



RÈGLEMENT 11ÈME ÉDITION TRAIL DU LAC DE PALADRU

17, 18 et 19 Avril 2026

Article 1 : Présentation

L'Association du Trail du Lac de Paladru (ATLP) et Sport Lac Event (SLE) organisent la 11ème édition du Trail du lac de Paladru.

Le Trail du lac de Paladru vous propose des courses de pleine nature disputées sur un terrain naturel comportant un certain nombre de caractéristiques techniques. Les participants sont tenus de respecter le règlement afin de permettre à cette course de conserver l'esprit Trail. Elle se compose de plusieurs courses afin d'accueillir tous types de participants, de tous les âges.

Courses enfants : de la catégorie baby athlé à la catégorie cadet (né entre 2010 et 2020).

Le parcours Découverte Gozzi Voiron Espace Montagne - 16 km : des juniors (18 ans et +) aux masters.

Les hauts du lac Oxsitis 32 km : des espoirs (20 ans et +) aux masters.

Le grand tour du lac - UYN 55km : des espoirs (20 ans et +) aux masters.

Le semi-nocturne - Oxsitis 17km : des juniors (18 ans et +) aux masters. Ouvert en solo et en duo

Les courses à étapes : des espoirs (20 ans et +) aux masters.

L'Ultra-Trail du Pays Voironnais - UYN : des espoirs (20 ans et +) aux masters. Ouvert en solo et en relais

Le parcours Découverte Gozzi Voiron Espace Montagne - 16 km est une course nature pédestre se déroulant en milieu naturel sur un parcours matérialisé formé notamment de chemins ou sentiers, dont la totalité des surfaces goudronnées n'excède pas 25% de la distance totale du parcours et se déroulant en autonomie - **dimanche 19 avril 2026**.

Les Hauts du Lac Oxsitis - 32 km est une course nature pédestre se déroulant en milieu naturel sur un parcours matérialisé formé notamment de chemins ou sentiers, dont la totalité des surfaces goudronnées n'excèdent pas 24% de la distance totale du parcours et se déroulant en semi-autonomie - **dimanche 19 avril 2026**.



Le Grand Tour du Lac UYN - 55km est une course nature pédestre se déroulant en milieu naturel sur un parcours matérialisé formé notamment de chemins ou sentiers, dont la totalité des surfaces goudronnées n'excèdent pas 16 % de la distance totale du parcours et se déroulant en semi-autonomie (cf article du matériel obligatoire et des sanctions et pénalités). - **samedi 18 avril 2026**.

Le parcours Semi-Nocturne Oxsitis - 17 km est une course nature pédestre se déroulant en milieu naturel sur un parcours matérialisé formé notamment de chemins ou sentiers, dont la totalité des surfaces goudronnées n'excède pas 25% de la distance totale du parcours et se déroulant en autonomie complète et en partie de nuit (cf articles du matériel obligatoire et des sanctions et pénalités)

Pour le format duo, les participants d'une même équipe devront partir ensemble et arriver ensemble - **samedi 18 avril 2026**.

L'Ultra-Trail du Pays Voironnais UYN - 84 km est une course longue distance se déroulant en milieu naturel sur un parcours matérialisé formé notamment de chemins ou sentiers, dont la totalité des surfaces goudronnées n'excèdent pas 15 % de la distance totale du parcours et se déroulant en semi-autonomie (cf articles du matériel obligatoire et des sanctions et pénalités) - **samedi 18 avril 2026**.

Les courses à étapes sont des courses nature pédestres se déroulant en milieu naturel matérialisées/formées notamment de chemins ou sentiers, dont la totalité des surfaces goudronnées n'excèdent pas 24% de la distance totale du parcours et se déroulant en semi-autonomie sur 2 jours. Elles se déroulent sur 2 jours avec 2 courses pour former une seule épreuve, avec la réalisation du parcours Semi-Nocturne en autonomie - **samedi 18 avril 2026** et d'un des deux parcours suivant du **dimanche 19 avril 2026** : Le circuit Découverte Gozzi Voiron Espace Montagne - 16 km, les Hauts du Lac Oxsitis - 32 km en semi-autonomie, avec comme résultat et classement un cumul des 2 temps.

