

REGLEMENT du TRAIL Des RAGONDINS le 21 juin 2026

1- Présentation des épreuves

Le Trail des Ragondins est une course à pied qui se déroule en majorité sur les chemins des Basses Vallées Angevines, autour des rivières Sarthe et Mayenne.

3 parcours et 4 épreuves sont prévus :

- 1 course nature de 10 km en SOLO uniquement → Boucle C et arrivée
- 1 course nature de 16 km en SOLO uniquement → Boucle A et arrivée
- 1 trail de 32 km environ en SOLO (Totalité) ou en RELAIS (2 concurrents effectuent environ la moitié du parcours) → Boucle A (16 km) puis boucle B (16km) et arrivée

2- Dates et horaires

Date : Dimanche 21 juin 2026

Programme :

- Trail de 32 km SOLO ou RELAIS à 2 → Dénivelé 340 + et 340 – catégorie XS
→ Départ à 8 h 15 et arrivées prévues entre 10 h 15 et 12 h 30
- Course nature de 16 km uniquement en SOLO → Dénivelé 150 + et 150 –
→ Départ à 8h50 et arrivées prévues entre 9 h 50 et 10 h50
- Course nature de 10 km uniquement en SOLO → Dénivelé 50 + et 50 –
→ Départ à 9h40 et arrivées prévues entre 10 h 30 et 11 h 10

Les départs et arrivées se font au théâtre de verdure en bas du bourg de Cantenay-Epinard, près de la Mayenne.

- ### 3- Ravitaillements et aide extérieure:
- Chaque participant court en autonomie et doit prévoir ses réserves d'eau et d'alimentation sur le parcours. Cependant des ravitaillements, en eau principalement, sont prévus aux kms 16 et 32 (Arrivée) pour le trail de 32 km. Un ravitaillement en eau sera également mis en place au milieu de chaque boucle en cas de température extérieure > 30°C. ravitaillement uniquement à l'arrivée pour les 10 et 16 km

Les ravitaillements hors zones prévues sont interdits

Toute aide extérieure sur le parcours et pendant la course est interdite. Le port de bâtons télescopiques n'est pas autorisé.

- ### 4- Chronométrage :
- toutes les épreuves sont chronométrées avec puces électroniques. Le port d'une puce ne correspondant pas à l'identité du participant entraîne sa disqualification. Pour les solos, puce individuelle, pour les relais une seule puce interchangeable par relais, mais un numéro de dossard par participant. La société de chronométrage est BREIZ CHRONO
- Chaque solo ou relais sera chronométrée individuellement (temps réel) et le classement sera automatiquement mis à jour, en fonction des horaires de départs et bien sûr d'arrivées
 - Des temps intermédiaires pour le 32 km (à chaque fin de boucle) seront également disponibles

5- Engagements et inscriptions

- a. **Limites de participation :** La limite totale des participants sur les 3 courses est fixée à 1500, soit 700 sur le 16 km et 400 sur le 10 km et 400 sur le 32 km
- b. **Droits d'engagement :** Les droits d'engagement sont fixés d'une année sur l'autre et sont disponibles sur le site internet et sur les bulletins d'inscription à partir du 15 Février 2026.
- c. **Documents obligatoires : Pour participer aux épreuves, les documents à fournir sont au minimum :**
 1. Le bulletin d'inscription dûment rempli et signé
 2. Le droit d'engagement
 3. Une autorisation parentale pour les mineurs
 4. Le numéro de la licence et une copie de la licence pour les licenciés FFA (Athlé Compétition, Entreprise, Running et pass Running)
une licence sportive en cours de validité délivrée par une fédération uniquement agréée (FCD, FFSA, FFH, FSPN, ASPTT, FSCF, FSGT, UFOLEP) sur laquelle apparaît la mention de non contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition" est acceptée (voir Réglementation des manifestations Running, 2023 ; page 11/53). Joindre la copie recto/verso de cette licence

ou un PPS (Parcours de Prévention Santé) validité de moins de 1 an.

5. Inscription possible pour les personnes à mobilité réduite ou handicapés avec joëlette ou en fauteuil : Dans ce cas « Le port du casque et des gants est obligatoire et le fauteuil doit être doté d'un dispositif de freinage »

Pour le retrait des dossards le jour de la course ou la veille, une pièce d'identité est nécessaire ainsi que la licence pour les licenciés FFA (Athlé Compétition, Entreprise, Running et pass Running) et fédérations agréées
En s'inscrivant, le participant reconnaît avoir lu le règlement et en accepter toutes les clauses

d. **Modalités et Limites d'inscription**

1. Les inscriptions se feront en principe par courrier ou par internet www.traildesragondins.fr
2. Les droits d'engagement seront majorés pour les inscriptions à compter de 1 semaine avant la course et à nouveau majorés pour les inscriptions sur place uniquement le samedi 20 juin (dans ce cas la présentation du certificat médical copie papier est obligatoire)
3. Les courses sont réservées aux hommes et femmes en catégories
 - D'espoirs (nés entre 2004 et 2006) à masters (nés en 1991 ou avant) sur le 32 km SOLO et de juniors (nés en 2007 et 2008) à masters pour le RELAIS à 2
 - De juniors (Nés en 2007 et 2008) à masters pour le 16 km en SOLO
 - de cadets (nés en 2009 et 2010) à masters pour le 10 km en SOLO
4. Cas des participants étrangers

Les participants étrangers sont tenus de fournir un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, même s'ils sont détenteurs d'une licence compétition émise par une fédération affiliée à World Athletics. Ce certificat doit être rédigé en langue française, daté, signé et permettre l'authentification du médecin, que ce dernier soit ou non établi sur le territoire national. S'il n'est pas rédigé en langue française, une traduction en français doit être fournie.

