

CONDITIONS DE PARTICIPATION

SPECIAL COVID

Chers coureurs,

Pour que la fête soit belle et puisse avoir lieu malgré la période particulière que nous vivons, nous avons pris certaines précautions pour vous protéger, ainsi que tous les bénévoles qui vous accueilleront.

Afin de respecter les consignes de l'OFSP, nous ferons le maximum pour minimiser les attroupements et réduire le temps passé aux endroits « sensibles » (retrait du dossard, ravitaillements et zone d'arrivée notamment). Nous faisons appel à la responsabilité individuelle de chacun afin que la distance sociale et les gestes barrières habituels soient en tout temps respectés.

Port du masque : Le port du masque sera obligatoire dans les situations suivantes (masques non fournis par l'organisation) :

- Lors du retrait du dossard.
- Dans la zone de départ. Le masque pourra être retiré quelques instants avant le départ, lorsque l'autorisation sera donnée par le speaker.
- Dans les transports publics et/ou les navettes mises en place par l'organisation.
- **Contrôle matériel :** afin de minimiser les attroupements, cette année, exceptionnellement, il n'y aura pas de matériel obligatoire (excepté gel hydro-alcoolique, le gobelet, et une veste voir plus bas) et pas de contrôle. Une liste du matériel recommandé sera indiquée dans le Roadbook, chaque coureur décidera sous sa propre responsabilité du matériel qu'il souhaite emporter.
- **Ravitaillements :** le port du masque sera obligatoire pour tous les bénévoles mais pas pour les coureurs. Du gel hydro-alcoolique sera à disposition à l'entrée de la zone de ravitaillement, chaque coureur devra obligatoirement s'en appliquer sur les mains en arrivant. Le coureur **ne se sert** de rien lui-même, il sera servi par un bénévole qui disposera les aliments choisis dans une petite barquette. Le coureur ira ensuite se sustenter à l'écart, en veillant toujours à respecter les distances avec les autres coureurs.
- **Matériel « covid-19 » obligatoire :** chaque coureur devra emporter une petite bouteille de gel hydro-alcoolique (non fournie par l'organisation). Il sera responsable de s'en mettre sur les mains avant chaque passage comportant des chaînes ou des corde.
- **Zone de départ :** les coureurs du 57K pourront, comme chaque année, choisir de prendre le départ à 6h ou 9h, sans aucune inscription préalable nécessaire. Le départ du 32K est prévu à 8h30 à Vérossaz. Ces trois départs distincts permettront de ne jamais avoir plus de 400 coureurs au même endroit en même temps.
- **Zone d'arrivée :** à l'arrivée, chaque coureur finisher pourra se ravitailler (même mode opérationnel que sur les postes de ravitaillements du parcours) et recevoir sa

médaille (pour le DDM| 57K uniquement) et son cadeau finisher. Les coureurs sont priés de quitter ensuite rapidement la zone d'arrivée afin de limiter les attroupements. Des animations seront organisées en collaboration avec les commerçants de la rue centrale de Champéry pour vous permettre de vivre la convivialité avec vos proches, tout en évitant des regroupements importants.

- **Répartition du monde:** Chaque coureur est prié de se rendre avec son entourage auprès du commerce qui lui est attribué. Un plan affiché dans la rue du village en plusieurs endroit avec l'indication grâce au numéros de dossard.
 - **Proclamation des résultats :** cette année exceptionnellement, la cérémonie de remise des prix podiums n'aura pas lieu. Les trois premiers coureurs recevront leur prix lors du passage de la ligne d'arrivée. D'autres prix seront envoyés directement par la poste.
 - **Repas coureur :** un repas sera servi à tous les coureurs dans la salle paroissiale de Champéry. Nous vous remercions d'être particulièrement attentifs au respect des distances à cette occasion et de suivre les directives des bénévoles.
 - **Douches et massages :** dans le cadre des mesures de lutte contre la pandémie, le grand nombre de coureurs ne nous permet malheureusement pas de vous proposer de douches et de massages cette année. Nous vous remercions de votre compréhension. Les hébergeurs de la Région se feront un plaisir de vous accueillir pour vos nuitées durant ce weekend ce qui vous permet de profiter d'une chambre et d'une douche.
 - **Ne pas oublier:** il faudra courir aussi vite que possible, mais aussi lentement que nécessaire...
-

Pour participer, il est indispensable :

- d'être pleinement conscient de la longueur et de la spécificité de l'épreuve et d'être parfaitement préparé pour cela
- d'avoir acquis, préalablement à la course, une réelle capacité d'autonomie personnelle en montagne 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 (nuit, vent, froid, brouillard, pluie ou neige)
 - savoir gérer, y compris si on est isolé, 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 ses problèmes et que pour une telle activité en montagne la sécurité dépend de la capacité du coureur à s'adapter aux problèmes rencontrés ou prévisibles

Ces courses sont ouvertes à toute personne, homme ou femme, d'au moins 18 ans le jour de la course, ou 16 et 17 ans avec une décharge de responsabilité parentale.

