



# REGLEMENT de L'AVONNAISE

## DIMANCHE 14 MARS 2021

TAC TAM  
TOUT AVON COURT TOUT AVON

<http://www.tac-tam.fr> <https://www.facebook.com/L'avonnaise>

En enregistrant son inscription, le coureur s'engage à respecter le règlement, en particulier la CHARTE COVID DU PARTICIPANT (ci-dessous).

### AVERTISSEMENTS IMPORTANTS

En raison de l'évolution possible des conditions sanitaires en vigueur le jour de l'épreuve, les modifications au présent règlement seront surlignées en rouge :

- en cas d'annulation pour des RAISONS DE FORCE MAJEURE, les droits d'inscription seront intégralement remboursés,
- si certaines modalités particulières devaient être mises en place, l'organisateur en informera préalablement les coureurs inscrits et les réactualisera sur le site internet [www.tac-tam.fr](http://www.tac-tam.fr),
- la date de la dernière version apparaît en bas de page : les textes en jaune revêtent une attention particulière.

#### Les principaux points importants sont les suivants:

- Si l'organisation devait annuler L'Avonnaise, les inscrits en seront informés par mail et/ou SMS et le remboursement des droits d'inscription sera effectué par la suite sauf avis contraire de l'intéressé.
- Le créneau d'inscription sur place prévu le samedi est susceptible d'être supprimé selon les conditions sanitaires.
- Le nombre total de dossards est limité à 800 et pourra être réduit en fonction des contraintes sanitaires.
- Les droits d'inscription par internet seront majorés de 5 € après le dimanche 7 mars.
- A certains endroits, des sens de circulation seront imposés et devront être scrupuleusement respectés.
- Des « Agents COVID » seront chargés de faire respecter des mesures sanitaires indispensables, à savoir :
  - L'obligation de port du masque dans le village (retrait des dossards), dans les SAS de départ et de l'arrivée (le port est conseillé dans tout l'environnement de la course). Conservé ou changé par le coureur après le départ, le masque devra être remis une fois la ligne d'arrivée franchie (ne pas le jeter au sol mais dans les poubelles).
  - La distanciation (1 m minimum) devra être respectée sur le parcours.
  - Du gel hydro-alcoolique sera mis à disposition aux différents lieux de passage.
  - Le départ pourra être donné par vagues (avec port du masque pendant les premières centaines de mètres).
- Le Format de la course pourra être modifié si les conditions sanitaires l'exigent, tout en permettant l'organisation de la course. Les horaires et distances pourront être modifiés en fonction des contraintes sanitaires.
- Faire Attention au public le long du parcours.
- Les participants devront être en autonomie sur le parcours où aucun ravitaillement ne sera servi. Un sac de ravitaillement leur sera remis à l'arrivée. Un point d'eau leur permettra de faire le plein de leur gourde ou bag sur la zone d'arrivée.
- Les résultats ne seront pas affichés mais consultables par internet (renseignements donnés sur place).
- Le protocole des récompenses sera allégé (précisions sur place). Seuls les classements scratch seront récompensés sur le podium. Une médaille d'or récompensera les premiers de chacune des catégories (à retirer au stand à côté du podium).
- Les types de souvenirs (maillot et/ou médaille finisher, éventuellement lots) seront précisés ultérieurement.
- Les vestiaires et douches ne seront pas accessibles.
- Une consigne, si les conditions le permettent, sera accessible avec un protocole particulier.

