



# Dimanche 04 mai 2025



## La Nordique Vauclusienne

La présidente de l'ESNV

Patricia Pierre

La Directrice de course

Béatrice Bétard

# Règlement



## Programme du dimanche 4 mai 2025

### Centre aéré St Ferréol- Château de la Croix de Chabrière – 84500 BOLLENE

L'événement est organisé par l'Entente Sportive Nord Vaucluse, le Bollène Athlétique Club et Orange Sports Athlé Nature en partenariat avec les communes de Bollène, d'Orange et de Camaret sur Aigues, la Ligue Région Sud d'athlétisme et le Comité de Vaucluse.

### PROGRAMME

- |                 |   |
|-----------------|---|
| 🌳 8h30          | - Ouverture du site   |
| 🌳 9h15 – 12h30  | - Prêt de bâtons de marche nordique (une pièce d'identité ou à défaut un chèque de caution de 80 € sera demandé)          |
| 🌳 9h30          | - Échauffement en musique Centre aéré Saint Ferréol   |
| 🌳 9h40 à 9h45   | - Départ de la Balade du Barry  |
| 🌳 10h00         | - Départ de la Marche Nordique Chronométrée Loisir « La NV TEEN » devant le Château de la Croix Chabrière                 |
| 🌳 10h35         | - Départ de la Marche Nordique Chronométrée Loisir « La Botanique » devant le Château de la Croix Chabrière               |
| 🌳 10h55         | - Départ de « La Nordique Vauclusienne » MNCC Championnat Régional devant le Château de la Croix Chabrière                |
| 🌳 10h30 à 15h00 | - Village du bien-être et de la forme centre de loisir Saint Ferréol  |
| 🌳 8h30 à 15h00  | - Petite restauration au Centre de Loisir St Ferréol  |
| 🌳 10h00 à 12h00 | - Initiation gratuite à la marche nordique sur une boucle de 800 mètres par un coach FFA - centre de loisir Saint Ferréol |
| 🌳 14h30         | - Cérémonie de remise des récompenses et tirage de la Tombola.  |
| 🌳 16h00         | - Fin de la manifestation   |

## Organisation générale

### INSCRIPTIONS ET RETRAIT DES DOSSARDS

Par son inscription chaque participant reconnaît avoir pris connaissance du présent règlement et en accepte les clauses

#### Inscriptions :

- ⌘ La Nordique Vaclusienne :
  - Licence FFA Compétition Région Sud inscription par les clubs sur le site de La Ligue
  - Autres licences FFA et non licenciés : jusqu'au vendredi 2 mai 2025 à minuit sur le site <https://www.kms.fr/>.
- ⌘ La Botanique : jusqu'au vendredi 2 mai 2025 à minuit sur le site <https://www.kms.fr/>
- ⌘ La Balade du Barry: jusqu'au samedi 3 mai 2025 à midi sur le site <https://www.kms.fr/> et sur place le dimanche 4 mai 2025 de 8h30 à 9h40.
- ⌘ Plateaux Repas : jusqu'au vendredi 2 mai 2025 à minuit sur le site <https://www.kms.fr/>. et sur place le dimanche 4 mai 2025 jusqu'à 10h30 et dans la limite des disponibilités.

#### Retrait des dossards au Centre de Loisir St Ferréol à Bollène le dimanche 5 mai 2024 :

- ⌘ 8h30 à 9h40 « La Balade du Barry »
- ⌘ 9h00 à 10h15 « La Botanique » Marche nordique chronométrée Loisir
- ⌘ 9h00 à 10h30 « La Nordique Vaclusienne » MNCC - Championnat Régional



## ACCUEIL

Le site dispose de toilettes et de salles pour accueillir les animations proposées.

Les concurrents sont invités à prendre toutes précautions pour prévenir des pertes ou des vols de matériels ou effets personnels. L'organisation décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol de vos effets et matériels personnels.

Un vestiaire sera disponible à côté du ravitaillement arrivée uniquement pour les inscrits à La Nordique Vauclusienne et à La Botanique.

## CHARTE DE BONNE CONDUITE

Les papiers et déchets divers doivent être jetés dans les poubelles mises à disposition, Des poubelles seront disposées sur les zones de ravitaillement. Tout participant pris en train de jeter sciemment ses déchets sur le parcours pourra être exclu par l'organisateur. Tout inscrit s'engage à n'emprunter que les chemins balisés par l'organisation. En effet, sortir du sentier provoque une érosion irréversible du site et le dégrade donc durablement par ailleurs cela peut déranger l'habitat de la faune. Le non-respect de cette directive pourra entraîner une exclusion de l'épreuve par l'organisateur.

