

GRAND RAID DU GUILLESTROIS et du QUEYRAS 2023

Règlement de l'Epreuve

L'inscription à la course implique l'acceptation de ce règlement et de toute nouvelle version ou modification. Ainsi la charte COVID du coureur est acceptée et chaque participant s'engage à la respecter.

le QUEYRAS
GUILLESTRE - MONT VISO

GRAND RAID du GUILLESTROIS - QUEYRAS

By  **RAIDLIGHT**® 2^{ÈME} édition

L'Ultra Tour	La Grande Traversée	Le Trail des Crêtes	Le Trail des Lacs
164 KM / 11 200 MD+	100 KM / 6 600 MD+	65 KM / 4 100 MD+	45 KM / 3 200 MD+
Guillestre > Guillestre	Abries > Guillestre	St Vêran > Guillestre	Ceillac > Guillestre

L'Ultra Trail 100% Authentique

07, 08 et 09 juillet 2023

Début des inscriptions : 01 Décembre 2022

RENSEIGNEMENTS | 06 19 27 48 27 - grandraidqueyras@gmail.com | grandraidduguillemstrois-queyras.com

    

Illustration & graphisme : Nicolas POUJON

SOMMAIRE	2
ACCEPTATION DU REGLEMENT	3
ORGANISATEURS	3
POINTS ITRA	3
DESCRIPTIF	3
TARIFS	4
CONDITIONS DE PARTICIPATION	4
SEMI-AUTOSUFFISANCE	5
NAVETTES	5
HEBERGEMENTS ET CAMPINGS	5
SPECIFICITE DU PARC NATUREL REGIONAL DU QUEYRAS	6
CAPACITE D'ACCUEIL	6
ANNULATION	6
EQUIPEMENT	7
DOSSARDS	8
PACERS	8
ASSISTANCE	8
SECURITE ET L'ASSISTANCE MEDICALE	8
POSTES DE CONTROLE ET LES RAVITAILLEMENTS	10
TEMPS MAXIMUM AUTORISE ET LES BARRIERES HORAIRES	11
ABANDON ET LE RAPATRIEMENT	11
ZONES DE CALME ET DE REPOS	11
DISQUALIFICATION	12
ANTIDOPAGE	12
MODIFICATION/ ANNULATION DE LA COURSE	12
DECHARGE	13
ROAD-BOOK	13
ACCUEIL DU PUBLIC	14
SACS COUREURS	15
CLASSEMENTS ET RECOMPENSES	15
LE DROIT A L'IMAGE	15

ACCEPTATION DU REGLEMENT

Le règlement est valable pour les coureurs et pacers, quelle que soit la formule choisie. Le fait de participer à la compétition implique l'acceptation pure et simple du présent règlement dans son intégralité. Le règlement pourra être consulté sur le site internet de la course ainsi que sur place le jour de la compétition. Il pourra également être soumis à des modifications, la dernière version actualisée du règlement sera toujours disponible sur le site internet de la course. Des poubelles de tri sont disposées en grand nombre sur chaque poste de ravitaillement et doivent impérativement être utilisées. Il est obligatoire de suivre les chemins tels qu'ils sont balisés, sans couper et ne pas jeter vos débris. Couper un sentier provoque une érosion dommageable du site et pourra justifier une disqualification.

ORGANISATEURS

L'association « **Grand Raid du Guillestrois-Queyras** » organise **Le Grand Raid du Guillestrois-Queyras** avec le soutien de la **Communauté de Communes du Guillestrois-Queyras**, des communes, **Guillestre, Arvieux, Cervières, Château-Ville-Vieille, Abries-Ristolas, St Véran, Ceillac, Vars**, du **Parc Naturel Régional du Queyras**, du **département des Hautes Alpes et de la Région Sud**.

