



## REGLEMENT ET INFORMATIONS GENERALES

### Le Club Course Pédestre de Notre Dame de Monts

Organise le Samedi 5 et Dimanche 6 Octobre 2013 le troisième rassemblement National de Marche Nordique.

Cette manifestation Nordique appelée  
**<<LA NORDIQUE DES PAYS DE MONTS >>**  
se déroulera dans le plus beau stade du Monde : la Forêt des Pays de Monts.  
Venez nombreux découvrir notre Stade nature.

Ce dernier comme pour nous deviendra également le vôtre, après ce Week-end partagé.

#### **1. Organisation**

Ce troisième rassemblement National est organisé sous l'égide de la Fédération Française d'Athlétisme, la Ligue des Pays de la Loire, et du Comité Départemental de Vendée. Ce rassemblement s'adresse aux licenciés F.F.A, aux Fédérations affinitaires et non licenciés, pratiquant la Marche Nordique à partir de 12 ans (bâtons non fournis).

#### **2. Inscriptions**

Les inscriptions pourront se faire au choix : **un jour : samedi ou dimanche ou les deux jours : samedi et dimanche**, à l'aide du bulletin à télécharger et à expédier jusqu'au 2 Octobre (terme de rigueur, pour faciliter la tâche du secrétariat) à l'adresse suivante :

**CPNDM Mr Patrick DUMONT 29 rue des Iris 85690 Notre Dame de Monts**

Prix de la participation pour un jour : **7.00 €**, pour les deux jours : **10.00€**,

Chèque à l'ordre du : **CPNDM**.

Les inscriptions pourront se faire également sur place le samedi jusqu'à 10h30 (compétition) et 14h30 et 9h30 le dimanche.

L'inscription étant personnelle, ferme et définitive, elle ne peut faire l'objet de remboursement. En cas de participation hors inscription, l'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident.

#### **3. Dossard**

Chaque participant(e) retirera personnellement son dossard, sur présentation de sa licence 2013/2014 ou d'une attestation de licence et pour les non licenciés un certificat Médical de non-contre-indication à la pratique de la course à pied ou de la marche nordique en compétition de moins d'un an. Le dossard doit être placé devant et visible quel que soit l'équipement vestimentaire et quelle que soit la météo. Si tel n'est pas le cas, vous risquez de vous voir refuser le départ du samedi après-midi et du dimanche matin. Vous devez prévoir un système de fixation à votre convenance.

Le retrait du dossard pourra s'effectuer au village départ sur la promenade le samedi matin à partir de 9h30, et le dimanche à partir de 8h00. Il y aura trois dossards : 1 pour l'épreuve chronométrée 14Km000 (**point rouge**), 1 pour le 12km000 (**point bleu**), 1 pour le 15km000 (**point vert**). Pour les participants des deux jours : pour le dimanche, venir avec le dossard du samedi (bien le conserver) pour récupérer un nouveau dossard (obligatoire pour mesure de sécurité).

#### **4. Hébergement**

Il est proposé à chaque participant(e) une liste des hébergeurs de Notre Dame de Monts (Hôtels, Campings) charge à lui de prendre contact et d'organiser son hébergement.

#### **5. Parcours**

• Pour le Samedi après-midi : sont proposés trois circuits balisés. Le premier départ 11h00 sur la distance de : 14Km000 pour l'épreuve Compétition ou chronométrée ? (attente décision de la FFA), le deuxième départ 15h00 sur la distance de 15Km000 (allure libre) et le troisième départ 15h15 sur la distance de : 12Km000 (allure libre).

• Pour le Dimanche matin : départ 10h00 : un circuit commun sur une distance de : 12k000 (allure libre) pour finir le Week-end.

Les départs du Samedi (3 départs) et Dimanche (1 départ) se feront sur la plage face au Village départ (promenade).

Une fois franchi la ligne l'arrivée, chaque participant (e) devra se faire contrôler. Ce contrôle permettra une gestion optimale de la sécurité sur le terrain.

#### **6. Parkings**

Deux Parkings sont mis à la disposition des participants (es). Une équipe de bénévoles sera chargée de la gestion du stationnement des véhicules.

En ce qui concerne le stationnement des Camping-cars sur Notre Dame de Monts, des parkings pour ces véhicules seront à la disposition des participants (es) (renseignements pour leurs emplacements auprès de l'Office du Tourisme Tél : 02.51.58.84.97).