Article 2 : Programme

samedi 18 avril 2026

- L'ultra-Trail du Pays Voironnais UYN - 84km, départ à 06h00 du Camping Détente & Clapotis de Montferrat
- Le Grand Tour du Lac UYN - 55km, départ à 07h00 du Camping Détente & Clapotis de Montferrat
- Les 2 randonnées pédestres de 10 et 20 km départ libre entre 08h00 et 10h00
- Les courses enfants
- La Semi-Nocturne Oxsitis - 17 km, départ à 19h30 de Charavines



dimanche 19 avril 2026

- Les Hauts du Lac - Oxsitis - 32km, départ à 09h00 du Camping Détente & Clapotis de Montferrat
- La Découverte Gozzi Voiron Espace Montagne - 16km, départ 10h00 du Camping Détente & Clapotis de Montferrat
- La marche nordique Les Hauts de Paladru - 16km, départ 10h15
- La marche nordique Découverte - 11km, départ 10h30

Ce règlement s'applique uniquement aux épreuves de Trail et Ultra-Trail et ne s'applique pas aux 2 parcours de randonnées pédestres de 10 et 18 km ni aux courses enfants. Toutefois les randonneurs y trouveront des informations spécifiques aux deux randonnées.

Article 3 : Participation, certificats médicaux et licences

AUCUN JUSTIFICATIF NE SERA ACCEPTÉ SUR PLACE. TOUT PARTICIPANT N'AYANT PAS COMPLÉTÉ SON DOSSIER EN LIGNE SE VERRA REFUSER LE DÉPART.

Les inscriptions aux épreuves pourront uniquement se faire en ligne sur www.traildulacdepaladru.fr

En l'absence d'un Pass Prévention Santé (voir paragraphe ci-dessous), vous ne pourrez pas participer.

En application de la loi du 2 mars 2022 visant à démocratiser le sport en France et de son décret d'application du 22 juin 2022, la Fédération Française d'Athlétisme, sur avis de sa Commission médicale, a décidé de remplacer l'exigence de fourniture d'un certificat médical d'absence de contre-indication, par un parcours éducatif et d'information sur les risques liés à la santé dans la pratique de l'athlétisme, appelé « Parcours de prévention santé » (ou « PPS »).

Déjà applicable à tous les licenciés majeurs de la FFA depuis septembre 2023, cette obligation vient s'appliquer aujourd'hui à tous les pratiquants majeurs souhaitant s'inscrire à une course qui devront ainsi satisfaire au Parcours de Prévention Santé dans les trois mois avant la manifestation concernée. Ce PPS est disponible sur la plateforme en ligne de la FFA, vous pouvez le retrouver en cliquant sur le lien suivant : <https://pps.athle.fr/>

Licences sportives:

Les participants peuvent fournir une des licences en cours de validité et fournie par la FFA (Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running), un pass j'aime courir délivré par la FFA et validé par un médecin, en cours de validité.



Une autre licence sportive peut aussi être acceptée si elle contient par tout moyen la mention de non contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition.

En l'absence d'une de ces mentions, l'inscription ne pourra pas être validée.

Chaque participant devra fournir ce document en ligne ou sur place au moment du retrait des dossards. En l'absence de ces documents, le dossard ne pourra être retiré. Tout participant dont le dossier ne serait pas complet au jour du départ de la course ne pourra prétendre à aucun remboursement.

La liste sera publiée sur le site de la course : www.traildulacdepaladru.fr

Le nombre de participants est limité à 3 200 participants au total des 7 épreuves comme suit (randonneurs non compris) :

- L'Ultra-Trail du Pays Voironnais UYN - 84km : 350 dossards
- L'Ultra-Trail du Pays Voironnais UYN relais - 84km : 50 équipes de trois
- Le Grand Tour du Lac - UYN - 55km : 600 dossards
- Les Hauts du Lac 32 km - Oxsitis : 800 dossards
- La Découverte Gozzi Voiron Espace Montagne - 16 km : 800 dossards
- La Semi-nocturne Oxsitis - 17 km : 300 dossards
- La Semi-Nocturne Oxsitis duo - 17km : 100 duos
- Course à étapes 1 - 17 + 16 km : 100 dossards
- Course à étapes 2 - 17 + 32 km : 100 dossards

Participant mineur :

Les participants mineurs ne peuvent pas être soumis au PPS. Pour ces derniers, le règlement de la FFA prévoit le dispositif du questionnaire Santé. Pour que la participation d'un mineur soit validé, ce dernier doit remplir, à l'aide d'une personne exerçant l'autorité parentale, le questionnaire de santé :

<https://support-pps.athle.fr/support/solutions/articles/201000035305-je-suis-mineur-fois-je-remplir-le-pps->

Les réponses restant personnelles seules le résultat du questionnaire devra être communiqué à l'organisateur.