Les participants doivent respecter les cultures alentours et la signalisation.

Les participants à la Balade du Barry doivent laisser le passage aux porteurs d'un dossard « La Nordique Vauclusienne » ou « La Botanique ».

Les participants doivent respecter les signaleurs, les bénévoles et les membres du jury.

## REGLEMENT GENERAL

Pour les mineurs, l'autorisation parentale est obligatoire.

Aucun remboursement de l'inscription ne sera effectué sauf sur présentation d'un certificat médical.

Il est formellement interdit de se faire accompagner sur les parcours par une autre personne à pied ou à vélo.

Le club organisateur est couvert par une assurance de responsabilité civile en conformité avec la charte des courses hors stade et décline toute responsabilité en cas d'accident physiologique immédiat ou futur.

Les participants licenciés bénéficient des garanties accordées par leur licence. **Il incombe aux non-licenciés et aux licenciés n'ayant pas opté pour l'assurance de la FFA de s'assurer personnellement.** Par son engagement, chaque participant déclare être personnellement

assuré et dégage la responsabilité des organisateurs pour tout accident physiologique survenant pendant la course ou en décollant. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de défaillance due à un mauvais état de santé. Les organisateurs se réservent le droit d'exclure tout participant manquant à l'esprit des courses « nature » : respecter le balisage, respecter l'environnement, obligation de porter assistance à toute personne en danger jusqu'à l'arrivée des secours.

**Droit à l'image** : chaque participant, par l'acceptation de ce règlement, autorise expressément les organisateurs, ainsi que leurs ayants droits tels que les partenaires ou les médias, à utiliser les images fixes et/ou audio-visuelles sur lesquelles il pourrait apparaître, prises à l'occasion de sa participation, sur tous les supports y compris les documents promotionnels et publicitaires et les livres, dans le monde entier et pour la durée la plus longue prévue par la loi n° 78-17 du 6/01/1978 modifiée dite « Informatique et Libertés », les règlements, les traités en vigueur, y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée.

Conformément aux dispositions de la même loi, et à la demande de la Commission Informatique et Libertés (CNIL), vous êtes informés que les résultats seront publiés sur le site internet de l'épreuve et sur celui de la FFA. Si vous vous y opposez, vous devez expressément en informer l'organisateur à [la.nordique.vauclusienne@gmail.com](mailto:la.nordique.vauclusienne@gmail.com) et le cas échéant la FFA ([cil@athle.fr](mailto:cil@athle.fr)).

### **CHRONOMETRAGE**

Le chronométrage électronique est assuré par <https://www.kms.fr/>. Le chronométrateur manuel sera agréé FFA.

### **COUVERTURE MEDICALE**

Une assistance médicale sera assurée par deux médecins, deux infirmier(e)s et 2 secouristes, le directeur médical est le Docteur Pierre Hertert. Ils seront positionnés à l'arrivée devant le Château de La Croix Chabrière.

## Règlement spécifique à la Balade du Barry

La Balade du Barry est une marche loisir **non chronométrée**. Les bâtons de marche nordique ne sont pas obligatoires.

Pour la sécurité et le confort de tous, **les chiens** accompagnant les marcheurs, même tenus en laisse, **sont strictement interdit** sur le parcours. Une dérogation pourra être accordée sur demande écrite spécifique et présentation du certificat national à l'organisateur pour les chiens guides et les chiens d'assistance.

### CONDITIONS D'INSCRIPTIONS ET TARIFS

**- Tarifs :**

⌘ 8 € pour tous à partir de 12 ans- gratuit pour les moins de 12 ans - Majoration de 1 € pour les inscriptions sur place sauf pour les détenteurs d'une licence FFA

**- Conditions d'inscription :**

Être âgé de 8 ans ou plus au moment de la date d'inscription. Une autorisation parentale est obligatoire pour les mineurs.

Les mineurs de moins de 16 ans doivent obligatoirement être accompagnés par un adulte.

Sur présentation du dossard, les 100 premiers inscrits recevront un cadeau à retirer au stand indiqué lors du retrait des dossards.