Le DDM Junior est ouvert aux jeunes à partir de l'âge de 11 ans jusqu'à 17 ans.

Le DDM Kids est ouvert aux jeunes à partir de l'âge de marcher jusqu'à 10 ans. (dès 4 ans en ligne, moins sur place)

Chaque coureur déclare connaître et accepter le présent règlement.

SEMI AUTONOMIE

Le principe de course individuelle en semi-autonomie est la règle. La semi-autonomie est définie comme étant la capacité à être autonome entre deux points de ravitaillement, aussi bien sur le plan alimentaire que de celui de l'équipement vestimentaire et de sécurité, permettant notamment de s'adapter aux problèmes rencontrés ou prévisibles (mauvais temps, problèmes physiques, blessure...)

Ce principe implique en particulier les règles suivantes :

1. Chaque coureur doit avoir avec lui pendant toute la durée de la course la totalité de son matériel obligatoire (voir paragraphe EQUIPEMENT). Il transporte ce matériel dans un sac marqué lors de la remise des dossards et non échangeable sur le parcours. A tout moment de la course, des commissaires de course pourront vérifier le sac et son contenu. Le coureur a l'obligation de se soumettre à ces contrôles avec cordialité, sous peine d'exclusion de la course.

2. Des postes de ravitaillement sont approvisionnés en boissons et nourritures à consommer sur place. L'organisation ne fournit que de l'eau plate pour le remplissage des bidons ou poches à eau. Le coureur doit veiller à disposer, au départ de chaque poste de ravitaillement, de la quantité d'eau et d'aliments qui lui est nécessaire pour rallier le point de ravitaillement suivant.

CONDITIONS D'INSCRIPTION

La participation au DDM Trail entraîne l'acceptation sans réserve du présent règlement.

INSCRIPTION

Les inscriptions sont ouvertes à partir du 1^{er} décembre pour la course suivante.

Les inscriptions se font sur MSO en direct ou au travers du site internet de la manifestation:
www.ddmtrail.ch

Ensuite les prix seront les suivants :

N°	Nom de la catégorie	Âge (révolu)		avant 31 déc	avant 1er août	avant 13 sept
	DDM 57 et DDM 32 individuel	<i>De</i>	<i>à</i>		(Prix par personne DDM 57 / DDM 32)	
1	Espoir homme	18	23	85/65 CHF	89/69 CHF	99/79 CHF
2	Senior homme	24	39	85/65 CHF	89/69 CHF	99/79 CHF
3	Vétérant 1 homme	40	49	85/65 CHF	89/69 CHF	99/79 CHF
4	Vétérant 2 homme	50	59	85/65 CHF	89/69 CHF	99/79 CHF
5	Vétérant 3 homme	60	90	85/65 CHF	89/69 CHF	99/79 CHF
7	Espoir dame	18	23	85/65 CHF	89/69 CHF	99/79 CHF
8	Senior dame	24	39	85/65 CHF	89/69 CHF	99/79 CHF
9	Vétérant 1 dame	40	49	85/65 CHF	89/69 CHF	99/79 CHF
10	Vétérant 2 dame	50	59	85/65 CHF	89/69 CHF	99/79 CHF
11	Vétérant 3 dame	60	90	85/65 CHF	89/69 CHF	99/79 CHF

	DDM R (relais)	<i>De</i>	<i>à</i>		(Prix par équipe)	
13	Homme relais 1	18	90	129 CHF	129 CHF	149 CHF
14	Homme relais 2	18	90	129 CHF	129 CHF	149 CHF
15	Dame relais 1	18	90	129 CHF	129 CHF	149 CHF
16	Dame relais 2	18	90	129 CHF	129 CHF	149 CHF
17	Mixte relais 1	18	90	129 CHF	129 CHF	149 CHF
18	Mixte relais 2	18	90	129 CHF	129 CHF	149 CHF
	DDM D (découverte)	<i>De</i>	<i>à</i>		(Prix par personne)	
19	Homme	18	90	129 CHF	129 CHF	149 CHF
20	Dame	18	90	129 CHF	129 CHF	149 CHF
N°	Nom de la catégorie	Âge (révolu)			sur place	
	DDM J (Junior)	<i>From</i>	<i>to</i>		(Prix par personne)	
21	Homme	11	17			15 CHF
22	Dame	11	17			15 CHF
	DDM K (Kids)	<i>From</i>	<i>to</i>		(Prix par personne)	
23	Homme	4	10			10 CHF
24	Dame	4	10			10 CHF

Cette finance d'inscription comprend la participation à la course, le prix souvenir, le repas à l'arrivée et le prix finisher.