### CHARTRE COVID DU PARTICIPANT



### Engagement de responsabilité civique et sanitaire :

JE suis conscient que la participation à tout événement doit se faire dans le respect strict des règles sanitaires transmises par le Gouvernement et de nos valeurs environnementales. En tant que participant à l'événement *L'Avonnaise* du dimanche 14 mars 2021, et durant toute la durée de l'événement :

1. JE RESPECTE les gestes barrières en vigueur (port d'un masque, lavage des mains, distanciation physique).
2. JE RESPECTE strictement le règlement de l'épreuve et les diverses mesures sanitaires mises en place par l'organisation afin de minimiser les risques sanitaires.
3. JE PORTE un masque sur la zone de départ que je garde sur moi pendant la course et remets après l'arrivée dans la file de parcours de sortie (utiliser au maximum la largeur du parcours afin de respecter une distanciation avec les autres concurrents et le public).
4. JE NE CRACHE PAS au sol.
5. JE NE JETTE PAS de déchets et les dépose dans les poubelles.
6. JE RESPECTE et laisse les lieux propres.
7. JE Ne Serre Pas les mains, j'évite les embrassades et de me toucher le visage.
8. J'EVITE d'approcher physiquement d'autres participants.
9. JE COMPRENDS qu'en prenant part à l'événement, je participe à un rassemblement de personnes potentiellement génératrices de la diffusion de l'épidémie de la COVID-19 si les mesures barrières ne sont pas appliquées par tous.
10. J'ACCEPTÉ, en prenant part à l'événement, que ce risque sanitaire est potentiellement grave en particulier chez les plus fragiles (plus de 65 ans, porteur de maladie chronique, femme enceinte...).
11. Si J'AI présenté la COVID-19 dans les semaines et mois précédant l'épreuve, je dois consulter un médecin préalablement à ma participation pour savoir si la pratique des efforts intenses et ma participation à la compétition est possible.
12. JE ne participe pas aux épreuves si je présente des symptômes de la COVID-19 depuis moins de 7 jours.
13. JE m'engage à prévenir l'organisateur en cas de déclaration de la maladie après l'épreuve.
14. JE télécharge si possible et m'enregistre sur l'application « TousAntiCovid » préalablement à ma venue sur l'événement.

« *L'AVONNAISE* » est organisée par l'association « *TOUT AVON COURT-TOUT AVON MARCHE* » (TAC-TAM) avec le soutien de la « *Ville d'AVON* ». Elle bénéficie du concours :

- du Conseil Départemental de Seine-et-Marne et de la Communauté d'Agglomération du Pays de Fontainebleau,
- du CD d'Athlétisme 77 et de sa Commission des Courses Running, de la Ligue de l'IdF d'Athlétisme, du CDOS 77 et du CROS d'IdF,
- de partenaires économiques,
- de 130 personnes : bénévoles, agents de la ville et de la police municipale, médecin et équipe de secouristes.

## 1. EPREUVES

*L'Avonnaise* est inscrite aux calendriers officiels du Comité de Seine-et-Marne, de la Ligue d'Ile-de-France et de la Fédération Française d'Athlétisme. Le 10 km compte pour le Challenge de Seine-et-Marne de Courses Running 2020.

**HORAIRES :**

- 09 h 30 : 1 km Jeunes (F & G),
- 09 h 40 : 3 km Jeunes (F & G),
- 10 h 00 : 5 km Femmes seulement,
- 10 h 03 : 5 km DUO « Elle et Lui »,
- 11 h 00 : 10 km Course (H & F),
- 11 h 03 : 10 km Marche nordique (H & F).

## 2. INSCRIPTIONS ET DROITS D'INSCRIPTION

Toute personne qui remplit une fiche d'inscription est réputée avoir pris connaissance du présent règlement et en accepter toutes les clauses. Les courses sont ouvertes aux sportifs licenciés ou non, femmes et hommes. Les concurrents handisports sont également accueillis (prendre contact avec l'organisateur lors de l'inscription : parcours avec dénivelé et sol partiellement difficiles en fauteuil).

### INSCRIPTIONS :

- par Internet : avant le jeudi 11 mars à minuit (majoration 5 € après le 7 mars)

<http://www.tac-tam.fr> ou <https://www.protiming.fr> à partir du 1<sup>er</sup> février 2021 (report possible selon conditions).