#### **7. Sécurité**

Sur la zone du village départ un PC sécurité de la SNSM sera en place pour toutes interventions de secours suite à un appel de l'un des signaleurs/contrôleurs mis en place sur les parcours.

Dix-huit signaleurs/contrôleurs sont répartis sur l'ensemble des circuits, ils ont pour mission :

- Indiquer la direction à prendre pour emprunter les circuits sans se perdre.
- Informer le PC sécurité et l'organisation de tout accident (Chutes, entorses) ou incidents (absence du dossard, jet dans la nature de débris et autres).

Une équipe de cyclistes équipée d'une trousse de 1<sup>er</sup> secours suivra les derniers marcheurs sur les trois circuits pour intervenir le cas échéant. Une liste des N° de téléphones des responsables de l'organisation sera distribuée à chaque participant (e).

#### **8. Assurance**

Les participants (es) licenciés FFA ou affinitaires sont couverts par l'assurance liée à leur licence à jour pour la saison 2013/2014. L'organisation a souscrit auprès du Crédit Mutuel une assurance couvrant les conséquences de leur responsabilité civile.

Les non licenciés doivent être couverts par une police d'assurance à titre personnel.

Les organisateurs déclinent toute responsabilité sur les défaillances physiques personnelles pouvant survenir lors de l'épreuve.

#### **9. Stand découverte et initiation à la Marche Nordique**

Ce stand permettra aux licenciés FFA et non licenciés de découvrir la pratique de la marche Nordique avec l'aide d'entraîneur 1<sup>er</sup> degré de Marche Nordique. Pour cette occasion des bâtons Nordiques seront mis à la disposition des pratiquants novices contre le dépôt d'une pièce d'identité qui sera rendue lors du retour de la paire de bâtons et du règlement de la somme de 2 euros par personne (adultes et enfants). Cette initiation se pratiquera sur le parcours de 5Km500.

#### **Deux créneaux horaires d'une heure chacun sont proposés :**

- Samedi de : 15h15 à 16h15 et de : 16h30 à 17h30
- Dimanche de : 10h15 à 11h15 et de : 11h30 à 12h30

## **10. Stand rafraichissements**

La mise en place d'un stand de rafraichissements sera à la disposition des participants (es) au départ ainsi qu'à l'arrivée.

Ce stand distribuera le dimanche matin avant le départ, Café, Thé, Chocolat et brioches à l'ensemble des participants (es). Sur les parcours, deux stands rafraichissements seront mis en place à mi-parcours.

## **11. Environnement et respect**

Les participants (es) s'engagent à respecter les sites traversés. Il appartient à chaque participant (e) de conserver les bouteilles et gobelets plastique ainsi que les détritux jusqu'à l'arrivée où des conteneurs seront mis à leur disposition.

Concernant le non-respect de ces consignes, les signaleurs/contrôleurs seront chargés d'en faire part à l'organisation qui prendra la décision de refuser le départ du dimanche matin (respect de la Zone Natura 2000)

### **Notre forêt est belle, respectons- là**

## **12. Conférence du Professeur Paul MENU**

Une conférence sur le sujet <<Améliorer la qualité de vie à chaque étape, du vieillissement par une activité physique adaptée>>, par le professeur Paul MENU se déroulera au village départ de 18h00 à 19h00 sous un chapiteau.

## **13. Droit à l'image**

Tous (tes) participants (es) et accompagnateurs (trices) du Week-end National de Marche Nordique abandonnent leurs droits à l'image au bénéfice de l'organisation. Ces images pourront être utilisées sur tout support.

## **14. Lots tirage au sort**

Plusieurs lots offerts par nos partenaires Gastromer et Super U seront offert après tirage au sort. Ce tirage au sort est réservé uniquement aux marcheurs(es) participants le samedi et le dimanche.

## **Rappel**

**A envoyer à : CPNDM Mr Patrick DUMONT 29 rue des Iris 85690 Notre Dame de Monts  
(Respecter la date butoir : 2 Octobre)**

- Le bulletin d'inscription pour la Marche Nordique : 7 euros ou 10euros par personne
- Votre chèque de règlement de participation Marche Nordique, à : l'ordre du CPNDM