- *Aucune réponse négative.* La participation du participant mineur est validé
- *Au moins une réponse négative.* Un certificat médical de non-contre indication à la pratique du sport, de la course à pied ou de l'athlétisme en compétition datant de moins de 6 mois devra être fourni.



Tarifs inscription 2026 (inscription de base sans options)

Modalité d'inscription " inscription à la carte " :

L'inscription aux épreuves ne comprend pas les options.

Les options comprennent En options **Plus de détails à venir.**

Les tarifs ci-dessous correspondent à l'inscription de base et comprennent seulement la participation à l'épreuve choisie, le dossard, le chronométrage officiel par puce électronique (sauf randonneurs), les ravitaillements, la sécurité et les secours.

Le participant paie donc seulement ce qu'il souhaite et ce dont il a envie et besoin.

Les Epreuves	Jusqu'au 31 décembre 2025	Du 1er janvier au 15 février 2026	Du 16 février au 19 mars 2026	Du 20 mars au 14 avril 2026	Sur Place
La Découverte - 16km	10€	12€	14€		
La Semi-Nocturne Oxsitis - 17km	10€	12€	14€	16€ *options indisponibles	
La Semi - Nocturne Oxsitis en duo	20€	24€	28€	32€ *options indisponibles	
Les Hauts du Lac Oxsitis - 32km	21€	23€	25€	28€ *options indisponibles	
Le Grand Tour du Lac UYN - 55km	35€	37€	39€	42€ *options indisponibles	
Course par étapes 1 (17km + 16km)	21€	23€	25€	28€ *options indisponibles	
Course par étapes 2 (17km + 32km)	30€	32€	35€	38€ *options indisponibles	
Ultra-Trail du Pays Voironnais UYN - 84km	62€	66€	71€	83€ *options indisponibles	



Ultra-Trail du Pays Voironnais UYN en relais	65€	68€	76€	84€ *options indisponibles
Randonnée 10km				
Randonnée 20km				
Marche nordique 10km				
Marche nordique 20km				
Courses enfants				

- Les tarifs d'inscription aux courses relais et duo sont des tarifs par équipe, les participants devront donc procéder à une seule inscription et un seul paiement pour l'ensemble de l'équipe.
- Le prix du repas du samedi midi est de 12€ par personne, il est à prendre en supplément ;
- Le prix des repas du samedi soir et du dimanche midi est de 13,5 €, il est à prendre en supplément ;
- La liste des inscrits sera publiée sur le site internet de la course www.traildulacdepaladru.fr

Votre inscription aux épreuves comprend : la participation à l'épreuve, le dossard, le chronométrage officiel par puce électronique, les ravitaillements, la sécurité et les secours.

Article 4 : Assurances

Les organisateurs sont couverts par une police d'assurance souscrite auprès d'Allianz contrat N° 55 888 344 pour la durée de l'épreuve. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par les assurances liées à leur licence sportive. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement. L'organisation ne peut en aucun cas être tenue pour responsable en cas d'accident ou de défaillance consécutifs à un mauvais état de santé ou à une préparation insuffisante. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de vol ou de dégradation de matériel.



Article 5 : Condition de participation

La participation à l'épreuve se fera sous l'entière responsabilité des participants avec renonciation à tout recours envers les organisateurs quel que soit le dommage subi ou occasionné. Les concurrents s'engagent à n'exercer aucune poursuite envers les organisateurs pour tout incident résultant de leur participation à cette manifestation.

