

LE RÈGLEMENT

Toute inscription au TREG® CABO VERDE TRAIL 2025 implique l'acceptation tacite du règlement suivant.

Tous les concurrents sont également invités à lire avec attention les conditions générales de vente et notre politique de confidentialité accessibles sur le site www.le-treg.com

1.1 : ÉPREUVES

Le TREG® CABO VERDE TRAIL est un ensemble de courses à pied nature de longue distance, empruntant des terrains arides ou pierreux en milieu montagneux.

Le lieu du départ et d'arrivée de ces épreuves se situe au Cap Vert sur l'île de Santo Antao.

L'ULTRA CABO VERDE Trail est une épreuve d'environ 120 km, pour environ 7 000 mètres de dénivelé positif qui se déroule en une seule étape non-stop, en ligne, en autosuffisance alimentaire à allure libre, en un temps limité à 57 h, couplé à des barrières horaires. La navigation se fait à partir d'un GPS (fourni par l'organisation). Un roadbook est également fourni comprenant des cartes satellites et d'illustration qui ne peuvent en aucun cas servir de navigation pour les concurrents. Le départ sera donné le samedi 3 mai 2025 à 22h30.

Une autre course est organisée en parallèle afin de proposer des distances plus accessibles à une majorité de coureurs :

Le LONG CABO VERDE Trail est une épreuve d'environ 80 km, pour environ 4 500 mètres de dénivelé positif qui se déroule en une seule étape non-stop, en ligne, en autosuffisance alimentaire à allure libre, en un temps limité à 36 h, couplé à des barrières horaires. La navigation se fait à partir d'un GPS (fourni par l'organisation). Un roadbook est également fourni comprenant des cartes satellites et d'illustration qui ne peuvent en aucun cas servir de navigation pour les concurrents. Le départ sera donné le dimanche 4 mai 2025 à 09h00.

– **Le CABO VERDE Trail** dont la distance est d'environ 40 km, pour environ 2500 mètres de dénivelé positif, se déroule en une seule étape non-stop, en boucle, en autosuffisance alimentaire à allure libre, en un temps limité à 18h, couplé à des barrières horaires. La navigation se fait également à partir d'un GPS fourni par l'organisation. Un roadbook est également fourni comprenant des cartes satellites et d'illustration qui ne peuvent en aucun cas servir de navigation pour les concurrents. Le départ sera donné le lundi 5 mai 2025 à 07h00.

Le TREG® CABO VERDE TRAIL est organisé par la SAS TRAIL AFRICA ORGANIZATION en partenariat avec l'agence NOBAI TREKKING.

PROGRAMME :

Judi 1^{er} mai :

Départ de Paris par vol régulier vers Sao Vicente (via Lisbonne) - Nuit à l'hôtel à Sao Vicente (pour ceux qui ont choisi un départ de Paris).

Vendredi 2 mai :

Journée d'acclimatation à Sao Vicente. Vérifications techniques et médicales. Nuit à l'hôtel à Sao Vicente

Samedi 3 mai :

Transfert matinal en bateau vers l'île de Santo-Antao. Transfert en minibus vers le camp de base. Installation à l'hôtel

Vérifications technique et médicale – Training GPS - Briefing de l'Ultra Cabo Verde Trail. Départ à 22h30 - Arrivée des derniers au maximum 57h après le départ. Nuit à Tarrafal pour les autres concurrents

Dimanche 4 mai :

Départ matinal vers le départ du Long Cabo Verde Trail – Départ à 9h00 - Arrivée des derniers au maximum 36h après le départ. Transfert des accompagnants et coureurs du 40km vers Paul. Nuit à Paul.

Lundi 5 mai :

Départ matinal pour le départ du 40km - Départ à 8h00 du Cabo Verde Trail - Arrivée des derniers au maximum 18h après le départ. - Nuit à Paul

Mardi 6 mai :

Arrivée des derniers du 120km à 7h30 – Récupération ou journée rando et/ou visites et/ou farniente à San Antao. Soirée festive.

Mercredi 7 mai :

Journée rando et/ou visites et/ou farniente à Paul - Retour par bateau à Sao Vicente en fin de journée.

Jeudi 8 mai :

Journée libre à Mindelo à la plage et/ou en visite – Soirée de remise des prix - Nuit à l'hôtel

Vendredi 9 mai :

Journée libre à Mindelo à la plage et/ou en visite – Nuit à l'hôtel

Samedi 10 mai : Vols retour via Lisbonne par la compagnie TAP – Arrivée Paris en fin de soirée.

1.2 : PARTICIPATION

L'ULTRA CABO VERDE Trail est ouvert à toute personne, homme ou femme, née en 2007 ou avant, licenciée ou non, avec une expérience de trail longue distance (> 60 km) fortement conseillée.

Le LONG CABO VERDE Trail est ouvert à toute personne, homme ou femme, née en 2007 ou avant, licenciée ou non, avec une expérience de trail longue distance (> 40 km) fortement conseillée.

Le CABO VERDE Trail est ouvert à toute personne, homme ou femme, née en 2007 ou avant, licenciée ou non, avec une expérience de course d'endurance (> 20 km) fortement conseillée.

