



Règlement complet 2025

Article- 1- Présentation

Le Trail des Trois Rocs est une course/randonnée sportive de :

- 49 km, « 2300 D+ » **individuel ou en relais de deux** « 32 km D+ 1600 » - « 17 km 700D+ »
- 25 km « 1200 D+ » en individuel disputée à 90 % sur sentiers, ouverte à tous licenciés ou non.
- Et une randonnée de 17km « 750 D+ ».Le parcours est balisé.

L'épreuve impose aux concurrents une certaine prise en charge d'eux-mêmes (semi autonomie).

Article-2- Organisateur

Ces épreuves sont organisées par l'Association des 3 Rocs de Saint Antonin noble val.

Article-3- Condition de participation

3.1 Age minimum

- Le parcours de **49 km** est ouvert à partir de la catégorie espoir
- Pour le **49 km en relais**,
 - 1^{ère} boucle de 32 km ouverte à partir de la catégorie Espoir,
 - 2^{ème} boucle de 17km est ouverte à partir de la catégorie Junior.
- Le parcours de **25 km** est ouvert à partir de la catégorie Espoir

3.2 – Conditions d'admission:

LICENCES, PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ (PPS) :

La participation à la course est soumise à la présentation obligatoire par les participants d'un de ces documents à l'organisateur :

- d'une licence Athlé Compétition,
- Athlé Entreprise,
- Athlé Running délivrée par la FFA,
- d'un Pass' J'aime Courir" délivré par la FFA et complété par le médecin, en cours de validité à la date de la manifestation.

(Attention : les autres licences délivrées par la FFA (Santé, Encadrement et Découverte ne sont pas acceptées)

- d'une attestation PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ (PPS) datant de moins de 3 mois donc après le 28 février 2025 (voir <https://pps.athle.fr>)

NB : les licences des fédérations ci-dessous ne sont plus acceptées par la FFA.

- Fédération des clubs de la défense (FCD)
- Fédération française du sport adapté (FFSA)
- Fédération française handisport (FFH)
- Fédération sportive de la police nationale (FSPN)
- Fédération sportive des ASPTT
- Fédération sportive et culturelle de France(FSCF)
- Fédération sportive et gymnique du travail(FSGT)
- Union française des œuvres laïques d'éducation physique (UFOLEP)
- Fédération Française de Triathlon (FFTRI)



Aucun paiement sur place et aucun document présenté au retrait des dossards.

Article 4 - Inscription

4.1- Nombre limité

Le nombre de participants est limité à **620 pour l'ensemble des 3 courses**. Les inscriptions seront closes dès que le quota aura été atteint ou le **12 mai 2025** au soir. La répartition sera la suivante :

- 150 dossards pour le 49 kms (challenge trail départemental)
- 60 dossards pour le relais de 49 kms
- 350 dossards pour le 25 kms

L'organisation se réserve le droit de mettre en place une liste de "dossards invités" et de la gérer comme bon lui semble.

4.2 Mode d'inscription (Il n'y aura pas d'inscription le jour même)

L'inscription se fera uniquement en ligne sur le site www.chrono-start.com et sera obligatoirement suivie du paiement en ligne.

- Pour le 49 km : 33 € + frais d'inscription (lots sportifs, produits du terroir bière à l'arrivée compris)
- Pour le 49 km en relais : 44 € + frais d'inscription (lots sportifs, produits du terroir bière à l'arrivée compris)
- Pour le 25 km : 22 €+ frais (lots sportifs, produits du terroir, bière à l'arrivée compris).



Possibilité de se restaurer sur place. (grillade, marché de producteurs)

4.3 – Parcours

Le Trail des Rocs **ne communique pas les traces GPX** car les parcours empruntent des **propriétés privées**. Les propriétaires nous donnent l'autorisation de passage **le jour de la course seulement**. Nous vous remercions par avance **de ne pas diffuser ou partager votre trace GPX après l'épreuve**. Merci pour votre compréhension !

4.4 – Condition de remboursement

Les demandes de remboursement pour annulation d'inscription seront examinées au cas par cas. Si le remboursement est accepté, il sera de 80% du montant de l'inscription, hors frais d'inscription en ligne.

Il n'y aura ni changement de course ni remboursement après le 12 mai 2025.

4.4.1 – Assurance

Pour étendre les garanties d'annulation prévues par l'organisation (remboursement au-delà de la date prévue au règlement...), le participant peut s'il le souhaite souscrire une assurance optionnelle, non gérée par l'organisation. Cette assurance est proposée en option à l'inscription. Il lui appartient alors de prendre connaissance des conditions et modalités de remboursement prévues par la compagnie d'assurance. La déclaration de forfait et demande de remboursement se faisant alors directement à l'assureur.



Attention, en cas de changement de distance, l'assurance est automatiquement supprimée et non remboursée par l'organisme assureur car elle est souscrite pour une course précise.



Article -5 Inscriptions Marcheurs

Une boucle de 17 km (750 m de dénivelé +) est ouverte aux marcheurs.

