

Avant-propos

Organisée par l'Athletic Club Draveil, la "Draveilloise" intègre le Challenge du Marche Nordique Tour 2025, label régional et compte aussi pour le Challenge de l'Essonne de Marche Nordique 2025.

Notre Draveilloise comportera 2 épreuves du Challenge Marche Nordique Tour 2025, une MNC circuit de 10,4km et une MNC Nature de 17 km plus une santé loisirs de 7km.

- L'épreuve de 17km MNN est ouverte aux licenciés et non licenciés à partir de la catégorie Espoirs qualificative pour les Championnats de France.
- L'épreuve de 10,4km MNC est ouverte aux licenciés et non licenciés à partir de la catégorie Cadets qualificative pour les Championnats de France.
Cette épreuve est également support des Championnats d'Ile de France de marche nordique 2025. Elle est obligatoire pour les marcheurs d'Ile de France pour être qualifié aux Championnats de France 2026.
- L'épreuve santé loisirs de 7km est ouverte aux licenciés et non licenciés.

Pour les non licenciés vous devez obligatoirement vous connecter sur le lien suivant pour obtenir l'autorisation médicale de participation à l'épreuve [www.https://pps.athle.fr](https://pps.athle.fr)

Le présent règlement reprend les dispositions réglementaires du dernier règlement de la Marche Nordique Compétition mis en application à compter du 1^{er} septembre 2024.

Article 1 (Engagement des participants)

Tout engagement est personnel, ferme et définitif, et ne peut faire l'objet de remboursement pour quelque motif que ce soit. Aucun transfert d'inscription n'est autorisé. Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve.

Aucune licence d'autre discipline ne peut donc servir à l'inscription. Tout participant reconnaît avoir pris connaissance du présent règlement et s'engage à en accepter les règles et en respecter toutes les clauses.

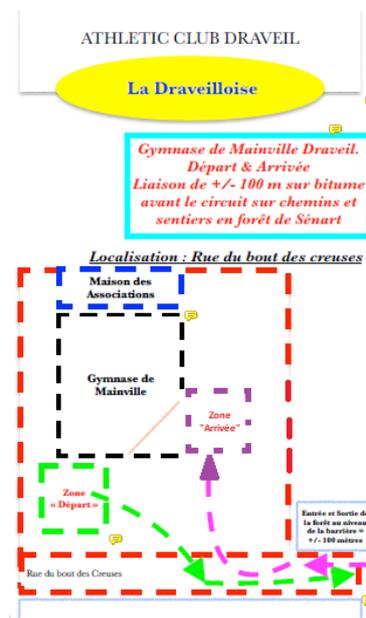
Article 2 (Accueil des participants)

Le parcours se situe en totalité en forêt de Sénart.

L'accueil des participants et le retrait des dossards se feront au Gymnase de Mainville rue du Bout des Creuses Draveil.

Un parking non surveillé attenant au gymnase accessible par la Rue Charles Mory et deux autres non surveillés Super U et Weldom accessible par l'Avenue Eugène Delacroix seront à disposition des participants.

Le parking du gymnase de Mainville sera interdit à tout participant ou bénévole le dimanche 6 avril à l'exception des services de secours.



Article 8 (Définition de la Marche Nordique Compétition)

Mise en application à compter du 1^{er} septembre 2024.

La Marche Nordique Compétition reprend l'intégralité des gestes fondamentaux caractérisant cette discipline enseignée comme telle dans les clubs FFA en Loisir et Forme Santé.

L'utilisation des bâtons « marche nordique » est obligatoire. Elle consiste à propulser le corps à l'aide des quatre membres en exerçant une poussée au sol à l'impact du bâton. La pointe doit rester au sol jusqu'à la fin du mouvement de poussée. A chaque instant, on doit avoir un pied et un bâton en contact avec le sol, le bras et la jambe doivent toujours être en opposition.

Le pas de course est interdit.

La main et le coude du bras d'attaque doivent passer devant le buste puis derrière la fesse en fin de poussée (Amplitude du geste).

Le pied qui avance doit attaquer le sol avec le talon. Le pas glissé qui consiste à allonger au maximum la foulée en attaquant par la plante du pied est pénalisé.