Par mesure dérogatoire, les personnes nées entre 2008 et 2009, seront autorisées à participer à l'une quelconque des épreuves moyennant la signature par les parents d'une décharge stipulant expressément qu'ils prennent l'entière responsabilité de l'engagement du concurrent mineur à l'une des courses et qu'ils s'engagent à l'accompagner tout au long de l'épreuve.

1.3 : TRAIL AUTOSUFFISANCE ALIMENTAIRE

Le principe de course en autosuffisance est la règle pour toutes les courses de type TREG®. Sur le parcours, des zones de ravitaillement positionnées tous les 20 à 30 kilomètres environ sont approvisionnées en eau pour le remplissage des bidons ou poches à eau dans la limite de 3 à 4 litres/personne selon les zones de ravitaillement. Chaque coureur doit veiller à disposer au départ de l'épreuve :

- de la quantité d'aliments qui lui est nécessaire pour rallier l'arrivée en autosuffisance alimentaire sur la distance de la course choisie :
 - L'ULTRA CABO VERDE Trail : 57h maxi, soit 5 000 calories obligatoires ;
 - Le LONG CABO VERDE Trail : 36h maxi, soit 3 500 calories obligatoires ;
 - Le CABO VERDE Trail : 18h maxi, soit 1000 calories obligatoires ;
- au départ de chaque zone de ravitaillement, de la quantité d'eau qui lui est nécessaire pour rallier le point de ravitaillement suivant et ce avec un minimum de 2 litres d'eau embarqués.

Aucune assistance personnelle n'est autorisée sur le parcours en dehors des Points de Contrôle (PC's) prévus à cet effet. Il est formellement interdit de se faire accompagner sur le parcours par une autre personne qu'un concurrent régulièrement inscrit.

1.4 : CONDITIONS D'INSCRIPTION

Les conditions climatiques de l'épreuve peuvent être difficiles (nuit, chaleur, vent...). Un très bon entraînement et une réelle capacité d'autonomie personnelle sont indispensables à la réussite d'une telle aventure individuelle.

Pour s'inscrire à l'ULTRA CABO VERDE Trail, il est fortement conseillé d'avoir déjà terminé au minimum un trail longue distance de 60 km.

Pour s'inscrire au LONG CABO VERDE Trail, il est fortement conseillé d'avoir déjà terminé au minimum un trail longue distance de 40 km.

Pour s'inscrire au CABO VERDE Trail, il est fortement conseillé d'avoir déjà terminé au minimum une course d'endurance d'au moins 20 km.

Un certificat médical (modèle du TREG) de moins d'un an est demandé à tous les coureurs ainsi que :

- **Un ECG au repos de moins de deux ans** au départ de la course pour tous les coureurs inscrits à la course de 120 km ou 80km qui ont moins de 40ans ;
- **Un test d'effort de moins de trois ans** au départ de la course pour tous les coureurs inscrits à la course de 120 km ou 80km et qui ont plus de 40ans ;

Le certificat médical et l'ECG (électrocardiogramme) devront être envoyés à Isabelle Paucot, dernier délai le 15 avril 2025, par mail à i.paucot@le-treg.com. Au-delà de cette date, l'inscription sera annulée et les droits d'inscription perdus.

De plus, les coureurs devront emmener dans leur bagage les originaux, ou une copie COMPLÈTE des documents (ECG / épreuve d'effort) pour les présenter au briefing médical individuel.

1.5 : ACCEPTATION DU RÈGLEMENT

La participation aux différentes courses du TREG® CABO VERDE TRAIL entraîne de facto l'acceptation sans réserve du présent règlement publié par l'organisation, consultable dans la rubrique « Modalités » sur le site Internet et inclus dans votre pack « Inscription ».

1.6 : NOMBRE MAXIMUM DE PARTICIPANTS

Pour sa 2ème édition, le nombre de concurrents engagés sur les épreuves du TREG® CABO VERDE TRAIL est limité à 100 personnes, coureurs et accompagnants compris.

1.7 : INSCRIPTION

Les inscriptions des coureurs sont possibles en individuel pour les 3 courses de 40km, 80km et 120km et des inscriptions d'accompagnants sont également possibles. Il est précisé que l'événement ne pourra se dérouler que s'il y a au moins 20 concurrents inscrits au départ de Paris.

Le montant de l'inscription est variable en fonction de la date de l'engagement suivant les informations ci-dessous :

INSCRIPTION INDIVIDUELLE - départ de PARIS

Inscription du 1^{er} juin 2024 au 30 septembre 2024 (tarif préférentiel)

PRIX TOTAL : 2 950 € (forfait « Voyage » de 750 € et un forfait « Séjour & Course » de 2 200 €).

Échéancier :

À l'inscription :	750 €	Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization
Au 31 octobre 2024 :	750 €	Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization
Au 31 janvier 2025 :	750 €	Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization
Au 31 mars 2025 :	700 €	Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization

Inscription du 1^{er} octobre 2024 au 31 mars 2025 (tarif normal)

PRIX TOTAL : 3 100 € (forfait « Voyage » de 750 € et un forfait « Séjour & Course » de 2 350 €).

Échéancier :

À l'inscription :	900 €	Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization
A l'inscription :	1 200 €	Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization
Au 31 mars 2025 :	1 000 €	Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization

INSCRIPTION INDIVIDUELLE - départ de SAO VICENTE

Inscription du 1^{er} juin 2024 au 30 septembre 2024 (tarif préférentiel)

PRIX TOTAL : 2 400 € (forfait « Séjour & Course » de 2 400 €).