DEPARTS DE COURSES

- DDM | 57 : départ à 6h ou 9h à choix selon capacité du coureur
- DDM | 32 : départ à 8h30 (depuis Vérossaz)
- DDM | R (Relais) : départ à 6h ou 9h à choix selon capacité du coureur
- DDM | D (Découverte) : départ à 10h le vendredi à Champéry
- DDM | J (Junior) : départ 13h
- DDM | K (Kids) : départ 11h30

ANNULLATION D'INSCRIPTION

Toute annulation d'inscription doit être faite par écrit. Le remboursement des droits versés à l'inscription ne peut se faire que dans les conditions suivantes. Les dates ci-dessous pour l'année en cours précédant la course. Pour toute demande d'annulation faite :

- Avant le 15 juin : 60 % des droits d'inscription réellement encaissés seront remboursés.
- Avant le 15 août : 30% des droits d'inscription réellement encaissés seront remboursés.
- Au-delà du 1 septembre : aucun remboursement ne sera effectué. Aucun échange de dossard n'est possible.

EQUIPEMENT

Pour participer à ces épreuves, un kit de matériel obligatoire est requis. Cependant il est important de noter qu'il s'agit d'un minimum vital que chaque trailer doit adapter en fonction de ses propres capacités. Il est important, en particulier, de ne pas choisir les vêtements les plus légers possibles afin de gagner quelques grammes, mais de choisir des vêtements qui permettront réellement une bonne protection en montagne contre le froid, le vent et la neige, et donc, une meilleure sécurité et de meilleures performances.

Matériel obligatoire :

- Réserve d'eau minimum 1 litre
- Téléphone mobile afin de pouvoir contacter les secours et être contacté à tout moment
- Gobelet personnel pour les ravitaillements
- Réserve alimentaire
- Couverture de survie de 1,40m x 2m minimum
- Lampe frontale
- Sifflet
- Veste avec capuche permettant de supporter le mauvais temps en montagne

Matériel conseillé :

- Pantalon ou collant de course à jambes longues OU combinaison d'un collant et de chaussettes couvrant entièrement la jambe
- Bande élastique adhésive permettant de faire un bandage ou un strapping
- Pull à manche longue permettant de supporter le froid
- Gants
- Casquette ou bandana
- Lunettes de soleil
- Crème solaire

L'organisation se réserve le droit de modifier le matériel obligatoire en fonction des conditions météorologiques. La liste définitive sera communiquée sur le site internet et la page FB.

DOSSARDS

Chaque dossard est remis individuellement à chaque coureur sur présentation :

- d'une pièce d'identité avec photo,

Le dossard doit être porté sur la poitrine ou le ventre et doit être visible en permanence et en totalité pendant toute la course. Il doit donc être toujours positionné au-dessus de tout vêtement et ne peut en aucun cas être fixé sur le sac ou une jambe. Le nom et le logo des partenaires ne doivent être ni modifiés, ni cachés. Le dossard est le laissez-passer nécessaire pour accéder aux navettes, aires de ravitaillement, aux infirmeries, salles de repos, douches, aires de dépôt ou retrait des sacs... Sauf en cas de refus d'obtempérer à une décision prise par un responsable de la course, le dossard n'est jamais retiré mais en cas d'abandon, il est désactivé.

SECURITE ET ASSISTANCE MEDICALE

Des postes de secours sont implantés en divers points des parcours. Une équipe médicale est présente pendant toute la durée des épreuves à Champéry, Vérossaz et Salanfe. 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 de faire appel aux secours :

- en se présentant à un poste de secours
- en appelant l'équipe médicale
- 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. Votre sécurité dépendra alors de la qualité de ce que vous avez mis dans votre sac.

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 et 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,
- à faire hospitaliser à leur convenance les coureurs dont l'état de santé le nécessitera.

Les frais résultant de l'emploi de moyens de secours ou d'évacuation exceptionnels seront supportés par la personne secourue qui devra également assurer elle-même son retour de l'endroit où elle aura été évacuée. Il est du seul ressort du coureur de constituer et présenter un dossier à son assurance personnelle dans le délai imparti.

En cas d'impossibilité de joindre l'équipe médicale, vous pouvez appeler directement les organismes de secours (plus particulièrement si vous vous trouvez dans une zone « urgences seulement »)

Tout coureur qui s'éloigne volontairement du chemin balisé n'est plus sous la responsabilité de l'organisation.