La jambe d'attaque ne doit pas être tendue lors de son passage à la verticale du bassin. L'alignement articulaire est obligatoire : pied, genou, bassin, épaule et tête doivent être alignés. L'abaissement du centre de gravité provoqué par le fléchissement des genoux est pénalisé.

L'aide et l'accompagnement extérieurs en dehors des zones prévues sont interdits (ravitaillement, matériel).

Support optique d'une bonne posture en fin de propulsion



Article 9 (Généralités MNC Circuit/MNC Nature)

L'organisateur devra afficher au format A3, la liste des participants, le parcours, le règlement et le visuel des pictogrammes avant le départ.

Le parcours devra être varié et alterner plat et dénivelé raisonnable.

Le départ s'effectue groupé derrière la ligne tracée au sol d'une largeur de 5cm. Cette zone doit être d'une largeur d'au moins 40m ou adaptée selon le nombre de concurrents.

Seront admis deux départs consécutifs : hommes/femmes.

La longueur minimum avant le rétrécissement doit être de 150m.

Port des dossards : deux dossards entièrement visibles portés sur l'avant et l'arrière du maillot.

Spécificités MNC Circuit.

La distance sera comprise entre 9 et 15km. Le parcours sera composé de boucles de 2,5 à 3,5km.

Le parcours pourra inclure au maximum 10% de passage de route au revêtement dur.

Une zone de ravitaillement devra être délimitée (traçage au sol, barrière ou rubalise), elle sera disposée sur le parcours et sera constituée d'une table avec le ravitaillement de l'organisation, une table spécifique pour les

ravitaillements personnels et d'une zone technique pour la mise à disposition par l'organisateur de bâtons de rechange en cas de casse durant l'épreuve. Le ravitaillement ne pourra se faire que dans cette zone délimitée. Cette zone devra être d'une distance de 40m entre l'entrée et la sortie, matérialisée par une signalétique spécifique (panneau et traçage au sol).

Spécificités MNC Nature.

La distance est libre.

Le parcours est en boucles ou de point à point.

Le parcours peut inclure au maximum 20% de passage de route ou revêtement dur.

Le ravitaillement solide et liquide (poche à eau/ Bidon) est autorisé. Le marcheur peut se ravitailler tout au long du parcours. Le lever des deux bâtons sera toléré lors de la prise de ravitaillement du marcheur.

L'organisateur peut installer des points de ravitaillement de la même conformité que la MNC Circuit.

L'assistance extérieure est interdite hors zone de ravitaillement.

Article 10 (les pénalités)

Les juges surveilleront les marcheurs en compétition selon ce règlement.

Le juge annoncera verbalement le numéro de dossard ainsi que la faute commise tout en présentant le carton jaune devant l'athlète.

Le carton jaune représentera la faute sous forme de pictogramme (cf le visuel).

Pénalités sous forme d'arrêt du marcheur : le marcheur pénalisé devra s'arrêter instantanément à l'annonce de sa faute par le juge. L'arrêt est d'une minute. En cas de refus d'arrêt, le marcheur sera disqualifié par le chef juge.

En cas d'incident particulier, d'altercation entre marcheurs et/ou juges, le chef juge et l'organisation prendront les décisions nécessaires en fonction de la gravité de l'incident (exclusion, rapport disciplinaire).

Une vidéo du départ devra être enregistrée par un juge marche nordique désigné.