Échéancier :

À l'inscription :	800 €	Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization
Au 31 janvier 2025 :	800 €	Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization
Au 31 mars 2025 :	800 €	Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization

Inscription du 1^{er} octobre 2024 au 31 mars 2025 (tarif normal)

PRIX TOTAL : 2 550 € (forfait « Séjour & Course » de 2 450 €).

Échéancier :

A l'inscription :	1 350 €	Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization
Au 31 mars 2025 :	1 200 €	Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization

INSCRIPTION INDIVIDUELLE – Course seule

Inscription du 1^{er} juin 2024 au 30 septembre 2024 (tarif préférentiel)

PRIX TOTAL : 500 € (forfait « Course » de 500 €).

Échéancier :

À l'inscription :	500 €	Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization
-------------------	-------	---

Inscription du 1^{er} octobre 2024 au 31 mars 2025 (tarif normal)

PRIX TOTAL : 650 € (forfait « Course » de 650 €).

Échéancier :

A l'inscription :	650 €	Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization
-------------------	-------	---

NB : des conditions spéciales de paiement sont possibles sur demande auprès de l'organisation à concurrents@le-treg.com pour des inscriptions avant le 31 janvier 2025.

LE PRIX D'INSCRIPTION COMPREND :

- les vols Paris – Sao Vicente régulier, aller et retour pour les inscrits au départ de Paris ;
- aucun vol pour les inscrits au départ de Sao Vicente et à la course seule;
- la participation à l'une des courses du TREG® CABO VERDE TRAIL;
- tous les repas pendant la semaine hormis votre alimentation pendant la course (sauf inscrits à la course seule);
- tous les transferts maritimes ou routier pendant le voyage au Cap Vert (sauf inscrits à la course seule)
- l'hébergement pendant les transferts et au Cap Vert (sauf inscrits à la course seule);
- les visites des sites ou le suivi de la course quand le concurrent n'est plus en course (sauf inscrits à la course seule);
- toutes les animations prévues durant le séjour (sauf inscrits à la course seule)
- les balises de sécurité ;
- les GPS pour la navigation et le Roadbook papier pour les compléments d'informations ;
- à Santo Antao, les transferts vers le départ de l'épreuve en minibus (sauf inscrits à la course seule);
- l'Adhésion à la convention souscrite par l'organisateur pour une assurance « Rapatriement & Assistance médicale » (voir Art. 26) ;
- l'Assurance Responsabilité Civile de l'organisation ;
- une dotation spéciale pour tous les finishers de l'une des courses du TREG® CABO VERDE TRAIL
- une dotation souvenir pour tous les participants à l'événement (sauf inscrits à la course seule)

CE PRIX NE COMPREND PAS :

- la taxe d'entrée à acquitter pour entrer au Cap Vert
- les tests COVID nécessaires pour les voyages aller et retour le cas échéant
- les frais personnels ;
- l'acheminement du concurrent vers l'aéroport de départ à Paris ;
- ce qui n'est pas compris dans l'inscription.

Les inscriptions d'accompagnants de coureurs sont aussi possibles selon des conditions spécifiques. Ils pourront à leur choix suivre la course ou bien visiter les sites du parcours.

Les pages suivantes présentent les tarifs et conditions d'inscription des accompagnants.

INSCRIPTION ACCOMPAGNANT - départ de PARIS

Inscription du 1^{er} juin 2024 au 30 septembre 2024 (tarif préférentiel)

PRIX TOTAL : 2 450 € (forfait « Voyage » de 750 € et un forfait « Séjour & Course » de 1 700 €).

Échéancier :

À l'inscription : 850 € Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization
Au 30 septembre 2024 : 800 € Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization
Au 31 mars 2025 : 800 € Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization

Inscription du 1^{er} octobre 2024 au 31 mars 2025 (tarif normal)

PRIX TOTAL : 2 600 € (forfait « Voyage » de 750 € et un forfait « Séjour & Course » de 1 850 €).

Échéancier :

À l'inscription : 800€ Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization
A l'inscription : 800 € Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization
Au 31 mars 2025 : 1 000€ Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization

INSCRIPTION ACCOMPAGNANT - départ de SAO VICENTE

Inscription du 1^{er} juin 2024 au 30 septembre 2024 (tarif préférentiel)

PRIX TOTAL : 1 900 € (forfait « Séjour & Course » de 1 900 €).

Échéancier :

À l'inscription : 700 € Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization
Au 30 septembre 2024 : 600 € Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization
Au 31 mars 2025 : 600 € Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization

Inscription du 1^{er} octobre 2024 au 31 mars 2025 (tarif normal)

PRIX TOTAL : 2 050 € (forfait « Séjour & Course » de 2 050 €).