Article 6 : Remboursement, désistement et annulation

Pour toute demande de remboursement, il est nécessaire de fournir un certificat médical de contre-indication à l'événement et les frais seront les suivants :

- **Au moins 3 mois avant la course** : 50% du montant total de l'inscription (hors frais de dossier)
- **De 3 mois à 1 mois** : 75% du montant total de l'inscription (hors frais de dossier)
- **Et moins de 1 mois avant la course** : 100% du montant total de l'inscription (hors frais de dossier)

En cas d'annulation de l'événement la part de l'organisation du fait de causes extérieures (attentats, pandémie...). Des frais seront retenus sur les inscriptions :

- **Avant le 15 janvier 2026** : L'organisation retiendra un montant de 25% du tarif d'inscription
- **Entre le 15 janvier 2026 et le 31 mars 2026** : L'organisation retiendra un montant de 50% du tarif d'inscription
- **A partir du 1er avril 2026** : Aucun remboursement ne sera possible

Article 7 : Changement de distance et transfert de dossard

AUCUN TRANSFERT DE DOSSARD N'EST POSSIBLE.

Tout engagement et affectation du dossard est personnel, ferme et définitif. Aucun transfert d'inscription n'est autorisé. Aucun dossard ne sera envoyé par courrier.

Toute personne cédant son dossard à une tierce personne, sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière pendant l'épreuve. L'organisation décline toute responsabilité face à ce type de situation.



Les changements de distance sont possibles jusqu'au 15 mars 2026 inclus, au-delà de cette date aucun changement de distance ne pourra être effectué.

Aucun remboursement ne sera effectué pour les changements vers des courses inférieures, le complément financier sera quant à lui demandé lors d'un changement vers une course supérieure.

Article 8 : Modifications, neutralisations et annulations

À tout moment, l'organisation se réserve le droit de modifier le parcours et/ou les horaires et/ou les barrières horaires d'épreuves inscrites sur le site internet et le règlement.

Elle se réserve également le droit d'annuler une épreuve pour tout motif qui mettrait la vie du participant en danger ou tout cas de force majeure ou d'évolution défavorable de la pandémie COVID-19.

Article 9 : Retrait des dossards

Adresse du Camping Détente et Clapotis (plage de Montferrat) : 1678, route des Chevaliers de l'An Mil - 38620 Montferrat

Retrait des dossards



	Mardi 14 avril 2026 Magasin Gozzi Voiron Espace Montagne	Vendredi 17 avril 2026 Plage de Montferrat	Samedi 18 avril 2026 Plage de Montferrat	Dimanche 19 avril 2026 Plage de Montferrat
	Randonnées pédestres			
Marches nordiques	de 15h00 à 19h00		de 14h00 à 18h30	de 08h00 à 10h00
Randonnée 20km	de 15h00 à 19h00		de 08h00 à 10h00	



	Jeudi 16 avril 2026 Magasin Gozzi Voiron Espace Montagne	Vendredi 17 avril 2026 Plage de Montferrat	Samedi 18 avril 2026 Plage de Montferrat	Dimanche 19 avril 2026 Plage de Montferrat
	Épreuves Trail			
Ultra du Pays Voironnais 84km	15h00 à 19h00	de 17h00 à 19h00	de 04h30 à 05h30	
Le grand tour du Lac 55km	15h00 à 19h00	17h00 à 19h00	04h30 à 06h30	
Semi-nocturne 17km	15h00 à 19h00	17h00 à 19h00	14h30 à 18h30	
Courses à étapes	15h00 à 19h00	17h00 à 19h00	15h00 à 18h30	
La Découverte 16km	15h00 à 19h00	17h00 à 19h00	15h00 à 18h30	07h00 à 09h30
Les Hauts du Lac 32km	15h00 à 19h00	17h00 à 19h00	15h00 à 18h30	07h00 à 08h30
Courses enfants	15h00 à 19h00		inscription à partir de 13h00	
Marches nordiques (11km et 16km)	15h00 à 19h00	17h00 à 19h00	15h00 à 18h30	07h00 à 09h45



Article 10 : Horaires de départ

Horaires et lieu de départ

Samedi 18 avril 2026

- Ultra-Trail du Pays Voironnais UYN - 84km : 06h00 - Plage de Montferrat,
- Le Grand Tour du Lac UYN - 55km : 07h00 - Plage de Montferrat,
- Randonnées Pédestres 10km et 20km : de 8h00 à 10h00 - Plage de Montferrat
- Courses enfants : de 14 h 00 à 16 h 30 - Plage de Montferrat,
- La Semi-Nocturne Oxsitis - 17km : 19h30 - Office du Tourisme de Charavines.