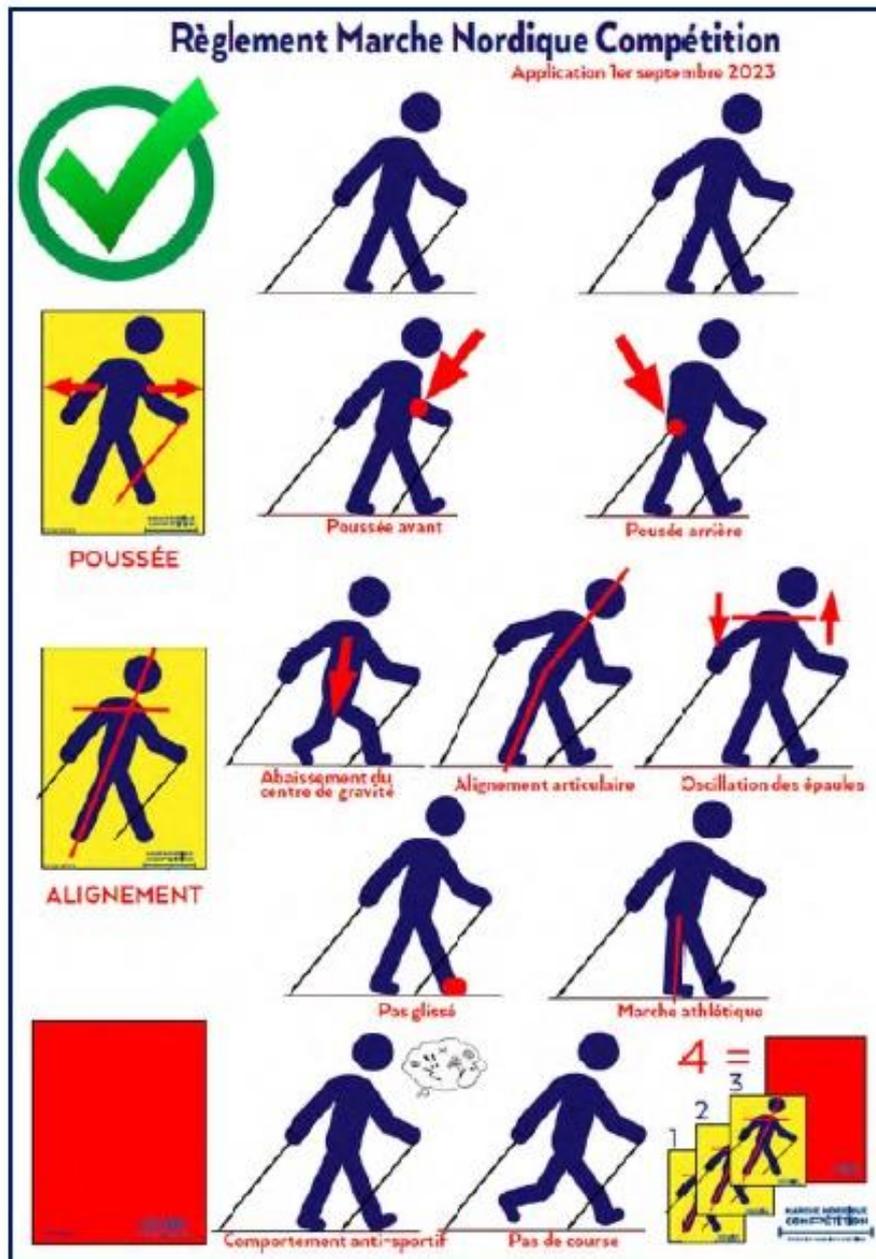
Le chef juge analysera l'enregistrement vidéo du départ et pénalisera pendant l'épreuve par un arrêt de deux minutes ou ultérieurement par un ajout de deux minutes au temps final du marcheur.

En cas de faute sur la zone des 150m avant l'arrivée, il sera ajouté une minute au temps final du marcheur. Une matérialisation de cette zone est préconisée (traçage au sol, panneau ou autre).

A la 4^{ème} pénalité, le marcheur aura un carton rouge par le chef juge ; il sera disqualifié, devra remettre son dossard à u juge et quitter le circuit.

La course caractérisée sera sanctionnée directement par un carton rouge par le chef juge.

Un athlète pourra être informé de sa disqualification après l'arrivée s'il n'a pas été possible de lui signifier durant l'épreuve.



Article 11 Licence et Participation

Le port du maillot du club est obligatoire pour tous les licenciés.

La participation aux compétitions de marche nordique est possible à partir de la catégorie U18. Pour la catégorie U18 la distance maximale est de 15km.