Échéancier :

A l'inscription : 1 100 € Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization
Au 31 mars 2025 : 950 € Par chèque ou virement à l'ordre de Trail Africa Organization

LE PRIX D'INSCRIPTION COMPREND :

- le vol Paris – Sao Vicente aller et retour pour les inscrits au départ de Paris ;
- aucun vol pour les inscrits au départ de Sao Vicente ;
- tous les transferts maritimes ou routier pendant le voyage au Cap Vert
- tous les repas pendant la semaine
- l'hébergement pendant les transferts au Cap Vert ;
- les visites des sites ou le suivi de la course ;
- toutes les animations prévues durant le séjour
- l'Adhésion à la convention souscrite par l'organisateur pour une assurance « Rapatriement & Assistance médicale » (voir Art. 26) ;

- l'Assurance Responsabilité Civile de l'organisation ;
- une dotation spéciale pour tous les participants

CE PRIX NE COMPREND PAS :

- les taxes pour entrer au Cap Vert
- les tests COVID nécessaires pendant tous le voyage
- les frais personnels ;
- l'acheminement du concurrent vers l'aéroport de départ à Paris ;
- ce qui n'est pas compris dans l'inscription.

Les pré-inscriptions se font en ligne à partir du 1^{er} juin 2024 sur le site Internet de l'épreuve www.le-treg.com et la fin des inscriptions est fixée au 31 mars 2025 si le nombre maximal de participants n'est pas atteint.

Les documents inclus dans le « pack inscription » que vous avez choisi (individuel et/ou accompagnant) devront être dûment complétés et renvoyés par courrier à l'adresse :

TRAIL AFRICA ORGANIZATION
5 avenue Marmontel
92500 RUEIL MALMAISON

Ils pourront être téléchargés sur www.le-treg.com

Les paiements se font par virement aux coordonnées bancaires suivantes :



Relevé d'Identité Caisse d'Epargne

Ce relevé est destiné à être remis, sur leur demande, à vos créanciers ou débiteurs appelés à faire inscrire des opérations à votre compte (virement, paiement de quittance, etc.).

Son utilisation vous garantit le bon enregistrement des opérations en cause et vous évite ainsi des réclamations pour erreurs ou retards d'imputation.

17515	00600	08000891719	39	CE ILE DE FRANCE
<i>c/étab</i>	<i>c/guichet</i>	<i>n/compte</i>	<i>c/rice</i>	<i>domiciliation</i>

IBAN

FR76	1751	5006	0008	0008	9171	939
------	------	------	------	------	------	-----

BIC

C	E	P	A	F	R	P	P	7	5	1
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

Intitulé du compte **TAO**

RUEIL MALMAISON CENTRE
8 BIS RUE DE MAUREPAS
92500 RUEIL MALMAISON
TEL : 01.71.09.61.21

5 AV MARMONTEL
92500 RUEIL MALMAISON

ou par chèque, envoyé par courrier à l'adresse suivante :

TRAIL AFRICA ORGANIZATION
5 avenue Marmontel
92500 Rueil Malmaison

Tout dossier d'inscription incomplet sera rejeté. Les droits d'engagement comprennent tous les services décrits dans le présent règlement. Une confirmation de bonne prise en compte de votre inscription vous sera adressée par mail ainsi que la bonne prise en compte définitive de celle-ci lorsque vous vous serez acquitté de toutes les échéances de paiement.

Nous vous invitons à consulter nos conditions générales de vente accessibles sur le site www.le-treg.com.

1.8 : PARRAINAGE

Il est possible de parrainer d'autres concurrents en les faisant s'inscrire grâce à vous. Pour chaque parrainage confirmé dont vous êtes l'initiateur, une déduction de 100 € sur votre prochaine échéance sera appliquée (ou un remboursement de 100 € vous sera consenti si vous avez tout réglé au moment du parrainage).

Un parrainage confirmé est acquis lorsque le concurrent parrainé a réglé la première échéance de son inscription. Vous pouvez parrainer autant de concurrents que vous le souhaitez et cette déduction est cumulative. Chaque parrainage devra être formalisé par une fiche de parrainage renseignée et signée par le coureur parrainé.

Les parrainages sont cumulatifs mais ne s'applique pas en cas de réduction faite à un groupe spécifique.

1.9 : ANNULATION D'UNE INSCRIPTION

Si vous vous trouvez dans l'obligation d'annuler votre participation à l'une des épreuves du TREG® CABO VERDE TRAIL, vous devrez en informer TRAIL AFRICA ORGANIZATION par lettre recommandée avec accusé de réception à l'adresse suivante :

TRAIL AFRICA ORGANIZATION
5 avenue Marmontel
92500 RUEIL MALMAISON

La date de réception de la lettre par TRAIL AFRICA ORGANIZATION sera retenue comme date d'annulation pour le calcul des frais d'annulation.

En cas d'annulation, des frais d'annulation vous seront comptabilisés selon le barème suivant :

- avant le 31 octobre 2024, les frais d'annulation seront de 80 €
- entre le 1^{er} novembre 2024 et le 1^{er} avril 2025, les frais d'annulation seront de 600 €
- entre 30 et 21 jours du départ, les frais d'annulation seront de 35 % du montant de l'inscription
- entre 20 et 14 jours du départ, les frais d'annulation seront de 50 % du montant de l'inscription
- entre 13 et 5 jours du départ, les frais d'annulation seront de 75 % du montant de l'inscription
- à moins de 5 jours du départ, les frais d'annulation seront de 100 % du montant de l'inscription

Les dossards sont personnalisés et non cessibles. Aucun échange de dossard n'est possible.

