

Sous réserve d'évolution des risques sanitaires, des dispositifs pourront être mis en place afin d'assurer votre protection ainsi que celles des bénévoles. Chaque participant devra être équipé d'une écotasse. Aucun gobelet ne sera fourni sur ces ravitaillements que ce soit sur les courses ou à l'arrivée.

## VENDREDI 3 OCTOBRE AU SOIR

Départ centre bourg de La Chapelle Erbrée - Départs groupés 20h

**Les Cap'Tambules** (PPS obligatoire ainsi qu'une lampe frontale et bandes réfléchissantes)

• 12 km (12€)

• 5 km (10€)

## SAMEDI 4 OCTOBRE

Départ à la base de loisirs de Haute Vilaine - à St M'Hervé

**Marches Nordiques de l'Aurore** Départ 10h (Échauffement à 9h45)

• La DELANCHY - 16 km chronométrée Challenge Nordique Bretagne (14€) • 7 km libre (12€)

Licence FFA ou FSCF ou certificat médical obligatoire avec notion marche nordique en compétition (16 km uniquement)

**Courses enfants** (accord parental obligatoire - inscriptions de préférence sur la billetterie sur le site [virades.org](http://virades.org) (virade de Vitré) ou sur [trailmuco.fr](http://trailmuco.fr) - participation libre)

• 800 m (de 7 à 9 ans)

Départ 10h45

• 2000 m (de 10 à 11 ans)

Départ 11h

• 3000 m (de 12 à 16 ans)

Départ 11h15

**Trails adultes** (PPS obligatoire - cf article 4)

• 29 km (14€) Départ: 13h30

• La GROUPAMA - Trail 22 km (14€) Départ: 14h

• La PIGEON - Trail 10 km - (14€) Départ: 15h

## Défi Planchais

• 34 km (20€): Classement et récompenses par cumul de la Cap'Tambule 12 km et du trail de 22 km

**Randos** Soutenues par la Fondation Groupama, vaincre les maladies rares (Prévoir vos gourdes)

Inscription sur place - 8€

• 10 km - La Vitré Accueil Départ: 14h05

• 12 km - L'OTS! Départ: 13h35



Inscription sur [klikego.com](http://klikego.com) (majoration 2€ sur place)

# RÈGLEMENT INTÉRIEUR

Règlement évolutif suivant les règles sanitaires

**Art 1:** Sous réserve d'évolution des règles sanitaires, l'organisation se réserve la possibilité de modifier ce présent règlement.

**Art 2:** Pour participer à l'une des épreuves chronométrées, l'âge minimum est fixé à 16 ans révolus le jour de l'épreuve. Tout concurrent de moins de 18 ans devra présenter lors de son inscription une autorisation parentale.

**Art 3:** La progression se fera en course à pied et suivant un parcours fléché défini par l'organisation. Des ravitaillements uniquement en eau (écotasse obligatoire) seront disposés le long du circuit mais nous conseillons à chaque coureur de prévoir en conséquence ses compléments en eau et nourriture.

**Art 4:** Chaque participant aux différentes épreuves chronométrées doit fournir à l'organisation lors de son inscription soit :

- d'une attestation indiquant que la personne a réalisé le Parcours de Prévention Santé (ou PPS) mis en place par la FFA via sa plateforme dédiée. Pour être valable, le PPS doit avoir été effectué au maximum trois mois avant la date de la manifestation à laquelle la personne souhaite s'inscrire.

- d'une licence Athlète Compétition, Athlète Entreprises, Athlète Running délivrée par la FFA, ou 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. Les autres licences délivrées par la FFA (Santé et Encadrement ne sont pas acceptées). L'organisation décline toute responsabilité en cas de falsification de certificat médical.

**Art 5:** Conformément à la loi, les organisateurs et bénévoles sont couverts par une responsabilité civile. Ils déclinent toute responsabilité pour tout accident. Les licenciés FFA bénéficient des garanties couvertes par leur licence. Pour les autres ils leur incombent de s'assurer personnellement. Aucun recours ne pourra être engagé en cas de vol d'effets personnels, d'effraction ou de vol de véhicule.

**Art 6:** Les différents parcours empruntent des portions de routes. Sur celles-ci malgré la présence de bénévoles pour assurer la sécurité, chaque participant s'engage à respecter le code de la route.

**Art 7:** Chacun sera tenu de respecter l'environnement. Tout abandon de détritus sur le parcours sera sanctionné par disqualification.

**Art 8:** Si l'épreuve devait être annulée pour cas de force majeure ou un motif indépendant de la volonté de l'organisation, aucun remboursement d'inscription ne sera effectué.

**Art 9:** En s'inscrivant à l'une des épreuves, chaque concurrent accepte l'exploitation par l'organisation, des prises de sons, images et photos prises sur la manifestation. Ceci sans limitation ni dans le temps, le support, la quantité ou le mode de diffusion.

**Art 10:** Pour participer à la Cap'Tambule (course nocturne), chaque participant devra obligatoirement être équipé d'un éclairage individuelle type lampe frontale. Les participants non équipés ne seront pas autorisés à prendre le départ de l'épreuve.

**Art 11:** Un justificatif d'identité pourra être demandé pour le retrait des dossards.

La signature du concurrent lors de l'inscription vaut acceptation du présent règlement.



Plus d'informations sur notre site internet  
[www.trailmuco.fr](http://www.trailmuco.fr)



Vendredi soir

Courses nocturnes

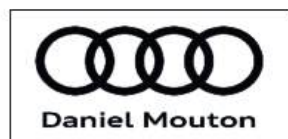
Samedi

Marches nordiques, randonnées,  
courses enfants et courses à pied nature



## LES VIRADES, C'EST QUOI ?

Une journée de mobilisation contre la mucoviscidose ([www.vaincrelamuco.org](http://www.vaincrelamuco.org)) pendant laquelle on peut donner son souffle à ceux qui en manquent. Cette journée propose à chacun d'accomplir un effort physique et/ou d'apporter un don personnel et/ou recueilli dans son entourage. Cette belle action est VITALE !



**Faire un don**

Je fais un don de  €

En espèces     Par chèque (règlement différent du trail et à l'ordre de VLM Virade de Vitré)

Je désire un reçu fiscal (pour réduction d'impôt de 66% du montant, dans la limite de 20% du revenu imposable) et je joins mon adresse postale ou mail au dos du chèque.

A déposer à l'office de tourisme - Place du Général de Gaulle - 35500 VITRÉ ou sur place le jour même