- par courrier : à retourner avant le lundi 8 mars 2021 (cachet de la poste), adressé à :  
TAC-TAM, 4 rue du Montceau 77210 AVON

- sur place le samedi 13 mars de 15h à 19h (si les conditions sanitaires le permettent et selon dossards disponibles).

Les bulletins peuvent être téléchargés sur le site internet [www.tac-tam.fr](http://www.tac-tam.fr) ou demandés par courrier ou mail.



Cocher (+)	Heure	Course	Année naissance	Tarif avant le 8 mars	Par groupe de 10 et plus	Nombre de dossards	Après le 8 mars ou sur place (selon dossards disponibles)
<input type="checkbox"/>	9h30	1 km JEUNES (F & G)	2010 à 2014	Gratuit		100	5 €
<input type="checkbox"/>	9h40	3 km JEUNES (F & G)	2006 à 2009	Gratuit		100	5 €
<input type="checkbox"/>	10h00	5 km FEMMES	2005 et avant	10 €	8 €	200	15 €
<input type="checkbox"/>	10h03	5 km en Couple « Elle et Lui »	2005 et avant	15 € par couple		50 couples	25 €
<input type="checkbox"/>	11h00	10 km (H et F)	2005 et avant	10 €	8 €	500	15 €
<input type="checkbox"/>	11h03	10 km Marche Nordique (H et F)	2005 et avant	10 €	8 €	200	15 €

**Seuls les dossiers complets seront acceptés, joindre :**

- SOIT le numéro d'une **licence de la FFA** (Athlé Compétition, Athlé Loisirs option Running ou d'un Pass Running),
- SOIT la photocopie d'une licence d'une autre fédération agréée en cours de validité **faisant apparaître** « la non contre indication à la pratique du sport, de l'athlétisme ou d'une autre discipline en compétition ». Les licences sans la mention compétition ne sont acceptées que pour la Marche Nordique.
- SOIT joint un **certificat médical de moins d'un an au jour de la course** ou sa copie qui sera certifiée par l'intéressé et faisant apparaître la « non contre indication » à la pratique du sport, de l'athlétisme, de la course à pied en compétition, de la marche nordique (conservé par l'organisateur),
- **et une autorisation parentale pour les mineurs non licenciés,**
- **et un chèque** à l'ordre de « TAC-TAM » si inscription par courrier.

Toute personne peut participer à une course si elle a rempli un **formulaire d'inscription, fourni les pièces jointes demandées** et payé les **droits d'inscription.**

Les coureurs étrangers devront par ailleurs présenter une pièce d'identité accompagnée d'une carte de séjour ou de résident sur le territoire européen à jour à la date de l'épreuve.

**Type de CERTIFICAT MEDICAL à présenter :**

*Je soussigné : (nom, prénom et adresse du médecin)*

*Certifie avoir examiné Monsieur, Madame, ou Mademoiselle, Nom, Prénom*

*Né(e) le JJ/MM/AAAA,*

*et avoir constaté l'absence (ou que l'intéressé ne présente pas) de contre indication à la pratique du sport, de la course à pied (ou de l'athlétisme) en compétition.*

*Date (moins d'un an),*

*Signature et cachet du Médecin,*

### 3. CHRONOMETRAGE ET LIMITES HORAIRES

Le chronométrage sera effectué par puces électroniques, et les classements établis au temps.

- o Course 5 km F et mixte « Elle et Lui » -en couple- : en couple les deux coéquipier(e)s devront courir et arriver ensemble. Le temps retenu sera celui du deuxième arrivant. Temps maximum de classement officiel pour ces deux courses : 1 heure.
- o Course et Marche Nordique 10 km (sans classement) : temps (informatif) maximum de classement officiel : 2 heures.

### 4. DOSSARD

Le dossard est obligatoire et nominatif. Il ne peut être cédé à un autre coureur sans accord de l'organisateur. Une « puce » attribuée à chaque coureur (ou couple) sera collée au dossard (ou attachée à l'une des chaussures) et permettra une extraction rapide des résultats.