POINTS ITRA

Le Grand Raid du Guillestrois-Queyras sera une course qualificative pour toutes les courses de The North Face® Ultra-Trail du Mont-Blanc® via les points ITRA :

- L'Ultra Tour, 164 km, vous apportera 6 points
- La Grande Traversée 100 km vous rapportera 5 points
- Le Trail des crêtes 65 km vous rapportera 3 points
- Le Trail des Lacs 45 km vous rapportera 3 points

DESCRIPTIF

Le GRAND RAID DU GUILLESTROIS-QUEYRAS est une épreuve de Trail montagnard empruntant les sentiers, pistes et itinéraires du massif du Queyras et du Guillestrois. Cette course est rendue difficile par son profil mais aussi par la technicité de ses sentiers. Vous évoluez en zone montagneuse et sauvage.

4 couleurs de difficulté sur le road-book vous informent de la difficulté des sentiers :

- VERT : piste 4x4 ou route
- BLEU : sentier facile bien tracé et plutôt roulant
- ROUGE : sentier difficile, pentu
- NOIR : sentier très difficile, très pentu

Course	Distance	D+	Date de départ	Horaire	Lieu de départ	Temps max
L'Ultra Tour	164 km	11 200 m	07 juillet 2023	05 :00	Guillestre	55h
La Grande Traversée	100 km	6 600 m	08 juillet 2023	06 :00	Abries	30h
Le Trail des crêtes	65 km	4 100 m	08 juillet 2023	07 :00	St Véran	22h
Le Trail des Lacs	45 km	3 200 m	08 juillet 2023	08 :00	Ceillac	16h

Le parcours sera balisé par un système de fléchage par jalonnets à fanions et bandes réfléchissantes sur les zones de nuit complété par de la rubalise. Nous vous incitons cependant, fortement à bien étudier le roadbook de la course.

TARIFS

	Du 1 ^{er} décembre 2022 au 31 janvier 2023	Après le 01/02/2023
L'Ultra Tour (164 km)	170€	180€
L'Ultra Tour (164km) en relais de 4	180€/ équipe	180€/ équipe
La Grande Traversée (100 km)	105€	115€
Le Trail des crêtes (65 km)	70€	75€
Le Trail des lacs (45km)	50€	55€
Navettes	7€	7€
Pacer	40€	40€
Repas accompagnant	10€	10€

CONDITIONS DE PARTICIPATION

Pour participer, il est indispensable :

- D'être pleinement conscient de la longueur et de la spécificité de l'épreuve et d'être parfaitement entraîné pour cela. D'avoir acquis, préalablement à la course, une réelle capacité d'autonomie personnelle permettant de gérer les problèmes induits par ce type d'épreuve, et notamment :
 - Savoir affronter sans aide extérieure des conditions climatiques pouvant être très difficiles du fait de l'altitude (vent, froid, pluie ou neige)
 - Savoir gérer les problèmes physiques ou mentaux découlant d'une grande fatigue, les problèmes digestifs, les douleurs musculaires ou articulaires, les petites blessures...
- D'être pleinement conscient que le rôle de l'organisation n'est pas d'aider un coureur à gérer ces problèmes.
- D'être pleinement conscient que pour une telle activité de pleine nature la sécurité dépend de la capacité du coureur à s'adapter aux problèmes rencontrés ou prévisibles.

Les 4 courses sont ouvertes à toute personne, homme ou femme, ayant plus de 20 ans révolus le jour de la course (catégorie espoir à Master 8), licenciée ou non.

- Master 8 : 1944 à 1948
- Master 7 : 1949 à 1953
- Master 6 : 1954 à 1958
- Master 5 : 1959 à 1963
- Master 4 : 1964 à 1968
- Master 3 : 1969 à 1973
- Master 2 : 1974 à 1978
- Master 1 : 1979 à 1983
- Master 0 : 1984 à 1988
- Sénior : 1989 à 2000
- Espoir : 2001 à 2003

SEMI-AUTOSUFFISANCE

Les coureurs sont en semi-autosuffisance. Cela signifie qu'ils ne doivent en aucun cas compter uniquement sur les ravitaillements. Les sections les plus longues (par ex, La Barge/ Basse Rua : 15km) durent parfois plus de 7h00 pour les plus lents. Il est donc obligatoire de se munir tout au long de la course d'une réserve alimentaire et de boisson suffisante pour rallier 2 points de ravitaillements.