Les inscriptions peuvent se faire individuellement et par équipe de club. L'équipe club sera obligatoirement mixte et composée de 4 marcheurs licenciés (Hors licence ATHLE-SANTE) de 2 hommes et 2 femmes et au maximum un muté ou un étranger. Plusieurs équipes d'un même club pourront être classées.

Le montant du droit d'inscription est au libre choix de l'organisateur.

Lors de l'inscription et/ou lors du retrait des dossards les informations et le règlement sont portés à la connaissance du participant par un affichage accessible.

Les participants seront :

- **Licenciés ATHLE COMPETITION, ATHLE RUNNING, ATHLE ENTREPRISE.**
- **Licenciés ATHLE-SANTE avec présentation du Parcours de Prévention Santé.**
- **En possession d'un PASS J'AIME COURIR.**
- **Licenciés Compétition d'autres fédérations conventionnées avec la FFA 5UNSS, UGSEL et FNSU).**
- **Non Licenciés sur présentation du Parcours de Prévention Santé.**

Pour participer aux Championnats de France, la licence ATHLE COMPETITION est obligatoire. Pour s'y qualifier l'athlète devra participer aux épreuves du Challenge Marche Nordique Tour avec une licence ATHLE COMPETITION.

Article 12 (Fair-play des participants)

Les participants s'engagent à respecter les autres marcheurs, les bénévoles et toute personne présente sur la manifestation.

Ils s'engagent à venir en aide à toute personne en situation dangereuse ou en difficulté.

Ils s'engagent à adopter un comportement fair-play et responsable.

Dans le souci de participer activement à la préservation de l'environnement, chaque

Concurrent s'engage à ne rien laisser ni jeter sur le parcours ainsi qu'aux abords de celui-ci.

Les parcours empruntent en partie les sentiers en forêt de Sénart. Les participants s'engagent aussi à rester au centre de ces sentiers pour ne pas dégrader les habitats situés en périphérie. Ils s'engagent aussi à éviter les nuisances sonores pour ne pas déranger les animaux vivant dans les zones concernées.

Tout participant pris à jeter ses déchets sera disqualifié.

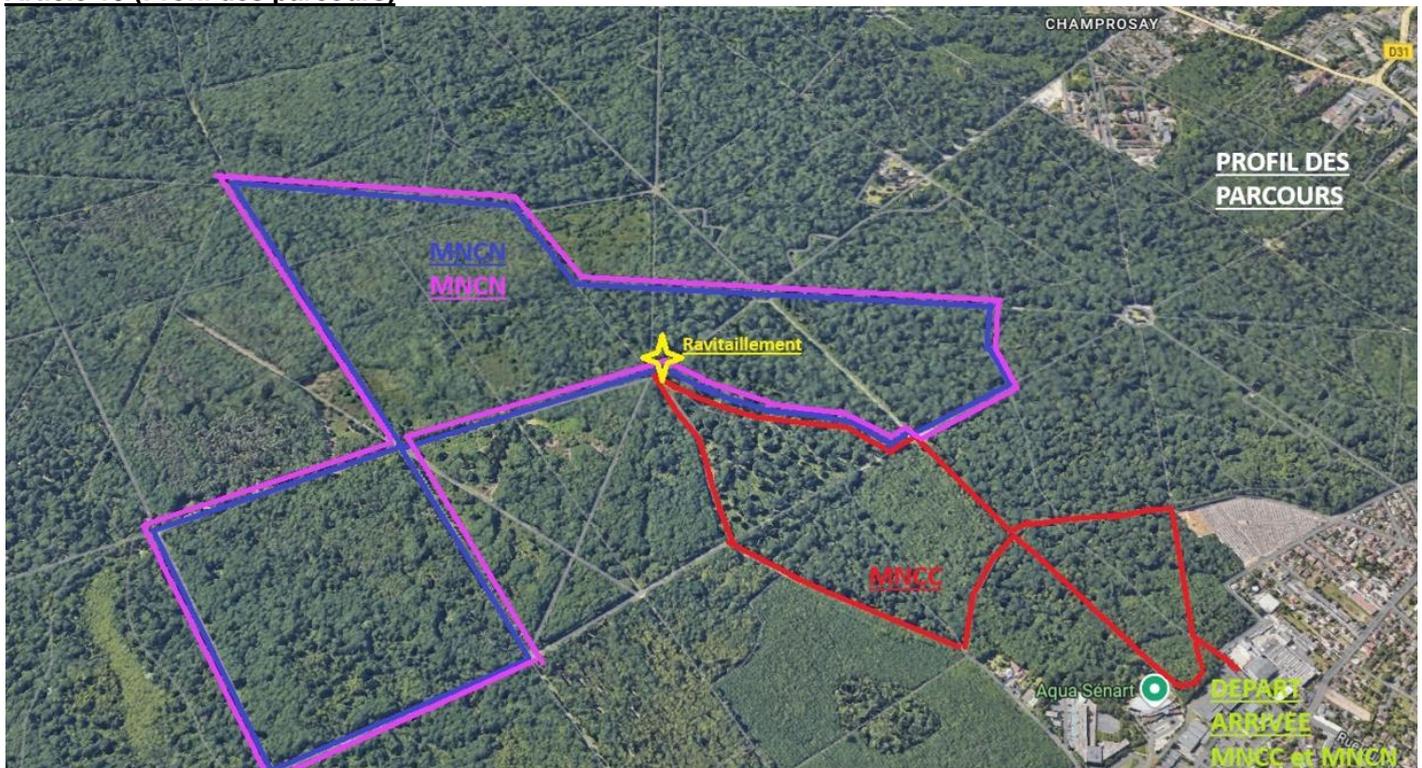
Article 13 (Rétractation)