Navettes obligatoires pour la course semi-nocturne (Montferrat - Charavines) :
départ 17h30 à 18h50

Dimanche 19 avril 2026

- Les hauts du lac Oxsitis - 32km : 09h00 - Plage de Montferrat,
- La Découverte Gozzi Voiron Espace Montagne - 16km : 10h00 - Plage de Montferrat
- Marches Nordiques chronométrées Les Hauts de Paladru 16km : 10h15 - Plage de Montferrat
- Marches Nordiques chronométrées Découverte 11km : 10h30 - Plage de Montferrat

Article 11 : Dossard et port du dossard

Le dossard doit être entièrement visible, non plié, porté devant et correctement attaché par des épingles ou sur une ceinture. Les 4 épingles ne sont pas fournies par l'organisation. Votre numéro de dossard sera consultable sur place grâce au tableau prévu à cet effet. Toute affectation du dossard est ferme et définitive. Aucun dossard ne sera envoyé par la poste.

Tout engagement est personnel, ferme et définitif. 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 pendant l'épreuve. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation.



Article 12 : Déroulement des courses

Toutes les courses ont un départ et une arrivée commune sur la plage de Montferrat (sauf la course semi-nocturne qui partira de l'Office du Tourisme de Charavines). Un briefing pour les dernières recommandations est prévu 15 minutes avant chaque départ. Les horaires sont indiqués sur le site de l'événement.

Ce sont des Trails qui se déroulent en semi-autosuffisance ou semi-autonomie (c'est l'esprit du Trail) **sauf la course semi-nocturne** qui se déroulera en **autosuffisance ou autonomie**.

L'assistance hors des points de ravitaillement est interdite.

Article 13 : Matériel obligatoire

Pour l'Ultra-Trail du Pays Voironnais UYN - 84km :

- couverture de survie,
- réserve d'eau d'1L,
- sifflet,
- téléphone portable
- numéro du PC course et du médecin/secours (renseignements figurants sur votre dossard),
- une lampe frontale en état de marche avec piles neuves,
- un gobelet pour les ravitaillement (parcours et arrivée).

Pour le Grand Tour du Lac UYN - 55km :

- couverture de survie,
- réserve d'eau d'1/2L,
- sifflet,
- téléphone portable
- numéro du PC course et du médecin/secours (renseignements figurants sur votre dossard).
- un gobelet pour les ravitaillement (parcours et arrivée).

Pour les Hauts du Lac Oxitis - 32km

- couverture de survie,
- réserve d'eau d'1/2L,
- sifflet,
- numéro du PC course et du médecin/secours (renseignements figurants sur votre dossard).
- un gobelet pour les ravitaillement (parcours et arrivée).

Pour la Semi-Nocturne Oxitis - 17km :



- couverture de survie,
- réserve d'eau d'1/2L,
- sifflet,
- téléphone portable
- numéro du PC course et du médecin/secours (renseignements figurants sur votre dossard),
- une lampe frontale en état de marche avec piles neuves,
- un gobelet pour les ravitaillement (parcours et arrivée).

Pour La Découverte Gozzi Voiron Espace Montagne - 16km :

- un gobelet pour les ravitaillement (parcours et arrivée).

Pour les Marches Nordiques 10km et 20km

- un gobelet pour les ravitaillement (parcours et arrivée).
- des bâtons de marche nordique

Des contrôles inopinés peuvent être effectués par l'organisation à tout moment (sas de départ, ravitaillements...) et entraîner des sanctions pouvant aller jusqu'à la disqualification (cf article 21 : pénalités et disqualifications).

Article 14 : Balisage du parcours

Parcours Trail : il sera effectué avec des fanions et des bandeaux de couleurs (rappelant la couleur des dossards), de la peinture fluorescente et des panneaux indicateurs. Présence de signaleurs aux intersections de routes. Plusieurs points de contrôles sont établis par l'organisation afin d'assurer la régularité de l'épreuve.