LE DOSSARD DEVRA : - ETRE APOSE DEVANT LA POITRINE BIEN A PLAT,  
- N'ETRE NI PLIE NI FROISSE, ET EPINGLE AUX 4 COINS,  
- LAISSER APPARAITRE L'ESPACE PUBLICITAIRE DU PARTENAIRE.

### 5. RETRAIT DES DOSSARDS

Les dossards pourront être retirés le samedi 13 mars de 15h à 19h ou le jour de l'épreuve à partir de 7h30 au **Complexe Sportif de la Vallée, rue Georges Clémenceau à Avon**, près de l'arrivée et du départ. Il sera possible de vérifier son inscription sur le site d'inscription en ligne [www.protiming.fr](http://www.protiming.fr). Un reçu de paiement pourra être fourni sur demande au retrait du dossard ou par mail.



## 6. DROIT A LIMAGE

Le fait de remplir une fiche d'inscription autorise les organisateurs à utiliser les images des concurrents (photos, films ...) sur lesquelles ils pourraient apparaître.

## 7. CAS DE FORCE MAJEUR

En cas d'annulation par l'organisateur pour des RAISONS DE FORCE MAJEURE, les concurrents ne pourront prétendre à aucune indemnisation. Les droits d'inscription seront alors intégralement remboursés.

Un engagement ne pourra être ni annulé ni remboursé au-delà du 1<sup>er</sup> mars. Cependant un concurrent désirant annuler sa participation pourra fournir le dossier complet d'un autre coureur en remplacement le samedi 13 mars au plus tard.

## 8. PARCOURS

Le parcours a été mesuré par des officiels de la FFA selon les règles IAAF.

Il présente une alternance d'itinéraires urbains bitumés ou de sol stabilisé (Parc Bel Ebat : 30%) et de pistes forestières.

Le dénivelé est d'environ 150 m par tour.

## 9. SECURITE

Le parcours est totalement étanche à toute circulation. Il est cependant conseillé la plus grande vigilance en zone urbaine ouverte aux piétons. La sécurité est assurée par des jalonneurs de l'association, par des agents de la police municipale d'Avon et par des VTT ouvriers et serre-files.

L'accompagnement en bicyclette, VTT, trottinette, rollers ou tout autre moyen mécanisé ou motorisé, et par un autre coureur sans dossard est formellement interdit sur l'ensemble du parcours sous peine de disqualification. De même le port d'un casque audio est déconseillé (abstraction des bruits de l'environnement).

Deux équipes de secours, dont une mobile, seront disposées sur le parcours et à l'arrivée.

## 10. ANTI-DOPAGE

Conformément à la loi, des contrôles anti dopage pourront être effectués.

## 11. ASSURANCES

La compétition et les préposés de l'organisation sont couverts par une police de responsabilité civile souscrite auprès de la compagnie d'assurance de la FF d'Athlétisme. Les licenciés bénéficient de la couverture de la licence fédérale. Les non licenciés ou licenciés d'une autre fédération doivent détenir une couverture personnelle en responsabilité civile.

## 12. RAVITAILLEMENTS (uniquement à l'arrivée)

Les participants devront être en autonomie sur le parcours où aucun ravitaillement ne sera servi. Un sac de ravitaillement leur sera remis à l'arrivée. Un point d'eau leur permettra de faire le plein de leur gourde ou bag avant le départ sur la zone d'arrivée.

## 13. ACCES ET STATIONNEMENT

ACCES transports en commun : la gare de Fontainebleau -Avon, située à environ 600m du départ, est bien desservie à partir de la Gare de Paris-Lyon (pass navigo).

ACCES en voiture ou bus : NOUS VOUS DEMANDONS DE RESPECTER LES RECOMMANDATIONS SUIVANTES :

- suivre les panneaux indicateurs de circulation et de parkings (fléchages en place à partir de la gare et des principaux accès routiers),
- les parkings de la Maison-dans-la-Vallée seront fléchés mais ne seront pas surveillés,
- ne pas stationner de manière sauvage, toute infraction au stationnement pourra être verbalisée et le véhicule gênant déposé en fourrière.

