



10 Mai 2026

Course Échappées Nature – La Chapelle des Fougeretz

Programme & Règlement de Course

ORGANISATION DE LA COURSE :

L'association « L'ÉCHAPPÉE DES FOUGERETZ » organise les courses pédestres « les Échappées Nature », à La Chapelle des Fougeretz, le dimanche 10 mai 2026 à l'étang du Matelon

Deux courses sont proposées :

- ☐ 1^{ère} Course : Départ : 9h45 « La grande échappée »

Trail ouvert à tous les concurrents nés en 2008 et avant. (J, E, S, M).

Distance 22 km (161 m de dénivelé positif)

Circuit composé de deux boucles :

1ère boucle de 12 km

2ème boucle de 10 km (idem boucle de l'échappée belle 10KM)

- ☐ 2^{ème} Course : Départ : 10H15 « l'échappée belle »

Course ouverte à tous les concurrents nés en 2010 et avant. (C, J, E, S, M)

Course de 10 km (75 m de dénivelé positif)

Circuit composé d'une boucle de 10 km

L'inscription à l'une de ces compétitions implique la connaissance et l'acceptation du présent règlement.

HORAIRES

- ☐ 9h45 Départ du 22 km
- ☐ 10H15 Départ du 10 km

- ☐ 9h50 Découverte course à pied réservée aux enfants de CP, CE1, CE2 sur 400 mètres (non chronométré) - un tour d'étang
- ☐ 10h00 Découverte course à pied réservée aux enfants de CM1 et CM2 sur 800 mètres (non chronométré) - 2 tours d'étang



10 Mai 2026

Course Échappées Nature – La Chapelle des Fougeretz

ASSURANCES

Les organisateurs sont couverts par une assurance responsabilité civile (MAIF). Les coureurs licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres concurrents de s'assurer personnellement (article L321-4 du code du sport)

ASSISTANCE MÉDICALE :

L'assistance médicale sera assurée par la présence sur le site de l'étang du Matelon de

- ☐ Sécurité civile : Croix Rouge
- ☐ Une ambulance : Croix Rouge

INSCRIPTIONS :

- ☐ Inscription et paiement par Internet sur www.klikego.com jusqu'au samedi 08 mai 2026 14h.
- ☐ Inscription sur bulletin papier, accompagnée du règlement et du PPS de moins d'un an à envoyer avant jeudi 7 Mai 2026 à :

Échappée des Fougeretz

Chez Jonathan Né

6 Sillon de la Guédonnais

35520 La Chapelle-des-Fougeretz

- ☐ La participation des mineurs à une compétition est soumise :
 - o Soit à la présentation à l'Organisateur d'une licence Athlé Compétition Athlé Entreprise *, Athlé Running délivrée par la FFA, en cours de validité à la date de la manifestation. Les autres licences délivrées par la FFA (Santé, Encadrement et Découverte) ne sont pas acceptées.
 - o Soit à la signature par les personnes exerçant l'autorité parentale sur le mineur d'une attestation confirmant que chacune des rubriques du questionnaire relatif à son état de santé (et dont le contenu est précisé par arrêté conjoint du ministre chargé de la santé et du ministre chargé des Sports) donne lieu à une réponse négative. A défaut, elles sont tenues de produire un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique de l'athlétisme ou de la discipline concernée datant de moins de six mois.
- ☐ Course ouverte à tous les concurrents nés en 2008 et avant. (J, E, S,M) pour le 22 km et à tous les concurrents nés en 2010 et avant. (C, J, E, S,M) pour le 10 km



10 Mai 2026

Course Échappées Nature – La Chapelle des Fougeretz

- ☐ Pour les personnes majeures, leur participation à une compétition est soumise à la présentation obligatoire à l'organisateur soit :
 - o D'une licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running délivrée par la FFA, en cours de validité à la date de la manifestation. Les autres licences délivrées par la FFA (Santé et Encadrement ne sont pas acceptées ;
 - o D'une attestation (papier, électronique ou de type QR Code) indiquant que la personne a réalisé le Parcours de Prévention Santé (ou « PPS ») mis en place par la FFA via sa plateforme dédiée (PPS valide de moins d'un an)
- ☐ Nombre d'inscriptions limitées à **500 concurrents** au total pour l'ensemble des 2 épreuves
- ☐ **inscription possible le jour de la course (paiement carte, chèque ou espèce)**

TARIFS DES INSCRIPTIONS:

- ☐ Trail « La Grande Echappée » 22 km : 15 €
- ☐ Course nature 10 km : 11 €
- ☐ Inscription groupée 90 € pour 10 inscriptions (10 ou 22 km) d'un même club ou association ou entreprise.