1.10 : ÉQUIPEMENT POUR LE TRAIL

1.10.a : POUR LES PARTICIPANTS À UNE ÉPREUVE DU TREG® CABO VERDE TRAIL

CES MATÉRIELS SONT À FOURNIR PAR LE COUREUR :

Obligatoire (contrôle inopiné tout au long du parcours) :

- sac à dos ;
- poche à eau et/ou gourde ;
- lunettes de protection solaire ;
- couvre-chef (casquette, bandana...)
- coupe-vent à la taille du coureur ;
- boussole ;
- miroir de signalisation 6 cm de diamètre ;
- un sifflet ;
- lampe frontale et pile de rechange ;
- 5 000, 3500 ou 1 000 calories d'alimentation selon la course.

Ainsi que le **pack médical concurrent obligatoire** composé de :

- pansements (Méfex, ou Elasto, ou pansement adhésif type Urgo) ;
- un désinfectant (type Biseptine ou Bétadine Dermique) ;
- 1 bande élastique pour strapping de 1,50 mètre sur 6 ou 8 cm ;
- paracétamol (type Doliprane) : 5 comprimés de 1 g ;
- antispasmodique (type Spasfon) : 6 comprimés ;
- antidiarrhéique (type Tiorfan) : 6 gélules ;
- antiémétique (Primpéran ou Vogalène ou Motylioc) : 6 comprimés
- crème solaire ;
- 1 couverture de survie 2,20 m x 1,40 m ;

Il est conseillé mais non obligatoire de vous munir des matériels suivants :

- 1 paquet de 5 compresses stériles ;
- 1 pipette d'Eosine ;
- 1 paire de ciseaux ;
- 1 tube de crème contre les brûlures (crème hydratante) ;
- 1 tube de Vaseline ou Bépanthène (pour les parties irritées) ;
- 1 tube de VIT A (pour sécheresses des muqueuses, lèvres, nez) ;
- 5 pipettes de sérum physiologique

MATÉRIEL FOURNI PAR L'ORGANISATION :

- un GPS portable avec piles de rechange (à rendre après l'épreuve) ;
- une balise de sécurité (à rendre après l'épreuve) avec fonctions d'alerte ;
- un roadbook papier ;
- eau chaude fournie sur le bivouac et les PC's ;
- matelas à chaque PC

Très fortement recommandé :

- foulard de protection contre le vent;

1.10.b : POUR TOUS LES PARTICIPANTS AU VOYAGE À SAO VICENTE

CES MATÉRIELS SONT À FOURNIR PAR LE COUREUR :

- lampe frontale ;
- foulard de protection contre le vent ;
- crème solaire ;
- lunettes de protection solaire ;
- couvre-chef (casquette, bandana...)
- une polaire ou équivalent.

1.11 : CERTIFICAT MÉDICAL

La participation à l'une des épreuves du TREG® CABO VERDE TRAIL, épreuve en environnement inhabituel et extrême nécessite, en plus d'un entraînement adapté, une bonne santé au moment de votre participation.

Un certificat médical (modèle du TREG) de moins d'un an est demandé à tous les coureurs ainsi que :

- **Un ECG au repos de moins de deux ans** au départ de la course pour tous les coureurs inscrits à la course de 120 km ou 80km et qui ont moins de 40ans ;
- **Un test d'effort de moins de trois ans** au départ de la course pour tous les coureurs inscrits à la course de 120 km ou 80km et qui ont plus de 40ans ;

Le certificat médical et l'ECG (électrocardiogramme) devront être envoyés à Isabelle Paucot, dernier délai le 15 avril 2025, par mail à i.paucot@le-treg.com . Au-delà de cette date, l'inscription sera annulée et les droits d'inscription perdus.

De plus, les coureurs devront emmener dans leur bagage les originaux, ou une copie COMPLÈTE des documents (ECG / épreuve d'effort) pour les présenter au briefing médical individuel.

Il est important que vous preniez le départ des épreuves du TREG® CABO VERDE Trail en parfaite condition physique car un mal latent peut s'aggraver fortement dans les conditions extrêmes de l'épreuve, et rendre encore plus difficiles les secours. Le concurrent s'engage à informer impérativement l'équipe médicale de tout problème de santé, même bénin, qu'il a rencontré.

1.12 : VÉRIFICATIONS TECHNIQUES ET MÉDICALES

Les vérifications techniques et médicales auront lieu le samedi 3 mai 2025 sur le lieu d'hébergement. Chaque concurrent devra présenter à l'organisation son équipement obligatoire à savoir son matériel pour la course et sa trousse médicale.

Tout coureur n'étant pas en possession de la totalité de son équipement obligatoire sera immédiatement disqualifié, sans aucune possibilité de faire appel de cette décision et sans remboursement des frais engagés.

1.13 : DOSSARDS

Le dossard doit être porté sur la poitrine ou sur 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.

1.14 : BALISE POUR LE CHRONOMÉTRAGE ET LA SÉCURITÉ

Lors de la remise des dossards une balise est remise individuellement à chaque coureur pour permettre le chronométrage et la sécurité personnelle. Celle-ci devra être placée comme stipulé dans les consignes techniques. Chaque coureur est responsable de la bonne utilisation de la balise. Le coureur ne pourra pas être suivi, ni chronométré dans les cas suivants :

- non port de la balise ;
- non allumage de la balise
- perte de la balise ;
- dégradation de la balise ;
- port de la balise non conforme.