Le Guillestrois-Queyras possède de nombreuses sources (qui vous seront indiquées), torrents où l'eau est potable. Pour les sujets sensibles à cette eau des montagnes, soyez raisonnables, ou prévoyez des pastilles de purification.

Pour bien préparer votre ultra, il est recommandé d'établir un plan de marche, en vous appuyant sur la « couleur » des sentiers (voir Roadbook) et aux reconnaissances du parcours que vous aurez pu accomplir.

NAVETTES

Horaires et lieux de départ des navettes : référez-vous au site internet.

Elle n'est pas incluse dans votre inscription et nécessitera un paiement lors de l'inscription. Un ticket vous sera donné à la remise des dossards. Remettez-le au chauffeur. Le départ des navettes a lieu au Gymnase de Guillestre pour vous rendre :

- Abries : départ du 100km
- St Véran : départ du 65km
- Ceillac : départ du 45km

La priorité sera donnée aux coureurs qui auront acheté leur ticket à l'avance !

HÉBERGEMENTS ET CAMPINGS

Une liste d'hébergements non exhaustive est disponible dans la rubrique « infos pratiques » de notre site web. Les plans des différents sites-villages sont en lignes sur le site web, rubrique « infos pratiques ».

Campings coureurs sur Guillestre:

- Camping La Rochette, Route des campings, 05600 Guillestre
- Camping La Ribière, La Ribière, 05600 Guillestre

Campings coureurs sur Abries :

- Camping municipal de Valpreyèvre
- Camping des Chardonnets

Camping coureurs sur St Véran :

- Camping de Chanterane, à Molines en Queyras

Camping coureurs sur Ceillac :

- Camping Municipal Le Moutet, 05600 Ceillac
- Camping les Mélèzes, 05600 Ceillac

SPÉCIFICITÉ DU PARC NATUREL REGIONAL DU QUEYRAS

Le Grand Raid du Guillestrois-Queyras se situe à 75% dans le PNR du Queyras.

C'est de ce fait, une zone sensible et particulièrement protégée.

Nous vous demandons de ne jamais sortir des sentiers balisés, de ne rien jeter, de ne pas écouter de musique (qui pourrait nuire à la faune).

En cas de non- respect de ces consignes, nous serons obligés de vous disqualifier.

CAPACITÉ D'ACCUEIL

1500 participants au total :

- 400 sur le 164 km
- 400 sur le 100 km
- 400 sur le 65 km
- 300 sur le 45 km

Une fois, cette capacité maximale atteinte, une liste d'attente sera établie pour chaque course.

ANNULATION

Causes d'annulation possibles:

- accident, maladie empêchant la participation (certificat médical nécessaire),
- décès atteignant son conjoint, ses ascendants ou descendants au premier degré,
- pour toute autre raison, merci de nous adresser un courrier.

Montant des remboursements:

- avant le 15 avril, remboursement de 100%, moins 15€ pour frais de dossier
- avant le 15 mai, remboursement de 50%,
- avant le 15 juin, remboursement de 25%,
- après le 16 juin, aucun remboursement possible.

En cas d'annulation par l'organisation (conditions météorologiques, conditions sanitaires exceptionnelles,...), deux options vous seront possibles :

- report de l'inscription sur l'édition de 2024
- remboursement à 75%

CHANGEMENT DE PARCOURS/ TRANSFERT DE DOSSARD

- **Changement de parcours :**

Tout coureur peut, s'il le souhaite, changer de parcours, jusqu'au 15 juin inclus, dans la mesure où le parcours demandé n'est pas complet.

Pour cela, il doit en faire la demande par mail à :

grandraidqueyras@gmail.com

- **Transferts de dossards :**

Les transferts de dossard sont autorisés jusqu'au 15 juin inclus.

ÉQUIPEMENT

Vous devez être en possession du matériel obligatoire tout au long de la course. Des contrôles inopinés par les bénévoles ou les commissaires de courses pourront avoir lieu à n'importe quel moment de la course. Certains dossards seront tirés au sort pour être contrôlés lors de l'accès au sas de départ.