Demande à effectuer par mail à l'adresse suivante : echappeesdesfougeretz@hotmail.fr

Un euro par inscription sera reversé à l'association « mille et un sourires »

REMISE DES DOSSARDS :

A partir de 08H00 à l'étang des Matelons, site de départ de la course

RESPONSABILITÉ D' INSCRIPTION (DOSSARD NOMINATIF)

Tout engagement est personnel. Aucun transfert d'inscription n'est autorisé. Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve.

LE CIRCUIT :

- ☐ Le circuit de 22 km est composé à 85% de chemins,
- ☐ Le circuit de 10 km est composé à 75% de chemins
- ☐ départ :étang du Matelon
- ☐ Ravitaillements
 - pour le 10 km : 5 km et arrivée



10 Mai 2026

Course Échappées Nature – La Chapelle des Fougeretz

- pour le 22 km : 10, 16 km et arrivée. Ravitaillement mixte. En fonction de la météo, un troisième ravitaillement liquide sera envisagé au 6ème km.

- ☐ Arrivée jugée à l'étang du Matelon
- ☐ Accompagnateurs : les accompagnateurs ne sont pas autorisés sur le parcours
- ☐ Dans les secteurs urbains, le passage sur les trottoirs est interdit.
- ☐ Le circuit emprunte des voies privées dont l'autorisation de passage a été donnée SEULEMENT pour cette course. Il est interdit de repérer en amont ou de refaire le parcours de la course sur ces passages privés.

CHRONOMÉTRAGE :

- ☐ Le chronométrage se fera de façon électronique grâce à une puce portée par les concurrents.

CLASSEMENTS : Un Classement pour chaque épreuve :

Classement scratch : pour chaque épreuve.

RÉCOMPENSES :

- ☐ Un lot est offert à chaque coureur
- ☐ Récompenses aux 3 premières femmes et aux 3 premiers hommes du classement scratch pour les 2 épreuves.
- ☐ 1 lot offert au club le plus représenté.

L'organisation est la seule habilitée à décider en cas de litige des classements.

SÉCURITÉ : Les concurrents doivent respecter le balisage et les consignes des signaleurs

Des accompagnateurs vélo ouvriront et fermeront les courses.

DROITS A L'IMAGE : Le comité d'organisation de la course « Échappées Nature » se réserve le droit, sans contrepartie, d'utiliser les photos et vidéos réalisées lors de sa course pour les besoins de ses différentes publications.

ECO RESPONSABILITÉ : Les concurrents s'engagent à ne rien jeter sur le parcours et à respecter les propriétés privées, le patrimoine et la végétation. En cas de non-respect de ces consignes l'organisation se réserve le droit de mettre hors course un concurrent. Merci d'utiliser les poubelles installées en respectant le tri sélectif. Merci d'utiliser votre propre gobelet ou écotasse pour les ravitaillements et bar à l'arrivée. Pas de gobelet sur le parcours. Les verres réutilisables mis à disposition par l'association sont à déposer dans les réceptacles prévus. Nous ne mettons pas en place de consigne pour ces verres car nous comptons sur l'honnêteté des participants à restituer ces gobelets. Parking à vélo à proximité de la salle des Cerisiers et de l'étang du Matelon.



10 Mai 2026

Course Échappées Nature – La Chapelle des Fougeretz

Merci de privilégier les mobilités douces et le covoiturage afin de limiter l'empreinte carbone dû aux transport et du fait d'une faible offre de parking sur la commune

ABANDON : tout abandon d'un concurrent après le départ de la course doit être signalé à l'organisation : 06 52 60 67 37

ANNULATION DE LA COURSE : les coureurs seront intégralement remboursés (sauf partie forfaitaire Klikego). L'organisation se réserve le droit d'annuler la course en cas de force majeure, d'inscriptions insuffisantes...

PRÉCAUTIONS SANITAIRES : le participant s'engage à respecter la réglementation sanitaire en vigueur au moment de la course.

VESTIAIRES / SANITAIRES : nous proposons un vestiaire au niveau de la salle du pôle socio-culturel. Toilettes disponibles sur le site de l'étang du Matelon et à la salle du pôle socio-culturel. Pas de douche possible.