Parcours Randonnées : il sera effectué avec de la rubalise différente (visible lors des inscriptions ou retrait des dossards).

Parcours Randonnées : La marche nordique Les Hauts de Paladru - 16km se fera sur le parcours du Trail La Découverte - 16km. Il faudra donc suivre le balisage de ce trail

Article 15 : Ravitaillements

L'Ultra-Trail du Pays Voironnais UYN - 84km et relais : 5 ravitaillements complets (km 13 - km 26 - km 38 - km 55 - km 69) et 1 point d'eau au km 79

Le Grand Tour du Lac UYN - 55km : 3 ravitaillements complets (km 13 - km 25 - km 38 et 1 point d'eau au km 48)



Les Hauts du Lac Oxitis - 32km : 2 ravitaillements complets (km 12 - km 20 et 1 point d'eau au km 26)

Semi-Nocturne Oxitis - 17 km et duo : aucun, en autosuffisance ou autonomie

La Découverte Gozzi Voiron Espace Montagne - 16km : 1 ravitaillement complet au km 7

L'assistance individuelle est uniquement autorisée entre 20 mètres avant et 20 mètres après les zones de ravitaillement mises en place par l'organisation. Une assistance individuelle en dehors de ces zones pourra entraîner des sanctions pouvant aller jusqu'à la disqualification du participant (cf article 21 pénalités et disqualification).

Article 16 : Spectateurs et voitures suiveuses

Afin d'éviter les amas trop importants de véhicules au bord des routes, des parkings réservés aux voitures suiveuses seront mis en place par l'organisation sur certains points de grande concentration, notamment aux abords des ravitaillements. L'utilisation de ces parkings est obligatoire pour toute personne non participante désirant se rendre sur ces points de course en voiture.

Article 17 : Barrières horaires

L'Ultra-Trail du Pays Voironnais UYN - 85km : au km 13 ravitaillement du Pin après 2h20 de course, au km 38 ravitaillement d'Oyeu après 6h50 de course, au ravitaillement de Fregata au km 55 après 09h15 de course et au km 68 au retour de Fregata après 12h10.

Le Grand Tour du Lac - UYN - 55km : au km 13 ravitaillement du pin après 02h15, au km 26 ravitaillement Oyeu après 04h20 de course et au km 38 à 06h35 de course.

Les Hauts du Lac Oxitis - 32km (également en course par étapes) : au ravitaillement du Plan km 20, après 03h45 de course.

La Semi-Nocturne Oxitis - 17km (également en course par étapes) : Au passage à Bilieu au km 11,1 après 01h55 de course.

Les barrières horaires sont décomptées au départ du ravitaillement, les participants doivent donc être réparti à l'heure indiqué pour ne pas être arrêtés

Les participants dépassant les barrières horaires seront arrêtés et ramenés sur la plage de Montferrat. Les dossards seront retirés et les participants seront déclarés comme ayant



abandonné.

Si un participant décide de continuer l'épreuve sans dossard, il le fera sous sa propre responsabilité et l'organisation ne pourra pas être tenue responsable en cas d'accident.

Article 18 : Sanitaires et douches

Les sanitaires et douches de la plage seront à disposition.

Article 19 : Contrôles et abandons

Des contrôles seront effectués durant l'épreuve afin d'assurer de bonnes conditions de régularité de course. Un contrôle inopiné peut être effectué sur l'ensemble des parcours. Un contrôle à la tour de Clermont sera effectué pour les parcours les hauts du lac et le grand tour du lac. En cas d'abandon, le concurrent doit obligatoirement prévenir le PC Course (numéro de téléphone sur le dossard). Des contrôles pourront être effectués aux différents ravitaillements, ainsi que des contrôles aléatoires des sacs pendant toute la durée de la course.

Article 20 : Animaux

Il est interdit de prendre le départ des courses avec un animal ou d'être accompagné par un animal pendant les courses. L'organisation ne pourra être tenue responsable en cas d'accident.

Sur les portions de parcours qui traversent des propriétés privées, les chiens ou autres animaux domestiques sont interdits.

Les chiens sont revanche autorisée sur les parcours randonnées, mais ils doivent être tenues en laisse.