Matériel OBLIGATOIRE SUR TOUS LES FORMATS DE COURSE !

- Un RÉCIPIENT pour boire car il n'y aura pas de gobelet plastique sur les ravitos.
- Un sifflet
- Une bande élastique de façon à faire un bandage (100 x 6 cm)
- Une couverture de survie entière (non découpée)
- Une veste imperméable (type Gore Tex) avec capuche
- Un pantalon ou collant long (3/4 accepté)
- Une polaire (technique ou non)
- Une première sous couche sèche manches longues
- Une poche imperméable (sac plastique ou autre)
- Une réserve alimentaire de survie composée de 2 barres énergétiques minimum

- Un ou plusieurs contenants de liquide de 1,5 L minimum au total
- Un bonnet ou un tour de cou
- Des gants
- Un téléphone portable avec le numéro des secours (sur le dossard) pré enregistré et batterie pleine
- Une lampe frontale avec un jeu de piles de rechange
- Votre carte d'identité
- Une poubelle à déchets

Matériel FORTEMENT RECOMMANDÉ:

- Une cape de pluie
- Des vêtements de rechange (dans le sac d'allègement)
- Des bâtons de marche
- Un GPS contenant le tracé
- De l'argent liquide
- Le road-book complet
- De la crème anti-frottement
- De la crème solaire
- Des lunettes de soleil
- Un altimètre (GPS ou barométrique)
- Des pastilles (micro pure) si vous êtes sensibles à l'eau de source

DOSSARDS

Les lieux et horaires de retrait de dossards sont à consulter sur le site web de la course rubrique « infos pratiques ».

Chaque dossard est remis individuellement à chaque coureur. Il est équipé d'un code barre permettant d'être scanné en différents points de la course. Le dossard doit être visible en totalité et en permanence. Il doit donc être toujours positionné au-dessus de tout vêtement. Le nom et le logo des partenaires ne doivent être ni modifiés, ni cachés. Le dossard sera également le laisser-passer pour les ravitos, la zone de sacs d'allègement et les douches, ainsi qu'aux zones de restauration pour votre repas coureur et votre bière d'arrivée.

PACERS

Le pacer est un "accompagnateur". Seuls les coureurs du **164 km** peuvent prétendre à un pacer.

Le pacer rejoint son coureur sur la portion de son choix à partir de la Base de Vie de Ristolas et quitte son coureur sur l'endroit de son choix. Le début et la fin d'un pacer doit se faire obligatoirement sur un ravitaillement. Le pacer peut accompagner sur plusieurs portions différentes, donc s'arrêter et reprendre plus loin. Il est équipé d'un dossard et à accès aux ravitaillements ainsi qu'au repas d'arrivée. Le pacer n'est pas classé et ne peut prétendre aux dotations produits de départ et d'arrivée.

Sa mission est d'accompagner le coureur, le rassurer, l'encourager et ainsi l'aider à rallier Guillestre, **sans toutefois lui porter ses affaires obligatoires, ni le tracter ou le pousser**. Il n'est possible d'avoir qu'un seul pacer par coureur.

ASSISTANCE

L'assistance n'est autorisée que sur les zones de ravitaillements. Une personne par coureur, dans la zone dédiée. Il est interdit de porter assistance en dehors des zones de ravitaillement.

SÉCURITÉ ET ASSISTANCE MÉDICALE

Réseau téléphonique:

Le réseau GSM ne fonctionne pas partout. Néanmoins vous devez vous munir d'un téléphone portable chargé et allumé pendant la course. Merci de le recharger si besoin sur la base vie d'Abries afin qu'il reste chargé tout au long de l'épreuve.

Liaison radio:

L'organisation s'engage à déployer un système de relais radio provisoire permettant à l'équipe de secours et des bénévoles de communiquer rapidement. Cependant nous ne pouvons garantir la couverture à 100%. Une entreprise professionnelle dédiée est sollicitée pour ces aspects liés à la communication radio sur tout le parcours.