Le concurrent s'engage à assister au briefing d'utilisation de la balise à emporter avec lui pendant la course, la balise allumée en permanence et dans son sac, le mémo d'utilisation de la balise remis par l'organisateur. Le concurrent est aussi parfaitement informé que sa position ne pourra pas être connue de l'organisation si ce dernier reste de façon prolongée dans une grotte, une caverne ou un canyon étroit. Pour être localisé, le concurrent devra être en visibilité sous un ciel largement visible.

1.15 : BAGAGES COUREURS

Chaque concurrent amène son propre sac de voyage destiné à ses affaires personnelles (vêtements de rechange, affaires de toilette...) et le cas échéant le sac pour la course. Le poids total de vos bagages ne pourra pas excéder 20 kg pour votre sac principal et 5 kg pour votre bagage à main. Il est recommandé de ne pas y placer d'objets de valeurs. Les bagages sont sous la responsabilité des participants pendant toute la durée du séjour. Il est conseillé de ne rien laisser de visible dans sa chambre en particulier les téléphones portables.

1.16 : POSTES DE CONTRÔLE ET DE SECOURS

Sur le parcours, les coureurs devront obligatoirement passer aux points de contrôle (PC's) situés tous les 20 à 30 km environ sur le parcours.

Ces postes de contrôle auront plusieurs fonctions :

- ils permettront le ravitaillement en eau des concurrents (dans la limite de 3 ou 4 L/personne) ;
- ils permettront le repos des concurrents avec des matelas permettant de se reposer ;
- ils assureront le cas échéant de petits secours aux concurrents.

1.17 : SÉCURITÉ ET ASSISTANCE MÉDICALE

Un médecin et un(e) infirmier(ère) IADE spécialisés dans ce type d'épreuve seront présentes pendant toute la durée de l'épreuve. Un véhicule volant suivra la course avec le médecin à son bord en liaison téléphonique avec les PC's et sera en mesure d'intervenir au plus vite.

Les personnels de secours sont destinés à porter assistance à toute personne en danger avec les moyens propres à l'organisation. Les médecins officiels sont habilités à mettre hors course (en invalidant le dossard) tout concurrent inapte à continuer l'épreuve. Les secouristes sont habilités à faire évacuer par tout moyen à leur convenance les coureurs qu'ils jugeront en danger.

En cas de nécessité, pour des raisons allant toujours dans l'intérêt de la personne secourue, la direction des opérations mettra en œuvre tous moyens appropriés pour l'évacuation. Les frais résultants de l'emploi de ces moyens exceptionnels seront supportés par la personne secourue. Elle pourra alors présenter un dossier auprès de son assurance individuelle accident personnelle.

Tout coureur faisant appel à un médecin, une infirmière ou un secouriste se soumet de fait à son autorité et s'engage à accepter ses décisions.

Le concurrent est conscient que dans le cas d'une extrême fatigue, son comportement et ses décisions peuvent être altérés. Il lui appartient de ne pas atteindre cet état. L'organisation ne pourra être tenue pour responsable des conséquences de décisions absurdes ou inconséquentes du concurrent.

1.18 : CONDITIONS CLIMATIQUES

Températures moyennes en mai : 26 °C la journée, 20°C la nuit.

1.19 : TEMPS MAXIMAL AUTORISÉ ET BARRIÈRES HORAIRES

Un temps maximal pour réaliser la totalité du parcours est fixé pour chaque épreuve du TREG® CABO VERDE TRAIL. Ainsi les temps maximaux autorisés sont :

- pour l'ULTRA CABO VERDE Trail 120 km :57 heures ;
- pour le LONG CABO VERDE Trail 80 km :36 heures ;
- pour le CABO VERDE Trail : 18 heures ;

Les heures limites de départ (barrières horaires) des PC's seront définies et communiquées dans le RoadBook. 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, soins...). Pour être autorisés à poursuivre l'épreuve, les concurrents doivent repartir d'un PC avant l'heure limite fixée (quelle que soit l'heure d'arrivée au PC).

L'organisateur se réserve le droit de déroger exceptionnellement à ces règles en cas de situation particulière (retard d'un concurrent à la suite d'une aide apportée à un autre concurrent, conditions de courses spécifiques...).

Tout concurrent mis hors course sera rapatrié en véhicule vers le camp de base dans des limites horaires que l'organisation ne peut garantir. Il ne pourra alors en aucun cas être considéré comme « Finisher ». En cas de mauvaises conditions météorologiques et/ou pour des raisons de sécurité, l'organisation se réserve le droit d'annuler et/ou d'arrêter l'épreuve en cours, voire de modifier les barrières horaires.

1.20 : ABANDON ET RAPATRIEMENT

Sauf blessure, un coureur ne doit pas abandonner ailleurs que sur un PC. Il doit alors prévenir le responsable du PC, qui aura la charge d'organiser son rapatriement en véhicule vers le camp de base lorsque cela sera possible.

En cas de conditions météo défavorables justifiant l'arrêt partiel ou total de la course, l'organisation assure le rapatriement dans les meilleurs délais possibles des coureurs arrêtés.

En cas d'abandon impératif entre 2 PC's nécessité par les conditions physiques ou mentales défailtantes du concurrent, celui-ci (ou un autre concurrent lui portant secours) devra utiliser la fonction « Demande d'aide » de sa balise pour avertir les organisateurs de la course.