Article 21 : Pénalités et disqualification

Les concurrent.e.s sont éliminé.e.s ou reçoivent une pénalité de temps pour cause de :

- Falsification de dossard
- Absence de dossard
- Absence (partielle ou totale) de l'équipement obligatoire
- Non pointage aux postes de contrôles
- Non port de la lampe frontale de nuit ou à la nuit tombée
- Pollution ou dégradation des sites traversés (couper les sentiers, jets de détritux)



- Refus de se faire examiner par un médecin
- Ravitaillement en dehors des zones prévues
- Refus de se soumettre au contrôle anti-dopage
- Manque de respect auprès du public ou des membres de l'organisation
- Utilisation d'un moyen de transport extérieur.

Le non-respect du règlement par un.e participant.e peut entraîner une disqualification immédiate ou l'application d'une pénalité, après décision du comité d'organisation sans aucune possibilité de faire appel de cette sanction.

Les réclamations seront recevables jusqu'à 1h après l'arrivée du/de la dernier.e participant.e classé.e, directement auprès de l'organisation sur le site de départ/arrivée.

Concernant les marches nordiques, les participants sont tenus de respecter les règles techniques définies par la Fédération Française d'Athlétisme. Tout participant ne respectant pas ces règles pourra se voir imposer une sanction pouvant aller jusqu'à la disqualification de l'épreuve.

Article 22 : Droits à l'image

Du fait de son engagement, chaque participant autorise expressément les organisateurs à utiliser exclusivement les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles il pourrait apparaître, prises à l'occasion de sa participation aux épreuves, sur tous supports y compris les documents promotionnels et / ou publicitaires.

Article 23 : Loi Informatique et Liberté - CNIL/RGPD

Conformément à la « loi informatique et libertés » du 6 janvier 1978, les concurrents disposent d'un droit d'accès et de rectification de leurs données personnelles. Par notre intermédiaire, ils peuvent recevoir des propositions d'autres sociétés. S'ils ne le souhaitent pas, il suffit d'envoyer un mail à l'adresse suivante : contact@traildulacdepaladru.fr en indiquant leurs coordonnées.

Les données personnelles communiquées par les participants sont destinées au personnel habilité de l'association du Trail du lac de Paladru qui est l'association responsable du traitement de ces données. Ces données sont utilisées afin d'assurer le traitement des inscriptions des participants. Les participants sont susceptibles de recevoir par email des informations concernant l'épreuve sur laquelle ils sont inscrits ainsi que sur d'autres manifestations organisées par l'ATLP.

Les informations collectées respectent les dispositions fixées par le RGPD.



Conformément à la loi informatique et liberté du 6 janvier 1978, chaque participant dispose d'un droit d'accès et de rectification aux données personnelles le concernant. Il suffit de nous écrire en nous indiquant vos nom, prénom, adresse complète, par mail à contact@traildulacdepaladru.fr ou par courrier : ASSOCIATION DU TRAIL DU LAC DE PALADRU – 70 impasse du rutif – 38620 Montferrat

Vous pouvez également vous désabonner des newsletters en signifiant cette volonté par mail à contact@traildulacdepaladru.fr. Vos demandes seront prises en compte dans un délai maximum de 48 heures – jours ouvrables-, sauf pour les demandes transmises par courrier postal, qui requiert un délai de 8 jours.

Article 24 : L'esprit course nature

Respect des propriétés et de l'environnement : vous allez traverser de nombreuses propriétés et courir dans des sites naturels. Nous vous demandons donc de : respecter la végétation ; respecter les clôtures ; respecter le code de la route pendant la course au passage des routes ; faire preuve de bonne humeur vis-à-vis des bénévoles et des villageois rencontrés.

Tout participant surpris en train de jeter ses déchets en dehors des poubelles mises en place sur les zones de ravitaillement sera pénalisé (cf article 21 : sanctions et disqualification).

Entre-aide : tout concurrent se doit de porter secours à un autre concurrent en situation dangereuse ou de détresse. **Les accompagnateurs en VTT ne sont pas autorisés.** Tout concurrent ne respectant pas les règles minimales de propreté et de respect de la nature pourra être mis hors course. L'organisation se réserve le droit de disqualifier un concurrent si ces consignes ne sont pas respectées.