Système de secours:

L'organisation prévoit un système complet de prise en charge de votre sécurité. Néanmoins aucun système n'est à 100% valable. Nous avons prévu pour votre sécurité :

- Des unités de secours mobiles sur des postes nécessitant une attention particulière
- Des unités de secours fixes sur des postes avancés sur le parcours permettant le rapatriement.
- Un hélicoptère dédié à l'acheminement des secours et l'évacuation des blessés légers
- Un PC course à Ceillac
- 4 postes médicaux avancés à Ristolas, St Véran, Ceillac et Guillestre
- Des équipes de pisteurs/ secouristes au sommet de chaque col (11 au total !)
- Des signaleurs bénévoles tout au long du parcours avec pointage manuel
- Un système de chronométrage par code-barres à 8 points de contrôle
- Un certain nombre d'échappatoires définitives en cas d'abandon ou de blessure légère
- Différentes options de repli permettant de se donner un maximum de chances de rallier Guillestre même par mauvais temps, sans toutefois pouvoir le garantir.

Procédure de secours:

Les postes de secours sont destinés à porter assistance à toute personne en danger avec les moyens propres à l'organisation ou conventionnés. Il appartient à un coureur en difficulté ou sérieusement blessé ou témoin d'un accident de faire appel aux secours.

Pour cela il dispose de plusieurs moyens:

- en se présentant à un poste de secours

- en appelant le PC course (le N° sera communiqué sur le road-book et le dossard)
- en demandant à un autre coureur de prévenir les secours

Il appartient à chaque coureur de porter assistance à toute personne en danger et de prévenir les secours !

N'oubliez pas que des aléas de toute sorte, liés à l'environnement et à la course, peuvent vous faire attendre les secours plus longtemps que prévu. Un coureur faisant appel à un médecin ou un secouriste se soumet de fait à son autorité et s'engage à accepter ses décisions.

Les secouristes sur avis médical et les médecins officiels sont en particulier habilités:

- à mettre hors course (en invalidant le dossard) tout concurrent inapte à continuer l'épreuve
- à faire évacuer par tout moyen à leur convenance les coureurs qu'ils jugeront en danger.

En cas de fatigue ne vous permettant plus de continuer:

Nous vous demandons de signaler votre présence au PC course par tout moyen possible à votre disposition. Vous ne devez en aucun cas vous éloigner du sentier sans en avoir averti le PC course. Toute personne n'étant plus sur le sentier officiel de la course n'est plus sous la responsabilité de l'organisateur. En cas de force majeure, si vous devez vous abriter, même à quelques mètres du sentier officiel, il vous est demandé d'avertir le PC et de matérialiser votre présence sur le sentier par tout moyen possible afin que les serre-files puissent vous rejoindre.

Cheminement de nuit ou brouillard:

Les commissaires de courses peuvent vous contraindre à évoluer par petit groupe si votre état de fatigue l'impose ou pour toute autre raison (météo, brouillard etc..). Ainsi il peut vous être demandé d'attendre un concurrent afin de rester en groupe.

Patous et troupeaux:

Les alpages du Guillestrois-Queyras sont en partie fréquentés par des troupeaux de moutons gardés par des « patous ». Des consignes ont été données aux bergers afin d'éloigner les troupeaux de l'itinéraire emprunté le week-end de la course. Néanmoins, si vous êtes amené à croiser un « patou », les recommandations sont simples:

- arrêtez de courir
- restez debout, donnez-lui le temps de vous identifier
- ne pas tenter de l'effrayer ni de l'éloigner avec vos bâtons
- continuer à avancer sur le chemin calmement
- appelez le PC course ou signalez sa présence au premier bénévole croisé.

Vous trouverez sur le site web des consignes particulières concernant le comportement à avoir face à un troupeau. Soyez respectueux du travail des bergers, ralentissez pour ne pas effrayer les animaux et pour votre sécurité.

POSTES DE CONTRÔLE ET RAVITAILLEMENTS

Tous les concurrents doivent obligatoirement passer à tous les points de contrôle électronique et aux différents ravitaillements (voir road-book pour positionnement précis).