## 14. RESULTATS ET CLASSEMENTS

RESULTATS :

Ils ne seront pas affichés mais consultables par Internet (renseignements donnés sur place). Les réclamations doivent être déposées dans les 30 minutes suivant l'affichage.

- o Course 5 km F et "En couple" : Cf. point 3.
- o Course et Marche Nordique 10 km : Cf. point 3.



## CLASSEMENTS:

Un classement sera établi dans les catégories suivantes :

CATEGORIES saison 2020 - Hommes et Femmes		
EVEIL ATHLETIQUE	(1 km)	2012 - 2014
POUSSINS	(1 km)	2010 - 2011
BENJAMINS	(3 km)	2008 - 2009
MINIMES	(3 km)	2006 - 2007
CADETS	(5 & 10 km)	2004 - 2005
JUNIORS	(5 & 10 km)	2002 - 2003
ESPOIRS	(5 & 10 km)	1999 - 2001
SENIORS	(5 & 10 km)	1987 - 1998
MASTERS 0	(5 & 10 km)	1982 - 1986
MASTERS 1	(5 & 10 km)	1977 - 1981
MASTERS 2	(5 & 10 km)	1972 - 1976
MASTERS 3	(5 & 10 km)	1967 - 1971
MASTERS 4	(5 & 10 km)	1962 - 1966
MASTERS 5	(5 & 10 km)	1957 - 1961
MASTERS 6	(5 & 10 km)	1952 - 1956
MASTERS 7	(5 & 10 km)	1947 - 1951
MASTERS 8	(5 & 10 km)	1942 - 1946
MASTERS 9	(5 & 10 km)	1937 - 1941
MASTERS 10	(5 & 10 km)	1936 et avant

Un seul classement au scratch sera établi pour la course "En couple". Pour la Marche Nordique, aucun classement ne sera établi.

## 15. RECOMPENSES

**Les récompenses ne seront remises qu'aux lauréats présents lors de la cérémonie.**

Celles des classements au scratch (3 premiers de chaque épreuve).

Le protocole des récompenses sera allégé (précisions sur place). Seuls les classements au scratch seront récompensés sur le podium et les récompenses remises aussitôt l'arrivée

Une médaille d'or récompensera les premiers de chacune des catégories (à retirer à l'appel au stand à côté du podium).

D'autres récompenses pourront être attribuées par l'organisateur (communication ultérieure), en particulier les souvenirs (maillot et médaille finisher).

## 16. LOTS

En principe, en raison des contraintes sanitaires, aucun lot ne sera tiré au sort (renseignements donnés sur place).

## 17. RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT

L'organisateur a signé une « CHARTE DE L'EVENEMENT DURABLE », s'est engagé à respecter les points suivants :

- mettre des containers et poubelles de tri sélectif au départ, à l'arrivée et aux points de ravitaillement pour y déposer tous détritiques, y compris les produits de ravitaillement,
- utiliser des produits pour la communication et du matériel recyclable ou recyclé, à chaque fois que cela est possible,
- éviter les surplus d'emballage ou jetables autant possible,
- limiter les déplacements motorisés au strict minimum,
- préférer les produits de saison et issus du commerce équitable,

et incite les concurrents, en acceptant le présent règlement, à respecter les principes responsables suivants:

- trier les déchets et les déposer dans les bonnes poubelles mises à ma disposition,
- respecter et laisser les lieux publics propres,
- nettoyer les équipements sans excès d'eau et utiliser des produits respectueux de l'environnement,
- chaque fois que possible, choisir de faire du covoiturage, de venir en transport en commun, à vélo ou à pied,
- respecter l'organisation, les sentiers, la matérialisation des parcours et les zones définies,
- préférer la douche au bain, même après un gros effort !