**Lors de l'inscription et lors du retrait du dossard le règlement et la charte de bonne conduite du marcheur sont portés à la connaissance du participant par un affichage accessible au public.**

## **PARCOURS FLECHAGE BLEU**

Le parcours, d'une longueur de 10 km, alterne des zones de plat et de faible dénivelé. **Le dénivelé total positif est d'environ 160 mètres.** Le parcours ne comporte pas de passage revêtu (bitume ou autre) et ne traverse pas de voie de circulation. L'ensemble du parcours emprunte des chemins privés et des chemins ruraux communaux.

Le parcours est praticable en VTT et accessible aux véhicules de secours en plusieurs points.

## **RAVITAILLEMENTS**

Il y a un ravitaillement à mi-parcours et un ravitaillement à l'arrivée. **Les participants devront avoir un gobelet et leur dossard visible pour pouvoir accéder aux ravitaillements. Des gobelets consignés 2€ seront disponibles au stand accueil des tickets buvettes.**

## **ENCADREMENT**

Des signaleurs à pied et à vélo seront répartis sur le parcours.

## **OBLIGATION DU PARTICIPANT**

Le port du dossard fixé par 2 épingles à nourrice, remis lors de l'inscription est obligatoire pour accéder aux ravitaillements.

Sur la portion de parcours commun, les marcheurs porteurs d'un dossard pour les courses chronométrées sont prioritaires, les participants à la Balade du Barry doivent les laisser passer et ne pas entraver leur vitesse.

## **CLASSEMENTS ET RECOMPENSES**

Le parcours n'étant pas chronométré, les participants ne font l'objet d'aucun classement.

## Préambule

Le règlement de la présente épreuve met en application le règlement défini par la Commission Nationale Marche.

## Règlement sportif de la marche nordique

La Marche Nordique compétition reprend l'intégralité des gestes fondamentaux caractérisant cette discipline et enseignée comme telle dans les clubs FFA en Loisir et Forme Santé. Elle consiste à propulser le corps à l'aide des quatre membres en exerçant une poussée au sol à l'impact du bâton. La pointe du bâton doit rester au sol jusqu'à la fin du mouvement de poussée.

- ✎ Les participants doivent rester courtois et polis avec les juges.
- ✎ Courir est strictement interdit y compris dans la zone de ravitaillement.
- ✎ Le pas de course est interdit
- ✎ L'utilisation de deux bâtons spécifiques "marche nordique" est obligatoire avec les dragonnes attachées aux poignets
- ✎ À chaque instant, le marcheur doit avoir un pied et un bâton en contact avec le sol, le bras et la jambe doivent toujours être en opposition.
- ✎ La jambe d'attaque ne doit pas être tendue lors de son passage à la verticale du bassin (marche athlétique).
- ✎ Le pied qui avance doit attaquer le sol avec le talon. Le pas glissé qui consiste à allonger au maximum la foulée en attaquant par la plante du pied est interdit.
- ✎ Amplitude du geste : le coude et la main du bras d'attaque doivent passer devant le buste puis derrière la fesse en fin de poussée.
- ✎ Alignement articulaire obligatoire : Pied, genou, bassin, épaule, et tête doivent être alignés en fin de propulsion.
- ✎ L'abaissement du centre de gravité provoqué par le fléchissement exagéré des genoux est pénalisé.
- ✎ L'aide et l'accompagnement extérieur en dehors des zones prévues sont interdits (ravitaillement, matériel...)



Support visuel d'une bonne posture en fin de propulsion

## UNE BONNE ATTITUDE En fin de propulsion

- ✓ **Alignement articulaire :**
  - Tête
  - Epaule
  - Bassin
  - Genou
  - Pied
- ✓ **Maintien des épaules parallèles au sol**
- ✓ **Main derrière la fesse**
- ✓ **Contact au sol**
- ✓ **Poussée**
- ✓ **Attaque talon**

Zone de planté

MARCHE NORDIQUE  
COMPÉTITION

## **Marche nordique chronométrée Loisir « La Botanique »**

La Botanique est une course de Marche Nordique chronométrée Loisir. Le règlement appliqué est celui édité pour les MNCN par la CNM à la date de la compétition.

Le port du maillot de club est obligatoire pour tous les licenciés.

La participation aux compétitions de marche nordique est possible à partir de la catégorie U18. Pour la catégorie U18, la distance maximale est de 15 km.

Son tracé est le même que celui de la Nordique Vauclusienne avec un tour en moins.