Seuls les coureurs porteurs d'un dossard visible et dûment contrôlés ont accès aux postes de ravitaillement.

Le tableau de marche de la course vous permettra de repérer la liste précise des points de ravitaillement, eau, points de secours et sera disponible sur le roadbook.

TEMPS MAXIMUM AUTORISÉS ET BARRIÈRES HORAIRES

Le temps maximal de l'épreuve, pour la totalité du parcours, est fixé à :

- 55 heures pour le 164 km
- 30 heures pour le 100 km
- 22 heures pour le 65 km
- 16 heures pour le 45 km

Les Barrières Horaires :

- Ravitaillement 1, Arvieux : Vendredi 07 juillet, 11h30
- Ravitaillement 2, Souliers : 15h
- Ravitaillement 3, Les Fonds de Cervières : 19h
- **Lac du Malrif , 21h30 : Les coureurs arrivant après cet horaire seront déclarer « hors course » et se verront réorienter sur une échappatoire vers Aiguilles**
- Ravitaillement 4, Abries : Vendredi 7 juillet : 23h
- Base de Vie, Ristolas : 01h00 (Ultra Tour)
- Ravitaillement 6, Refuge Agnel : 05h30 (Ultra Tour) ; 12h00 (Grande Traversée)
- Ravitaillement 7, St Véran : 11h30 (Ultra Tour) ; 16h30 (Grande Traversée)
- Ravitaillement 8, Ceillac : 17h00 (Ultra Tour) ; 20h30 (Grande Traversée) ; 12h30 (Trail des Crêtes)
- Ravitaillement 9, La Barge : 23h (Ultra Tour) ; 01h30 (Grande Traversée) ; 17h30 (Trail des Crêtes) ; 13h (Trail des lacs)
- Ravitaillement 10, Basse Rua : dimanche 09, 04h00 (Ultra Tour) ; 07h00 (Grande Traversée) ; Samedi 22h30 (Trail des Crêtes) ; 18h (Trail des Lacs)
- Arrivée : Guillestre (Gymnase) : 12h00 : (Ultra Tour et Grande Traversée) ; 05h00 (Trail des Crêtes) ; 0h00 (Trail des lacs).

Pour être autorisés à poursuivre l'épreuve, les concurrents doivent repartir du ravitaillement avant l'heure limite de la barrière horaire. Tout concurrent mis hors course et voulant poursuivre son parcours ne pourra l'effectuer qu'après avoir restitué son dossard, sous sa propre responsabilité et en autonomie complète. En cas de mauvaises conditions météorologiques et/ou pour des raisons de sécurité, l'organisation se réserve le droit d'arrêter l'épreuve en cours ou de modifier les barrières horaires.

ABANDON ET RAPATRIEMENT

Sauf blessure, un coureur ne doit pas abandonner ailleurs que sur un point de contrôle. Il doit alors prévenir le responsable de poste, qui invalide définitivement son dossard.

Le rapatriement sera décidé avec le chef de poste, en fonction des règles générales suivantes :

- Des navettes sont disponibles au départ de Ristolas qui est la zone principale et préférable d'abandon en cas d'impossibilité de continuer le parcours.
- Il y aura également des navettes à St Véran et à Basse Rua.

Les coureurs qui ne peuvent rallier Ristolas, doivent se rendre dans l'un des points de contrôle et de ravitaillement du parcours et se faire signaler par l'un des signaleurs bénévoles ou secouriste présent s'il les rencontre. Ils seront rapatriés par l'organisation avec le départ des bénévoles lors du passage du serre-file, dans la mesure des places disponibles. En cas de conditions météo défavorables justifiant l'arrêt partiel ou total de la course, l'organisation assure le rapatriement des coureurs arrêtés dans les meilleurs délais possibles vers Guillestre.

En cas d'abandon, et de rencontre avec le serre-file, celui-ci invalide le dossard. Le coureur n'est alors plus sous le contrôle de l'organisation.

