30km) :

- au kilomètre 17 après 3h10 de course

Trail des Ruisseaux (60km) :

- au kilomètre 20 après 3h20 de course
- au kilomètre 40 après 6h40 de course
- au kilomètre 47 après 7h50 de course
- au kilomètre 54 après 9h de course

Tout concurrent se présentant après ces horaires sera arrêté et déclaré hors-course.

Le directeur de course ainsi que tous les membres de l'équipe médicale de l'épreuve peuvent mettre hors course tout participant dont l'état de santé leur semble incompatible avec le kilométrage restant à parcourir.

8 - Inscriptions et renseignements

Les inscriptions s'effectuent uniquement en ligne sur le site www.timepulse.fr jusqu'au 15 août.

Toutes questions relatives aux inscriptions peuvent être adressées à :

traildesmoulins@athletisme-lapommeraye.com

Les concurrents doivent joindre une copie de leur licence FFA ou pour les non licenciés, un [PPS \(Parcours Prévention Santé\)](#) en cours de validité à la date de l'épreuve.

Les mineurs non-licenciés doivent fournir également une autorisation parentale signée.

Les licenciés FFA bénéficient d'un tarif préférentiel pour toute inscription avant le 1^{er} août.

Tarifs 2025 :

- La Traversière (9 km) : 10 € - (9 € licenciés FFA) - course limitée à 300 participants
- La Piste de Cul de Jau (17 km) : 17 € - (15 € licenciés FFA) - course limitée à 300 participants
- Le Trail des moulins (30 km) : 25 € - (21 € licenciés FFA) - course limitée à 300 participants
- Défi petit moulin (9 km et 17 km) : 25 € - (21 € licenciés FFA) - limité à 100 participants
- Défi grand moulin (17 km et 30 km) : 38 € - (34 € licenciés FFA) - limité à 100 participants
- Le Trail des ruisseaux (60 km) : 50 € - (45 € licenciés FFA) - limité à 200 participants
- La Marche nordique "virée nordique" (10 km) : 8 € - limité à 100 participants
- La Marche nordique chronométrée (16 km) : 12 € - limité à 100 participants

Tout engagement est personnel. Aucun transfert d'inscription n'est autorisé pour quelque motif que ce soit. Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne sera reconnue responsable en d'accident survenu ou provoqué par cette dernière. Toute personne disposant d'un dossard acquis en

infraction avec le présent règlement pourra être disqualifiée. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident lié à ces infractions.

En cas de non-participation à l'épreuve, les frais d'inscription ne sont pas remboursés.

9 - Dossards

Le chronométrage électronique des épreuves est assuré par la société Timepulse.

Les participants de défis portent le même dossard sur l'ensemble des épreuves.

Le retrait des dossards s'effectue au stade de La Pommeraye sur présentation d'une pièce d'identité :

- La Traversière (9 km) : le dimanche de 7h30 à 8h45
- La Piste de Cul de Jau (17 km) : le samedi de 16h30 à 17h45
- Trail des Moulins (30 km) : le dimanche de 6h30 à 7h45
- Trail des Ruisseaux (60 km) : le samedi de 16h30 à 17h45 et le dimanche de 4h à 4h45
- Défi Petit (17 km + 9 km) : le samedi de 16h30 à 17h45
- Grand Moulin (17 km + 30 km) : le samedi de 16h30 à 17h45
- Marche nordique Chronométrée : le dimanche de 7h30 à 8h45
- Marche nordique "Virée Nordique": le dimanche de 7h30 à 8h45

Les coureurs doivent garder leur dossard apparent en course. L'organisation ne fournit pas d'épingles.

10 - Classements et récompenses

Les classements seront consultables en ligne sur Timepulse et sur le site de l'ASEC.

L'organisation prévoit des lots pour tous les participants ainsi que des récompenses aux trois premières femmes et trois premiers hommes par épreuve (classement au scratch toutes catégories confondues).

11 - Droit à l'image

Tout participant renonce expressément à se prévaloir du droit à l'image durant l'épreuve, en conséquence de quoi et conformément aux dispositions relatives au droit à l'image, il autorise à fixer, reproduire et communiquer les photographies prises dans ce cadre.

Les organisateurs se réservent le droit d'exploiter les photos et vidéos prises sans limitation de durée, intégralement ou par extraits.

12 - Loi informatique et liberté

Conformément à la loi informatique du 6 juin 1978, chaque participant dispose d'un droit d'accès et de rectification sur les données personnelles le concernant.

Chaque participant est informé de la publication des résultats sur Internet : il dispose d'un droit d'opposition s'il ne souhaite pas figurer sur ces publications.

Du fait de son inscription, il peut être amené à recevoir des propositions d'autres sociétés ou associations. Il peut demander aux organisateurs le retrait des informations le concernant par simple demande mentionnant ses nom, prénom et adresse.

13 - Assurance et responsabilité

Le club organisateur est couvert par une police d'assurance en responsabilité civile souscrite auprès de Groupama.

Les licenciés FFA bénéficient des garanties accordées par l'assurance individuelle accident, liée à leur licence. Il incombe aux non-licenciés de s'assurer personnellement.

Les organisateurs déclinent toute responsabilité sur les défaillances physiques, les vols, les pertes ainsi que les accidents qui ne seraient pas de leur fait.

14 - Vestiaires, consignes et douches

Un service de consignes gratuit sera mis à la disposition des concurrents. Ils auront également la possibilité de se changer et de prendre une douche dans les vestiaires du stade.

15 - Contrôle anti-dopage

Les participants des différentes épreuves s'engagent à respecter rigoureusement l'interdiction de dopage. Ces courses sont susceptibles de contrôles antidopage inopinés.

16 - Annulation de l'épreuve en cas de force majeure

En cas d'annulation de l'épreuve, indépendamment de la volonté de l'organisation, mettant en cause la sécurité des coureurs (arrêté préfectoral, météo, inondations épidémies), les droits d'engagement ne seront pas remboursés.