### **INSCRIPTIONS ET TARIFS**

Les inscriptions se font individuellement sur le site <https://www.kms.fr/>

#### **- Tarifs :**

- ✦ Tarifs licenciés FFA : 18 € jusqu'au 28 avril à minuit puis 21 €
- ✦ Tarifs autres licences et non licenciés : 21 € jusqu'au 28 avril à minuit puis 24 €

#### **- Conditions d'inscription :**

- ✦ Licence FFA compétition ou running
- ✦ Licence FFA Loisir ou Non licenciés : Présentation du justificatif du Parcours Prévention Santé à effectuer sur <https://pps.athle.fr/> pour les majeurs. Pour les mineurs le formulaire de santé du ministère devra être fourni.

Sur présentation du dossard, les 100 premiers inscrits recevront un cadeau à retirer au stand indiqué lors du retrait des dossards.

**Lors de l'inscription et lors du retrait du dossard le règlement et la charte de bonne conduite du marcheur sont portés à la connaissance du participant par un affichage accessible au public.**

## **PARCOURS FLECHAGE ROUGE**

Le parcours d'une longueur de 9,3 km, est constitué de 3 tours d'une boucle de 3,1 km. Il respecte le cahier des charges de la Marche Nordique labellisée édité par la FFA en vigueur lors de l'épreuve.

Le parcours alterne des zones de plat et de faible dénivelé. **Le dénivelé total positif est d'environ 180 mètres.**

Le parcours comporte 50 m de passage revêtu (bitume ou autre) et ne traverse pas de voie de circulation. L'ensemble du parcours emprunte des chemins propriété du domaine et des chemins ruraux.

Le parcours est praticable en VTT et accessible aux véhicules de secours dans sa quasi-totalité.

## **RAVITAILLEMENTS ET ZONE TECHNIQUE**

Il y a un ravitaillement de 40 m délimité par des traits au sol sur chaque boucle et un ravitaillement à l'arrivée. Chaque participant peut y déposer son ravitaillement sur une table prévue à cet effet. L'accompagnement des concurrents hors de la zone fixée par l'organisation sera strictement interdit. Si un ravitaillement est effectué en dehors de la zone prévue à cet effet, l'athlète devra se mettre sur le côté pour ne pas gêner les autres concurrents et décrocher au moins un bâton par sécurité.

La zone technique qui comprendra des bâtons de rechanges sera située au niveau de la zone de ravitaillement.

## **ENCADREMENT**

Une équipe de juges formés sera mise en place. Les juges seront placés sous l'autorité d'un chef juge de marche nordique compétition. Ils seront souverains pour prendre les décisions concernant les pénalités.

## **CHALLENGE REGION SUD**

Chaque participant licencié FFA dans un club de la Ligue Région Sud (PACA) rapportera un point à son club pour le Challenge Région Sud.

## **OBLIGATIONS DES COMPETITEURS**

- ✎ Prévoir **8 épingles à nourrice**. Chaque dossard doit être fixé à ses 4 coins. Les dossards doivent être visibles durant toute la course.
- ✎ Le sac ou Camel bak ne doit pas masquer le dossard. Le ravitaillement solide et liquide (Poche à eau / Bidon) est autorisé. Le marcheur peut se ravitailler tout au long du parcours. Le lever des deux bâtons sera toléré lors de la prise du ravitaillement du marcheur.
- ✎ Un marcheur qui casse un bâton doit continuer le parcours jusqu'à la zone technique pour remplacer le bâton défectueux.

## **PENALITES :**

Sur cette épreuve, les juges privilégieront la pédagogie, courir et les comportements irrespectueux seront pénalisés par une disqualification du marcheur qui devra remettre son dossard au juge. Le juge signale la pénalité en montrant un carton jaune, en annonçant le numéro du dossard et le type de faute.

## **AFFICHAGE DES RESULTATS**

Les résultats seront affichés 30 minutes après la fin de toutes les épreuves sur un panneau prévu à cet effet dans le centre aéré St Ferréol où se tiendront les animations.

## **CLASSEMENTS ET RECOMPENSES**

Tous les participants inscrits seront classés individuellement.

À la fin de l'épreuve la publication des résultats annoncés par l'animateur seront affichés sur un panneau prévu à cet effet au niveau du centre aéré Saint Ferréol.

Des récompenses seront prévues pour :

- ✎ Les 3 premières femmes,
- ✎ La meilleure technique Femme
- ✎ Les 3 premiers hommes
- ✎ La meilleure technique Homme.

## Marche nordique chronométrée Loisir/Découverte « La NV TEEN »

La NV TEEN est une course de Marche Nordique chronométrée Loisir/Découverte réservée aux licenciés FFA Benjamins U14 et Minimes U16.