ZONES DE CALME ET DE REPOS

Plusieurs zones ont été réservées par l'organisation pour vous permettre des temps de repos. Néanmoins les temps de repos sont minutés afin de permettre à un maximum de coureur d'en profiter et de les partager avec les bénévoles. Nous ne pouvons garantir la disponibilité pour tous. Merci de votre compréhension.

Nous n'avons pas d'accord (sauf urgence médicale) avec les refuges suivants sur le parcours pour vous héberger car ils sont tout simplement en pleine saison :

Nom	Tps max repos	Nb couchage (approximatif)
Base vie de Ristolas	2h00	20 lits de camp dans la salle des fêtes
Ravito du Refuge Agnel	20min	20 lits de camp
Base de vie de Ceillac	2h00	20 lits de camp dans les salles de l'école
Ravito de La Barge	20min	15 lits de camp dans la salle des fêtes
Ravito de Basse Rua	1h	15 lits de camp

DISQUALIFICATION

Des commissaires de course présents sur le parcours, et les chefs de poste des différents points de contrôle et de ravitaillement sont habilités à faire respecter le règlement et à appliquer immédiatement une disqualification en cas de non-respect, selon les règles suivantes :

Une disqualification automatique s'applique dans les cas suivant :

- Non présentation ou refus du passage dans le sas de départ pour activer la puce électronique
- Non-respect du règlement et de la charte notamment la charte covid
- Coupe de sentier
- Jet de détritrus (acte volontaire) par un concurrent et ou un membre de son entourage
- Non-respect des interdictions liées à la zone de traversée du Parc Naturel Régional du Queyras
- Non-assistance à une personne en difficulté
- Triche (utilisation d'un moyen de transport, partage de dossard...)
- Absence de la puce électronique
- Absence de passage à un point de contrôle
- Absence du matériel obligatoire (contrôle inopiné)

- Refus d'obtempérer à un ordre de la direction de la course, d'un commissaire de course, d'un chef de poste, d'un médecin ou d'un secouriste.
Le service médical peut demander à l'Organisation de la Course de mettre hors course un participant, dont il juge l'état de santé inapte à poursuivre l'épreuve.
- Refus d'un contrôle anti-dopage
- Départ d'un point de contrôle au-delà de l'heure limite
- Assistance en dehors des points de ravitaillements

ANTIDOPAGE

Tout compétiteur peut être soumis à un contrôle antidopage pendant ou à l'arrivée de l'épreuve. En cas de refus ou d'abstention, le sportif sera sanctionné de la même façon que s'il était convaincu de dopage.

MODIFICATION / ANNULATION DE LA COURSE

L'organisation se réserve le droit de modifier à tout moment le parcours et les emplacements des postes de secours et de ravitaillement, sans préavis.

En cas de conditions météorologiques trop défavorables (importantes quantités de pluie et de neige en altitude, fort risque orageux...) le départ peut être reporté. En cas de mauvaises conditions météorologiques, et pour des raisons de sécurité, l'organisation se réserve le droit d'arrêter l'épreuve en cours ou de modifier les barrières horaires.

Un remboursement à hauteur de 80% est prévu en cas d'annulation par l'organisation et est nul en cas de force majeure.

ASSURANCES

Responsabilité civile :

L'organisateur souscrit une assurance responsabilité civile auprès de la Mutuelle des Sportifs pour la durée de l'épreuve.

Cette assurance responsabilité civile garantit les conséquences pécuniaires de sa responsabilité, de celle de ses préposés et des participants.

Individuelle accident :

Lors de l'inscription nous vous assurons automatiquement pour :

- Les frais de recherche, de secours, y compris en hélicoptère ;
- Les frais de rapatriement ;
- La responsabilité civile liée à la pratique sportive (en complément ou en remplacement de contrats personnels existants) ;
- Une garantie individuelle accident.

En cas de prise en charge médicale vous devez immédiatement avertir la course et éventuellement votre assurance afin que l'une ou l'autre des assurances puisse fonctionner. Sans quoi les frais seront à votre charge. Un hélicoptage peut coûter plusieurs milliers d'euros.

