

# Règlement de la course des 3h de St François de Sales

**Date:** La course aura lieu le samedi 30 Décembre 2023

**Lieu:** Station de St François de Sales 73340

**Horaire de départ de la course:** 12h pour la course **Adultes ( de 16 à 99 ans )** pour une durée de 3 heures.

13h pour la course **Enfants ( de 7 à moins de 16 ans )** pour une durée d'une heure.

Boucle d'une distance de 2,5 km à parcourir plusieurs fois pour les adultes et 900m pour les enfants

Les relais se font à l'américaine, dans la zone de passage de relais délimitée.

Le coureur arrivant touche de la main son partenaire qui part en course.

**Equipes Adultes et Enfants** Equipes Masculines  
Equipes Feminines  
Equipes Mixtes

**Deux catégories d'équipes ADULTES** A) le total des âges de l'équipe est inférieur à 150 ans  
B) le total des âges de l'équipe est supérieur ou égal à 150 ans

**Deux catégories d'équipes ENFANTS** C) le total des âges de l'équipe est inférieur à 30 ans  
B) le total des âges de l'équipe est supérieur ou égal à 30 ans

Le calcul est effectué sur les états des dates de naissance dans l'année civile.

La participation à la course est ouverte aux concurrents à partir de 7 ans révolus.

**Conditions de participation:** soit posséder une licence compétiteur, soit une licence loisir, soit s'acquitter d'un ticket course d'une valeur de 17 € et fournir un certificat médical pour les non licenciés.

**Tarifs par équipier:** 20 € par personne (-2€ pour les adhérents Masters et les sociétaires des clubs du plateau S. G. R  
12 € pour les compétiteurs de la catégorie « Enfants »

**Bulletins d'inscriptions:** ils devront être retournés avec le règlement en chèque à l'ordre de BSN avant le 20/12/2023

À **SOLIGNAC Hervé**  
**115 rue Abbé Pierre**  
**73100 AIX LES BAINS**

**Dossards:** Le premier coureur, celui qui prend le départ, porte le dossard BLEU  
Le deuxième, le dossard BLANC et le troisième le dossard ROUGE.  
Les équipes sont libres de choisir qui part en premier, deuxième et troisième mais elles devront respecter cet ordre jusqu'à la fin de la course  
En cas de non respect de l'ordre établi, l'équipe se verra pénalisée de 15 mn.

**Conditions de course:** - Un lot de bienvenue est offert à chaque concurrent.  
- Des formes à farter sous tente seront à la disposition des équipes.  
- Les clubs peuvent monter leur tente qui serviront pour le stockage du matériel des équipes.  
- Un ravitaillement permanent sera présent sur l'aire de relais.  
- Une piste d'échauffement sera disponible proche du départ.  
- **les pistes seront ouvertes aux autres skieurs du domaine**, car les pistes sont larges et vous serez peu nombreux en même temps au même moment.  
- Le style classique ou skate peut être pratiqué sans distinction dans le classement final.

**Classement:** Au bout d'une heure (pour les enfants) ou des trois heures (pour les adultes), le chrono s'arrête et les coureurs encore en piste finissent leur boucle.  
L'équipe gagnante de chacune des catégories Masculines, Féminines ou Mixtes sera celle qui aura fait le plus grand nombre de tours en ayant mis le moins de temps après l'heure limite.  
Les minutes et les secondes départagent les équipes suivantes en suivant le chrono manuel.

**Dotations:** Seront récompensées les trois premières équipes Masculines, Féminines et Mixtes dans chacune des deux catégories Adultes et Enfants ( moins de 150 ans et 150 ans et plus, moins de 30 ans et plus de 30 ans) Soit un total de 36 récompenses.

**Remise des Prix:** A partir de 15h 30 la remise des prix aura lieu devant la salle hors sac de St François de Sales.

Vous aurez la possibilité durant la course et après la course, de vous restaurer auprès de l'Association Petit Bonhomme de Sel qui sera à votre service pour des crêpes sucrées et salées.