Le port du maillot de club est obligatoire pour tous les licenciés.

Son tracé d'une longueur de 2 250 mètres pour 40 mètres de dénivelée positive est adapté aux catégories concernées.

### INSCRIPTIONS ET TARIFS

Les inscriptions se font individuellement sur le site <https://www.kms.fr/>

- Tarifs : gratuit

- Conditions d'inscription :

· Licence FFA Benjamin ou Minime

**Lors de l'inscription et lors du retrait du dossard le règlement et la charte de bonne conduite du marcheur sont portés à la connaissance du participant par un affichage accessible au public.**

### PARCOURS FLECHAGE ROUGE ET BLEU

Le parcours, d'une longueur de 2.25 km, respecte le cahier des charges de la Marche Nordique labellisée édité par la FFA en vigueur lors de l'épreuve.

Le parcours alterne des zones de plat et de faible dénivelé. **Le dénivelé total positif est d'environ 40 mètres.**

L'ensemble du parcours emprunte des chemins propriété du domaine et ne traverse pas de route

Le parcours est praticable en VTT et accessible aux véhicules de secours dans sa quasi-totalité.

## ENCADREMENT

Une équipe de juges marche nordique compétition encadrera l'épreuve. Les juges seront placés sous l'autorité d'un chef juge de marche nordique compétition.

## OBLIGATIONS DES COMPETITEURS

- ✱ Prévoir **4 épingles à nourrice**. Chaque dossard doit être fixé à ses 4 coins. Les dossards doivent être visibles durant toute la course.
- ✱ Le sac ou Camel bak ne doit pas masquer le dossard. Le ravitaillement solide et liquide (Poche à eau / Bidon) est autorisé. Le marcheur peut se ravitailler tout au long du parcours. Le lever des deux bâtons sera toléré lors de la prise du ravitaillement du marcheur.

## PENALITES :

Sur cette épreuve, les juges privilégieront la pédagogie, seuls courir et les comportements irrespectueux seront pénalisés par une disqualification du marcheur qui devra remettre son dossard au juge. Le juge signale la pénalité en montrant un carton jaune, en annonçant le numéro du dossard et le type de faute.

## AFFICHAGE DES RESULTATS

Les résultats seront affichés 30 minutes après la fin de toutes les épreuves sur un panneau prévu à cet effet dans le centre aéré St Ferréol où se tiendront les animations.

## CLASSEMENTS ET RECOMPENSES

Tous les participants inscrits seront classés individuellement.

À la fin de l'épreuve la publication des résultats annoncés par l'animateur seront affichés sur un panneau prévu à cet effet au niveau du centre aéré Saint Ferréol.

Des récompenses seront prévues pour :

- ✱ Les premiers masculins et féminines de chaque catégorie,
- ✱ La meilleure technique

## Le parcours labellisé MNCC « La Nordique Vauclusienne »

Course labellisée MNCC nationale – Championnat Régional  
Challenge Marche Nordique Compétition Ligue d’Athlétisme Région Sud  
Etape du Challenge MNT



Sur présentation des deux dossards, chaque participant recevra un cadeau à retirer au stand indiqué lors du retrait des dossards

### CONDITIONS D’INSCRIPTIONS

#### Championnat Régional

Les licenciés compétition de la Ligue d’athlétisme Région Sud uniquement doivent être inscrits par leur club directement sur le site de la Ligue Région Sud : <http://ligueathletismepaca.athle.fr/asp.net/espaces.engage/engage.aspx>

#### MNCC:

Les inscriptions doivent être effectuées individuellement sur le site <https://www.kms.fr/> jusqu’au vendredi 2 mai à minuit.

Pour participer aux épreuves tous les compétiteurs à partir de la catégorie cadet/U18 seront :

- ✱ Licenciés ATHLÉ COMPÉTITION, ATHLÉ RUNNING, ATHLÉ ENTREPRISE.
- ✱ Licenciés ATHLÉ-SANTÉ avec présentation du Parcours de Prévention Santé
- ✱ En possession d'un PASS J'AIME COURIR
- ✱ Licenciés Compétition d'autres fédérations conventionnées avec la FFA (UNSS, UGSEL et FNSU).
- ✱ Non licenciés sur présentation du Parcours de Prévention Santé.