En cas d'abus sur la demande d'hélicoptage, aucun bon médical ne sera délivré par le médecin et la facture sera à vos frais.

DÉCHARGE

Chaque coureur déclare :

1. s'engager à avoir avec soi la totalité du matériel obligatoire pendant toute la durée de la course et décharger l'organisation de toute responsabilité en cas d'accident ou malaise lié à l'absence du matériel obligatoire prévu ;
2. avoir pris connaissance de la liste du matériel obligatoire présente dans le règlement ;
3. accepter les contrôles du matériel obligatoire qui pourront être effectués à n'importe quel moment de la course et être pleinement conscient que l'absence d'un seul élément du matériel obligatoire prévu pour la course peut entraîner une disqualification et déclare accepter le jugement sans appel des membres de l'organisation chargés du contrôle;
4. décharger l'organisation « Grand Raid du Guillestrois-Queyras », le directeur de compétition et le responsable du parcours, de toute responsabilité concernant les dommages aux biens ou aux personnes, y compris les accidents corporels et/ou la mort ;
5. assumer toute la responsabilité concernant les dommages qu'il pourrait provoquer à des tiers ou aux biens appartenant à des tiers.

ROAD-BOOK

Le road-book est téléchargeable sur le site internet du Grand Raid du Guillestrois-Queyras.

Le road-book vous sera envoyé par mail 3 mois avant la course. Nous vous conseillons fortement de l'avoir sur vous lors de la course, car il représente un moyen sûr de s'orienter, le balisage pouvant être défaillant (débalisage, météo...).

Il comprend les cartes du parcours et les informations pratiques telles que les heures limites de passage, les lieux de ravitaillements, les consignes de secours,...

ACCUEIL DU PUBLIC

Nous incitons le public à se rendre sur les zones d'accueil du public pour encourager les coureurs. La zone de la réserve naturelle des lacs Egorgeou et Foréand est interdite au public. Certaines zones proposent des animations pour le public (programme en ligne sur le site web).

Il est aussi possible de randonner sur le parcours pour voir les coureurs et profiter de ce magnifique cadre. Les refuges et gîtes d'Arvieux, Souliers, les Fonds, Abries, Ristolas, La Monta, Agnel, La Blanche, Sté Véran, Ceillac, Basse Rua sont ouverts à la réservation.

Le public et les accompagnateurs ne sont pas sous la responsabilité de l'organisation.

SACS COUREURS (164 km et 100 km)

Il vous est remis un sac d'allègement en toile et étiqueté avec votre numéro de dossard, au retrait des dossards. Il est à déposer sur l'aire de départ au moment du contrôle des dossards (accès au sas de départ) à Guillestre ou à Abries selon votre course.

- Pour le 164 km, 2 sacs : **1 pour Ristolas, 1 pour Ceillac**
- Pour le 100 km, **1 sac à Ceillac**

CLASSEMENT ET RÉCOMPENSES

Pour le Grand Raid du Guillestrois-Queyras, seuls les coureurs arrivant à Guillestre sont classés.

- Aucune prime en argent n'est distribuée.
- Les 3 premiers hommes et les 3 premières femmes du classement général, ainsi que le premier homme et la première femme de chaque catégorie reçoivent un lot.

Tous les résultats seront en ligne sur www.grandraidduguillestrois-queyras.com

DROIT À L'IMAGE

Tout concurrent renonce expressément à se prévaloir du droit à l'image durant l'épreuve, comme il renonce à tout recours à l'encontre de l'organisateur et de ses partenaires agréés pour l'utilisation faite de son image.

« **Le Grand Raid du Guillestrois et du Queyras** » est une marque légalement déposée. Toute communication sur l'évènement ou utilisation d'images de l'évènement devra se faire dans le respect du nom de l'évènement, des marques déposées et avec l'accord officiel de l'organisation.

Aucune vente de photo de l'évènement du Grand Raid du Guillestrois et du Queyras ne pourra être faite sans l'accord de l'Organisateur.