L'inscription se fera en ligne suivie du paiement en ligne avant le 12 mai 2025

Il n'y aura pas d'inscription le jour même.

Le montant des droits d'inscription est de 12 € Tee shirt ou Lot sportif, bière à l'arrivée compris. (Prévoir son gobelet personnel).

La randonnée est ouverte aux jeunes avec autorisation et encadrement parental.

Le nombre de marcheurs est limité à 150



Possibilité de se restaurer sur place. (grillade, marché de producteurs)

Article -6 Course enfants

Une boucle non chronométrée d'environ 1,2 km autour du village est spécialement tracée pour les enfants de 4 ans à 10 ans. Inscriptions le jour même à partir de 08h45

Article 7 – Conditions de course

7-1-Ravitaillement

Le principe de cette course est l'autosuffisance alimentaire et matérielle.

- 49 km : 4 points de ravitaillement et 2 points d'eau sont prévus
- 49 en relais : - 1^{ère} boucle 32 km - 3 points de ravitaillement et 2 points d'eau
- 2^{ème} boucle 17 km - 1 point de ravitaillement
- 25 km : 2 points de ravitaillement et 2 points d'eau sont prévus

Les ravitaillements et/ou assistances sauvages sont interdites sur le parcours et tolérés sur les zones de ravitaillement définies ci-dessus. **Prévoir son gobelet personnel**

7.2 -Matériel obligatoire :

- Pour le 49 km : boisson (1l), vivres, gobelet personnel
- Pour le 25 km : boisson, gobelet personnel

7.3 - Matériel conseillé :

- Téléphone portable
- couverture de survie
- Bâtons autorisés seulement sur le 49kms

L'accompagnement des compétiteurs par quelque moyen que ce soit (VTT, moto, etc.) est interdit.

7.4 - Barrières horaires

Parcours long : * 6h00 de course au 32^{ème} km
* 6h45 de course au 39^{ème} km
Parcours court : * 3h00 de course au 16^{ème} km

7.5 Abandon

En cas d'abandon le coureur devra obligatoirement prévenir le PC course. Cela évitera de vous chercher après la course.



7.6 Sécurité – Assistance

Elle sera assurée par les contrôleurs, les signaleurs.

Une équipe médicale sera présente pendant toute la durée de l'épreuve.

Le responsable médical est habilité à mettre hors course tout concurrent inapte à continuer l'épreuve, mettant en danger tant sa sécurité que la sécurité générale de l'épreuve.

7.7 Assurance

L'épreuve est couverte par une assurance responsabilité civile souscrite par les organisateurs auprès de AXA.

Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence, il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

La responsabilité de l'association sera dérogée dès le retrait du dossard (abandon, disqualification par décision médicale ou sur décision du directeur de course).

7.8 Modification du parcours et annulation

L'organisateur se réserve le droit de modifier sans préavis, le parcours et l'emplacement des postes de ravitaillement.

L'organisation se réserve la faculté d'annuler la manifestation soit sur requête de l'autorité administrative, soit en cas de force majeure. Aucune indemnité ne pourra être versée à ce titre.

Article 8 -Conditions générales

Tous les concurrents du Trail des Trois Rocs s'engagent à se soumettre aux règles spécifiques de l'épreuve par le seul fait de l'inscription. La participation se fait sous l'entière responsabilité des concurrents avec renonciation de tout recours contre les organisateurs en cas de dommage ou séquelles ultérieures qui pourraient survenir du fait de l'épreuve.

Chaque concurrent se doit d'évoluer en respectant le milieu naturel et humain.

Article 9 -Classement et récompenses

Dotation en lots et produits régionaux. Aucune dotation en argent ne sera remise aux coureurs. Seront récompensés :

49 km du parcours long au scratch:

- 3 premiers hommes
- 3 premières femmes
- Ainsi qu'au premier de chaque catégorie (sans possibilité de cumul des récompenses).

25 kms Trail court

- 3 premiers hommes
- 3 premières femmes
- Ainsi qu'au premier de chaque catégorie (sans possibilité de cumul des récompenses).

En relais

- 1^{ère} équipe homme
- 1^{ère} équipe femme
- 1^{ère} équipe mixte

Les résultats seront accessibles sur la page [Résultats](#) du site Internet du Trail des Trois Rocs.

Article 10- Déroulement

Remise des dossards Place du Pradel

- Le mercredi 28 Mai de 16h30 à 19 h
- **À partir de 6h** le matin de la course et café offert

Briefing et départ

- 7h 15 Briefing du 49 km
- **07h30 Départ du 49km**

- 08h15 Briefing du 25km
- **08h30 Départ du 25km**

- **08h45 Départ Marcheurs**

- 8H45 Inscription course enfants
- **9 h 15 Départ course enfants**

12 h 00 Début de remise des récompenses



A partir de 12h possibilité de se restaurer sur place (petit marché de producteurs si le temps le permet)