1.21 : PÉNALISATION - DISQUALIFICATION

Des contrôleurs sur le parcours sont habilités à vérifier le matériel obligatoire et, plus généralement, le respect du règlement (respect des sites, de l'éthique, les assistances ou accompagnements illicites, dossard non visible sur l'avant en permanence...).

Tout coureur n'étant pas en possession, lors d'un contrôle sur le parcours, de la totalité de son matériel obligatoire sera immédiatement disqualifié, sans aucune possibilité de faire appel de cette décision.

Une pénalisation minimum de 6 heures est appliquée pour tout autre manquement au règlement.

Le contrôleur prévient le PC de course et peut demander, selon la gravité de l'acte et le comportement du coureur, la disqualification du concurrent. Le jury d'épreuve peut prononcer la disqualification d'un concurrent pour tout manquement grave au règlement, en particulier en cas de :

- port du dossard non conforme ;
- non présentation d'une pièce d'identité ;

- non allumage de la balise ;
- extinction volontaire de la balise ;
- non allumage du GPS ;
- arrêt volontaire du GPS ;
- non respect des consignes données par le PC ;
- utilisation d'un moyen de transport ;
- départ d'un PC au-delà de l'heure limite ;
- non pointage aux PC's ;
- non assistance à un concurrent en difficulté ;
- assistance personnelle en dehors des zones officielles de ravitaillement ;
- non respect de l'interdiction de se faire accompagner sur le parcours ;
- pollution ou dégradation des sites par le concurrent ou un membre de son entourage ;
- insultes, impolites ou menaces proférées à l'encontre de membre de l'organisation ou d'habitant de la région ;
- refus de se faire examiner par un médecin de l'organisation à tout moment de l'épreuve ;
- dopage ou refus de se soumettre au contrôle antidopage.

1.22 : RÉCLAMATIONS

Toute réclamation d'un concurrent devra être formulée par écrit et adressée à l'attention du Directeur de Course dans les 12 heures après l'affichage des résultats provisoires.

1.23 : CONTRÔLE ANTIDOPAGE

Tout compétiteur peut être soumis à un contrôle antidopage pendant ou à l'arrivée de l'une des épreuves du TREG® CABO VERDE TRAIL. Le refus de s'y soumettre entraîne la disqualification immédiate.

1.24 : JURY D'ÉPREUVE

SE COMPOSE :

- de l'organisateur ;
- du directeur de la course ;
- du responsable de l'équipe médicale ;
- des responsables des PC's concernés ;
- ainsi que de toute personne compétente à l'appréciation du Comité d'Organisation.

Le jury est habilité à statuer dans le délai compatible avec les impératifs de la course sur tous les litiges ou disqualifications survenus durant l'épreuve. Les décisions sont sans appel.

1.25 : MODIFICATIONS DU PARCOURS OU DES BARRIÈRES HORAIRES ANNULATION DE LA COURSE

L'organisation se réserve le droit de modifier à tout moment les parcours et les emplacements des postes de contrôle, de secours et de ravitaillement, sans préavis.

En cas de conditions météo trop défavorables (vent, tempête, ...), les départs peuvent être reportés ou non selon la course concernée. L'organisation mettra tout en œuvre pour organiser les départs de chaque épreuve,

même raccourcie, dans le respect de la sécurité des concurrents, quitte à basculer les coureurs d'une épreuve vers une autre. Sans solution, les courses peuvent être annulées.

En cas de mauvaises conditions météorologiques, et pour des raisons de sécurité, l'organisation se réserve le droit d'annuler et/ou d'arrêter les épreuves en cours, voire de modifier les barrières horaires.

L'annulation, le report ou la modification de la course n'ouvrent droit à aucun remboursement d'inscription.

Toute décision sera prise par un jury réunissant au moins le directeur de la course, l'organisateur et le coordinateur responsable de la sécurité ainsi que de toute personne compétente à l'appréciation du Comité d'Organisation.

1.26 : ASSURANCE

L'organisateur souscrit une assurance Responsabilité Civile qui garantit les conséquences pécuniaires de sa responsabilité, de celle de ses préposés et des participants.

L'organisateur fera bénéficier chaque coureur ou accompagnant d'une assurance Rapatriement et Assistance Médicale souscrite auprès d'un organisme tel que Mondial Assistance.

La convention d'assurance mentionnée ci-dessus sera fournie à chaque concurrent sur simple demande dès son inscription confirmée.

1.27 : ROADBOOK ET ORIENTATION SUR LE PARCOURS

Un descriptif détaillé du parcours est fourni au moment de la remise des dossards.

Il comprend les informations pratiques telles que les heures limites de passage, les PC's (lieux de ravitaillements, de repos, postes de secours) ... Ce carnet sera donné, en un seul exemplaire, exclusivement aux inscrits.

Un GPS portable (avec piles de rechange) sera fourni à chaque coureur avec les waypoints intégrés du parcours qu'il conviendra de suivre. Une formation à l'utilisation de ce GPS sera donnée le samedi 3 mai 2025 sur et autour de l'hébergement. Le concurrent reconnaît connaître les principes d'utilisation d'un GPS de navigation adapté au Trekking s'engage à participer impérativement à la formation d'utilisation dispensée sur le bivouac. Les concurrents doivent impérativement allumer leur GPS avant le départ de la course et s'engagent à ne pas l'éteindre durant la course. Le concurrent s'engage à ne pas sortir volontairement du parcours de la course intégré dans le GPS et en particulier à ne pas prendre des raccourcis. Il pourrait mettre en jeu sa sécurité.