Article 25 : Classements et récompenses

Un classement sera établi selon les tableaux (article 24) pour l'épreuve de l'Ultra-trail, la *Semi-nocturne*, la *Découverte*, l'épreuve *des Hauts du lac*, l'épreuve *du Grand tour du lac* et les deux courses à étapes. **Seront récompensés les 6 premiers scratches de chaque catégorie masculine et féminine** (sauf étape 1 des courses à étapes, voir précisions ci-dessous). Les résultats seront affichés sur le site Internet de la course et sur le site d'arrivée.

Seuls les classements des catégories masculine et féminine donnent droit à des récompenses. Aucune récompense ne sera offerte selon les catégories d'âge.

Pour les courses à étapes, un classement intermédiaire sera réalisé à la fin de l'étape 1 (17 km semi-nocturne), si un concurrent d'une course à étapes fait partie des 6 premiers



scratch homme ou femme de l'étape 1, il sera invité à se présenter sur le podium mais ne sera pas récompensé. La récompense interviendra seulement à la fin de l'épreuve et au cumul des temps des deux étapes.

Article 26 : Catégories d'âges

Les catégories d'âges concernent l'année civile, qui débute le 1er janvier et se termine le 31 décembre. Elles se déterminent en fonction de l'âge atteint au cours de l'année (âge au 31 décembre) et prennent effet au 1er novembre de la saison administrative en cours.

Liste des catégories d'âges par épreuves :

CATEGORIE	COD E	ANNEE DE NAISSANCE	AGES	EPREUVES
Bébés Athlés	BB	2020 et 2021	de 5 à 6 ans	Courses enfants
Eveil Athlétique H et F	Ea	2017 à 2019	de 7 à 9 ans	Courses enfants
Poussin H et F	Po	2015 et 2016	10 et 11 ans	Courses enfants
Benjamin H et F	Be	2013 et 2014	12 et 13 ans	Courses enfants
Minime H et F	Mi	2011 et 2012	14 et 15 ans	Courses enfants
Cadet H et F	Ca	2009 et 2010	16 et 17 ans	Courses enfants
Junior H et F	Ju	2007 et 2008	18 à 19 ans	D + SN



Espoir H et F	Es	2005 à 2006	20 à 22 ans	Ultra + D + TC + TL + SN + CE
Senior H et F	Se	1990 à 2003	de 23 à 34 ans	Ultra + D + TC + TL + SN + CE
Master H et F	Ma	1989 et avant	à partir de 35 ans	Ultra + D + TC + TL + SN + CE

Ultra : Ultra-Trail du Pays Voironnais UYN

D : Trail la Découverte - Gozzi Voiron Espace Montagne

TC : Trail Court (Les Hauts du Lac- Oxsitis) TL : Trail Long (Grand tour du lac - UYN)

SN : La Semi-Nocturne - Oxsitis

CE : Courses à étapes

Article 27 : Secours

La responsabilité médicale sera assurée par un médecin et une équipe de secouristes. Ceux-ci pourront décider de la mise hors course d'un concurrent pour des raisons médicales. Le PC sécurité est assuré par un organisme reconnu par l'Etat (secouristes et médecins) sur le site de la plage de Montferrat (Départ/ Arrivée) plus une équipe mobile de secouriste sur les parcours. Sur chaque dossard figure le numéro de téléphone des secours.

Tout participant mis hors course se verra retirer son dossard. S'il décide de continuer, il le fera sous sa propre responsabilité et l'organisation ne pourra pas être tenue responsable en cas d'accident.

Article 28 : Acceptation du règlement

Ce règlement a été réalisé selon les règlements de la commission nationale des courses hors stade de la FFA. Les organisateurs de cette épreuve déclinent toutes responsabilités en cas de vol et se réservent le droit d'apporter toutes modifications qu'ils jugeront nécessaires à l'ensemble de l'organisation.



La participation au Trail du lac de Paladru implique l'acceptation express par chaque concurrent de ce règlement. Il s'engage à ne pas anticiper le départ et à parcourir la distance complète de son parcours. Le non-respect de cette règle entraînera aussitôt la disqualification du participant.

L'organisation vous souhaite une belle course !