POSTE DE CONTROLE ET POSTES DE RAVITAILLEMENT

Chaque coureur sera muni d'un dossard avec une puce électronique. Les coureurs n'ayant pas en permanence leurs puces seront pénalisés.

Un contrôle est effectué à l'arrivée à tout poste de secours ou de ravitaillement.

Des postes de contrôle inopinés sont mis en place en d'autres endroits que les postes de secours et de ravitaillement. Leur localisation n'est pas communiquée par l'organisation.

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

Tout coureur vu en train de jeter ses déchets sur le parcours sera disqualifié.

Des poubelles sont disposées en grand nombre sur chaque poste de ravitaillement et doivent impérativement être utilisées. Aucun gobelet ne sera fourni au poste de ravitaillement, chaque coureur devra avoir avec lui le nécessaire.

TEMPS MAXIMUM AUTORISE ET BARRIERES HORAIRES

Les barrières horaires sont les suivantes :

- 13h30 à Vérossaz
- 16h30 à Salanfe
- 21h00 à Champéry

Les heures limites de départ (barrières horaires) des principaux postes de contrôle seront définies et communiquées dans le Roadbook de la course.

Ces barrières horaires sont calculées pour permettre aux participants de rallier l'arrivée dans le temps maximum imposé, tout en effectuant d'éventuels arrêts (repos, repas...). Pour être autorisés à poursuivre l'épreuve, les concurrents doivent repartir du poste de contrôle avant l'heure limite fixée (quelle que soit l'heure d'arrivée au poste de contrôle).

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.

ARRIVEE

A votre arrivée, vous recevrez votre cadeau finisher.

Un repas est également offert à tous les participants sur le site de l'arrivée.

CLASSEMENTS ET RECOMPENSES

Pour chaque course, un classement général homme et femme et un classement pour chaque catégorie homme et femme sont établis :

Les 3 premiers de chaque catégorie reçoivent un prix podium.

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 coureur conserve son dossard invalidé car c'est son laissez-passer pour accéder aux navettes, bus, repas, salles de soins...

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

- Les coureurs qui abandonnent sur un poste de secours ou de ravitaillement mais dont l'état de santé ne nécessite pas d'être évacués doivent regagner au plus vite et par leurs propres moyens le point de rapatriement le plus proche.
- En ce qui concerne les postes de ravitaillement ou de secours accessibles en voiture ou 4x4:
 - lors de la fermeture du poste, l'organisation peut, dans la mesure des moyens disponibles, rapatrier les coureurs ayant abandonné et encore présents sur le poste
 - 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

En cas d'abandon avant un point de contrôle, il est impératif de revenir au point de contrôle précédent et de signaler son abandon au chef de poste. Si, lors de ce retour en arrière, le coureur rencontre les coureurs-balai, ce sont ces derniers qui invalident le dossard. Le coureur n'est alors plus sous le contrôle de l'organisation.

MODIFICATIONS DU PARCOURS OU DES BARRIERES HORAIRES ; 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 météo trop défavorables (importantes quantités de pluie et de neige en altitude, fort risque orageux...) le départ peut être reporté de quelques heures au maximum, au-delà, la course est annulée.

En cas de force majeure (en particulier 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.

En cas d'annulation d'une épreuve, pour quelque raison que ce soit, décidée plus de 15 jours avant la date du départ, un remboursement partiel des droits d'inscriptions sera effectué. Le montant de ce remboursement sera fixé de façon à permettre à l'organisation de faire face à l'ensemble des frais irrécupérables engagés à la date de l'annulation. En cas d'annulation décidée moins de 15 jours avant le départ ou en cas d'interruption de la course, pour quelque raison que ce soit, aucun remboursement d'inscription ne sera effectué.

ASSURANCE

Responsabilité civile

L'organisateur souscrit une assurance responsabilité civile pour la durée de l'épreuve. Cette assurance responsabilité civile garantie les conséquences pécuniaires de sa responsabilité, de celle de ses préposés et des participants.

L'association du Trail des Dents du Midi assure la sécurité de ses participants (coureurs, bénévoles et toutes personnes ayant un rapport de loin ou de près à l'association) et prend toutes les dispositions nécessaires pour atteindre cet objectif. Elle prend des mesures concrètes en concertation avec les propriétaires des alpages pour assurer la sécurité, mais décline toute responsabilité en cas de non-respect des instructions et des distances au bêtes.

Individuelle accident

Chaque concurrent doit obligatoirement être en possession d'une assurance individuelle accident couvrant les frais de recherche et d'évacuation. Une telle assurance peut être souscrite auprès de tout organisme au choix du concurrent.

MODIFICATION REGLEMENT

L'organisation se réserve le droit de modifier ce règlement en tout temps et sans préavis.

Version du 09.09.2019