Une balise de suivi avec appel d'urgence sera fournie également à chaque coureur pour sa sécurité. Il s'engage à la laisser allumée en permanence, à s'assurer pendant l'épreuve qu'elle est bien positionnée en haut de son sac et il comprend que le déclenchement se fait sur un appui long de 3 secondes sur l'une des touches d'appel. Le coureur est également conscient que le signal de la balise ne pourra pas être émis à l'intérieur d'une grotte ou sous un rocher ou tout près d'un grand rocher. De même, le coureur s'engage à allumer son GPS et ne pas compter sur les autres concurrents pour le guider.

Le GPS portable et la balise devront être restitués impérativement à l'organisateur à l'arrivée de l'épreuve. Un chèque de caution de 500 € sera demandé afin de garantir la bonne restitution de ces matériels et sera encaissé s'ils ne sont pas rendus à l'issue de l'épreuve.

1.28 : CLASSEMENT ET RÉCOMPENSES

Seuls les coureurs franchissant la ligne d'arrivée des courses auxquelles ils participent seront classés. Aucune prime en argent n'est distribuée ; tous les coureurs « Finisher » recevront la même dotation spécifique. Un classement général homme et femme et un classement pour chaque catégorie homme et femme seront établis pour chaque épreuve. Les vainqueurs homme et femme de chaque course recevront un trophée et/ou un lot.

Les catégories classées sont :

- Espoir H & F
- Senior H & F

- Master 0 à Master 10 H & F

Le détail des récompenses pourra être communiqué sur demande au moment de la remise des dossards.

On entend par « Finisher » tous les participants ralliant la ligne d'arrivée avant la barrière horaire :

- de 7h30 le mardi 6 mai 2025 pour l'ULTRA CABO VERDE Trail,
- de 17h00 le mercredi 7 mai 2025 pour le LONG CABO VERDE trail
- de 1h00 le lundi 5 mai 2025 pour le CABO VERDE Trail.

1.29 : DROIT À L'IMAGE

Par sa participation au TREG® CABO VERDE TRAIL, chaque concurrent autorise l'organisation (ou ses ayants droit) à utiliser ou faire utiliser ou reproduire ou faire reproduire :

- son nom,
- son image,
- sa voix
- et sa prestation sportive

dans le cadre de la course en vue de toute exploitation directe ou sous forme dérivée de l'épreuve, et ce notamment sans que cette liste ne soit exhaustive :

- support papier (tirages des photographies),
- catalogues et éditions diverses, CDROM/DVDROM et autres supports numériques connus et inconnus a ce jour,
- tout support audiovisuel, notamment cinéma, TV et par tous moyens inhérents a ce mode de communication, internet (incluant Intranet, Extranet, Blogs, réseaux sociaux), tous vecteurs de réception confondus (smartphones, tablettes, etc.),
- médias presse (spots publicitaires télévisuels, spots publicitaires cinématographiques),
- supports de communication interne,
- supports promotionnels (PLV, ILV, campagnes d'affichage en tous lieux, toutes dimensions et sur tous supports (urbain, aéroports, gares, transports en commun, etc...),
- supports destinés à la vente (produits de merchandising : cartes postales, posters, tee-shirt, etc.),
- intégration dans une autre œuvre / œuvre multimédia.

Cette autorisation est valable pour toute la durée de protection actuellement accordée à ces exploitations directes ou dérivées par les dispositions législatives ou réglementaires, les décisions judiciaires et/ou arbitrales de tout pays ainsi que par les conventions internationales actuelles ou futures, y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée.

Chaque concurrent(e) garantit n'être lié(e) par aucun accord avec un tiers, de quelque nature que ce soit, ayant pour objet ou pour effet de limiter ou empêcher la mise en œuvre de la présente autorisation.

La présente autorisation d'exploitation du droit à l'image est consentie à titre gratuit par chaque concurrent régulièrement inscrit.

Chaque concurrent qui ne souhaite pas accorder à l'organisation le droit à l'image ci-dessus mentionné, peut exprimer son refus par lettre simple à l'adresse :

TRAIL AFRICA ORGANIZATION

5 Avenue Marmontel

92500 RUEIL MALMAISON

ou e-mail à l'adresse : jph.allaire@le-treg.com .

1.30 : C.N.I.L.

Les informations que vous nous communiquez sont nécessaires pour votre participation aux épreuves du TREG® CABO VERDE TRAIL, (inscription).

Elles font l'objet d'un traitement informatique et sont destinées au secrétariat de la SAS TRAIL AFRICA ORGANIZATION.

Conformément à l'article 34 de la loi 78-17 du 6 Janvier 1978 relative à l'informatique, aux fichiers et aux libertés, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des données nominatives vous concernant.

Si vous souhaitez exercer ce droit et obtenir communication des informations vous concernant, veuillez-vous adresser à :

la SAS TRAIL AFRICA ORGANIZATION

5 avenue Marmontel

92500 RUEIL MALMAISON