4. Aucune possibilité de s'inscrire dans 2 courses à la fois

6- **Podiums, Prix et récompenses**

- Une remise des prix aura lieu sur le site arrivée / départ après les courses
- Des prix seront remis pour les 4 épreuves dans les catégories suivantes
 1. SCRATCH hommes et SCRATCH femmes SOLO 16, 32 et 10 km. 3 premiers et 3 premières y compris masters 0
 2. Masters catégories 1/2, 3/4, 5/6, 7/8 hommes et femmes SOLO 16, 32 Km =. Premier de chaque catégorie. Pour le 10 km premier masters Toutes catégories (sauf M0) Hommes et femmes.
 3. Le premier RELAIS SCRATCH, le premier RELAIS MIXTE et le premier RELAIS FEMMES des RELAIS à 2 sur le 32 km

Pas de cumul de prix dans 2 catégories (Ex : Un master arrivé dans les 3 premiers du scratch, ne recevra pas de prix dans la catégorie Masters). Le nombre de prix et leur montant seront fixés d'une année sur l'autre, et inscrits sur le site internet et les bulletins d'inscription à partir de début mai de l'année en cours

7- **Désistement**

En cas de désistement d'un concurrent, les droits d'engagement ne seront pas remboursés sauf sur présentation d'un certificat médical

8- **Annulation**

En cas d'annulation de force majeure l'organisateur pourra mettre fin à la manifestation. Les participants en seront prévenus par les moyens possibles. Ils devront alors se conformer strictement aux directives de l'organisation qui de ce fait entraînera la fin de sa responsabilité.

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

Si annulation pour des raisons sanitaires, voir article 10

Ces informations d'éventuelle annulation seront disponibles sur le site www.traildesragondins.fr

9- **Comportement, propreté, code de la route, respect des propriétés privées et accompagnement**

- Les concurrents doivent respecter le balisage, les consignes des commissaires de course et le code de la route lors des franchissements de route
- "l'athlète doit porter visiblement sur le devant, dans son intégralité et durant toute la course, le dossard fourni par l'organisation". Pour information, les ceintures porte-dossards sont acceptées sous réserve d'assurer une bonne visibilité lors des contrôles effectués en course et à l'arrivée.
 - Les participants s'engagent à respecter les propriétés privées (et notamment à ne pas les emprunter en dehors du jour de la course)
 - Il est conseillé d'emmener son téléphone portable avec soi, et Tout concurrent est tenu à porter assistance auprès des autres concurrents en attendant l'arrivée des secours
- Enfin pour courir sur des terrains naturels, il est primordial de respecter leur environnement. Par conséquent, tout participant jetant un gobelet ou l'emballage d'un aliment dans un endroit non prévu à cet effet sera exclu de la course ou disqualifié.
- L'accompagnement des coureurs, par des personnes à pied, en VTT ou engins à roues motorisé n'est pas autorisé. De même la course avec un animal est interdite.

10- Mesures appliquées en rapport avec la crise sanitaire

L'association la trace s'engage à respecter les règles sanitaires qui seront définies par les autorités à la date prévue de l'épreuve. En cas d'annulation de l'épreuve par les autorités pour des raisons sanitaires, l'association appliquera une décision en fonction du délai restant avant la course, par rapport notamment au remboursement ou non des frais d'inscription. Donc une information complémentaire sera apportée quelques jours avant les épreuves

11- Sécurité et assurances

- Le parcours est assuré par des signaleurs à chaque traversée de route ou passage délicat. La couverture médicale est assurée par 1 médecin, une infirmière et une équipe de secouristes. Ceux-ci sont habilités à mettre hors course tout concurrent dont l'état physique ou mental est incompatible avec la poursuite de l'épreuve
- L'organisation décline toute responsabilité en cas de défaillance physique, chute ou accidents causés par le non-respect des consignes et du règlement
- L'organisation est couverte par une assurance responsabilité civile contractée auprès de la MAIF associations
- Chaque concurrent licencié est assuré par sa fédération. Il incombe aux autres participants de s'assurer à titre individuel pour les dégâts corporels
- "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 cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve. Toute personne disposant d'un dossard acquis en infraction avec le présent règlement pourra être disqualifiée. Le dossard devra être entièrement lisible et porté devant lors de la course. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation."

12- Contrôle anti-dopage

Un contrôle anti-dopage peut avoir lieu inopinément sur ces épreuves et un espace est prévu à cet effet sur le site

13- Droits à l'image et cnil

« Conformément à la loi "informatique et libertés" du 6 janvier 1978 modifiée et au RGPD, les personnes concernées par les données personnelles traitées possèdent un droit d'accès, de rectification, de suppression des données les concernant ainsi qu'un droit de limitation et d'opposition au traitement et à la portabilité de ses données personnelles ».

De part sa participation, le concurrent renonce à tout droit personnel à l'image et autorise l'organisateur ainsi que ses ayant droits et partenaires à utiliser celle-ci sur tout support pour une durée de 2 ans, dans le monde entier.

« Ces personnes disposent également d'un droit d'opposition au traitement de leurs données personnelles à des fins de prospection commerciale par l'organisation et/ou ses partenaires. Ces droits s'exercent par courriel à l'adresse suivante : traildesragondins@gmail.com