

Montée de la Foilleuse

Règlement de course

1. Participation

1.1. L'épreuve se dispute en individuel, plusieurs catégories sont proposées :

Swiss Skimo Cup	
U23 H + F	21 – 23 ans
Elite H + F	24 – 44 ans
Masters H + F	45 ans et plus
Youth Skimo Cup	
U20 H + F	19 – 20 ans
U18 H + F	17 – 18 ans
U16 H + F	16 ans et moins
Hors Championnats Suisse	
Masters II H + F	55 – 64 ans
Masters III H	65 ans et plus
Populaire Départ à 19h20	Classement pour les 3 le plus proche du temps moyen de tous les participants de la catégorie

1.2. Cette course engendre une classification en Coupe Suisse. La licence n'est pas obligatoire pour cette épreuve.

1.3. Les résultats ne seront proclamés que si au moins trois athlètes participent dans la catégorie.

1.4. Les participants doivent se conformer au présent règlement et sont responsables de leur inscription.

2. Assurance

2.1. Chaque coureur doit être assuré personnellement contre les accidents et autres dommages. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de non-respect de cette clause. Il est recommandé de conclure une assurance assistance par hélicoptère.

3. Matériel

3.1. Le délégué technique ou le jury se réserve le droit de refuser tout équipement jugé défectueux ou inadéquat

3.2. Matériel obligatoire par coureur

- **Une paire de skis** d'au moins 60mm de largeur au patin avec des carres métalliques sur au moins 90% de leur longueur.

La taille des skis est au minimum de :

- 160cm pour les hommes (senior - U20 Men)
- 150cm pour les femmes et U18 Men

- **Les skis sont équipés de fixations** permettant le mouvement des talons à la montée et blocables à la descente. La fixation doit posséder un système de déclenchement latéral et frontal, avec ou sans lanière de sécurité. Le poids pour skis + fixations est au minimum de :
 - 750 grammes, soit 1500 grammes la paire pour les hommes (senior-juniors)
 - 700 grammes, soit 1400 grammes la paire pour les femmes et U18 garçons
- **Une paire de bâtons** de type alpin ou de fond, avec des rondelles non-métallique
- **Une paire de chaussures montantes** (au-dessus de la malléole). Les semelles doivent couvrir au moins 75% de la surface de la chaussure ; la profondeur minimale des crans est de 4mm. Ils doivent être au minimum au nombre de 8 au talon et de 15 à l'avant et avoir une surface minimale de 1cm². La chaussure doit avoir au moins 2 boucles avec un système indépendant de fermeture. Les chaussures doivent permettre l'utilisation de crampons métalliques. L'utilisation du ruban adhésif ou équivalent pour fermer la chaussure est interdite. Les chaussures ne doivent pas avoir subi de modifications par rapport au modèle de référence du fabricant.

Le poids pour les chaussures (coque et chausse sec) est au minimum de :

 - 500 grammes, soit 1'000 grammes la paire pour les hommes (senior-juniors)
 - 450 grammes, soit 900 grammes la paire pour les femmes et cadets garçons
- **Une paire de peaux antidérapantes.** L'utilisation de ruban adhésif ou équivalent favorisant la glisse est interdite. Les peaux doivent pouvoir s'enlever et se remettre librement.
- **Une paire de gants** couvrant toute la main jusqu'au poignet et portés durant toute la course.
- **Une lampe frontale** en état de marche recommandé.
- **Carte d'identité**
- **Pour le championnats Suisse, se référer au règlement du CAS**

4. Conditions générales

- 4.1. Le matériel obligatoire doit être porté tout au long de la course
- 4.2. Chaque concurrent porte son dossard (numéro + sponsor) d'une manière bien visible, selon les directives données le jour de la course. Les dossards ne doivent pas être roulés ou découpés
- 4.3. Un coureur en difficulté peut abandonner de son propre chef ou être mis hors course sur décision de l'organisateur ou du délégué technique de la course. En cas d'abandon, il s'annoncera à la voiture-balais.
- 4.4. L'échange d'un ski ou de bâtons cassés est autorisé en tout temps
- 4.5. Chaque concurrent est tenu de suivre au plus près le balisage sous peine de disqualification
- 4.6. Chaque concurrent est tenu de venir au secours d'une personne en danger ou accidentée
- 4.7. L'organisation se réserve la possibilité de modifier en tout temps le programme, le matériel obligatoire ou le parcours de la course

- 4.8. Par respect pour l'environnement, aucun déchet n'est abandonné sur le parcours
- 4.9. Le non-respect du règlement entraînera la disqualification et/ou des pénalités
- 4.10. Aucune réclamation ne sera enregistrée dans cette épreuve amicale

Les organisateurs de la course déclinent toute responsabilité en cas de non-respect de ce règlement, dans son intégralité