Tout engagement est ferme et définitif et ne donnera pas lieu à remboursement en cas de non-participation.

Article 14 (Annulation de l'épreuve)

En cas de force majeure, de catastrophe naturelle ou de toute autre circonstance mettant en danger la sécurité des concurrents(tes), l'organisation se réserve le droit d'annuler l'épreuve, ou pour motif indépendant de la volonté de l'organisation, aucun remboursement des frais d'inscription ne serait effectué et aucune indemnité ne pourrait être perçue.

Article 15 (Profil des parcours)



Article 16 Résultats et Réclamations)

Les résultats seront affichés à la fin de l'épreuve de façon visible.

Litiges et réclamations

Les décisions des juges seront contraignantes et sans appel aucune réclamation ne peut être faite dans les aspects liés aux cartons montrés aux participants.

Conformément aux dispositions de la DDA

Toute réclamation doit être soumise verbalement au chef juge dans les trente minutes suivant l'affichage officiel des résultats de l'épreuve. Si elle est rejetée, une réclamation de deuxième instance peut être soumise par écrit au jury d'appel en versant une somme de 100 euros à l'ordre de la FFA qui ne pourra être restituée qu'en cas d'acceptation de la réclamation.

Aucune réclamation pendant l'épreuve ne sera prise en compte.

En cas d'incident particulier, le chef juge et l'organisation prendront les décisions nécessaires en fonction de sa gravité.

Pour toutes questions ou réclamations concernant les classements, les points MNT, merci de vous adresser à la Commission Nationale de Marche (CNM) via l'adresse mail suivante : cnm.nordique@athle.fr

Article 17 Récompenses

Pour les 2 compétitions du Challenge Marche Nordique Tour, l'Athletic Club Draveil récompensera les 3 premiers filles et garçons de chaque épreuve et le 1^{er} de chaque catégorie.

Pour l'épreuve Santé Loisirs, l'Athletic Club Draveil récompensera la 1^{ère} fille et le 1^{er} garçon.

Pour les Championnats d'Ile de France de marche nordique 2025, toutes les récompenses seront décernées par la Ligue Ile de France (LIFA).

Une coupe sera attribuée à la participante ou au participant ayant la meilleure gestuelle de la Draveilloise. Cette désignation sera faite par les juges.

Une récompense sera offerte au club ayant le plus de participants pour l'ensemble des 3 épreuves de la Draveilloise.

Article 18 Acceptation du règlement

Les concurrents reconnaissent avoir pris connaissance du présent règlement et en acceptent les dispositions. Si obligation de dernière minute, les organisateurs se réservent le droit de modifier le présent règlement.