Le PPS est effectué sur le site de la FFA : <https://pps.athle.fr/>

## TARIFS

- ✎ Licenciés FFA Compétition Région Sud : Gratuit
- ✎ Licenciés FFA : 20 € jusqu'au 28 avril à minuit puis 23€
- ✎ Autres licences et non licenciés : 23 € jusqu'au 28 avril à minuit puis 26 €

## PARCOURS FLECHAGE ROUGE

Le parcours labellisé, d'une **longueur de 12,4 km**, est constitué de 4 tours d'une boucle de 3,1 km. Il respecte le cahier des charges de la Marche Nordique labellisée édité par la FFA en vigueur lors de l'épreuve. Le parcours alterne des zones de plat et de faible dénivelé. **Le dénivelé total positif est d'environ 240 mètres.**

Le parcours comporte 50 m de passage revêtu (bitume ou autre) et ne traverse pas de voie de circulation. L'ensemble du parcours emprunte des chemins propriété du domaine et des chemins ruraux. Le parcours est praticable en VTT et accessible aux véhicules de secours dans sa quasi-totalité.

## DEPART

La zone de départ est située devant le Château de la Croix de Chabrière. Le chronométrage sera déclenché par le passage sur le tapis. Les sas seront remplis par ordre croissant de numéros de dossard. L'attribution des numéros dossards sera basée sur la grille de niveau des athlètes et la vitesse moyenne indiquée par les participants lors de l'inscription.

Arrivée et départ au même endroit : Départ 10h50 pour tous

## DOSSARDS

Les dossards hommes et les dossards femmes seront différenciés. Chaque catégorie sera indiquée sur les dossards.

## RAVITAILLEMENTS ET ZONE TECHNIQUE

Il y a un ravitaillement de 40 m délimité par des traits au sol sur chaque boucle et un ravitaillement à l'arrivée. Chaque participant peut y déposer son ravitaillement sur une table prévue à cet effet. Les ravitaillements et l'accompagnement des concurrents hors de la zone fixée par l'organisation seront strictement interdits. Si un ravitaillement est effectué en dehors de la zone prévue à cet effet, l'athlète sera sanctionné d'une pénalité. La zone technique qui comprendra des bâtons de rechanges sera située au niveau de la zone de ravitaillement.



## **ENCADREMENT**

Une équipe d'au minimum 15 juges formés sera mise en place. Les juges seront placés sous l'autorité d'un juge arbitre fédéral de marche nordique compétition. Ils seront souverains pour prendre les décisions concernant les pénalités.

## **OBLIGATIONS DES COMPETITEURS**

- ✱ Porter obligatoirement le maillot de club pour pouvoir participer et être classés
- ✱ Fixer deux dossards, un devant et un derrière. Chaque dossard doit être fixé aux quatre coins. Les dossards doivent être visibles durant toute la course. Les deux dossards doivent être visibles.
- ✱ Un marcheur qui casse un bâton doit continuer le parcours jusqu'à la zone technique pour remplacer le bâton défectueux.

## **AFFICHAGE DES RESULTATS**

Les résultats seront affichés 30 minutes après la fin de l'épreuve sur un panneau prévu à cet effet dans le centre aéré St Ferréol où se tiendront les animations.

## **RECLAMATIONS**

Les décisions des juges seront souveraines et sans appel, et aucune réclamation ne peut être faite dans les aspects liés aux cartons montrés aux participants.

Conformément aux dispositions de la FFA:

- ✱ Toute réclamation doit être soumise verbalement au chef juge dans les trente minutes suivant l'affichage officiel des résultats de l'épreuve. Si elle est rejetée, une réclamation de deuxième instance peut être soumise par écrit au jury d'appel en versant une somme de 100,00 € à l'ordre de la FFA qui ne sera restituée qu'en cas d'acceptation de la réclamation.
- ✱ Aucune réclamation pendant l'épreuve ne sera prise en compte.
- ✱ En cas d'incident particulier, le chef-juge et l'organisation prendront les décisions nécessaires en fonction de sa gravité

Pour toutes questions ou réclamations concernant le classement, les points du MNT, merci de vous adresser à la Commission Nationale de Marche (CNM) via l'adresse mail suivante : [cnm.nordique@athle.fr](mailto:cnm.nordique@athle.fr)

## PENALITES

L'application des pénalités sera conforme au Règlement de la FFA en vigueur le jour de la compétition. Les juges surveilleront les marcheurs en compétition selon le règlement ci-après :

- ✱ Le juge annoncera verbalement le numéro de dossard ainsi que la faute commise tout en présentant le carton jaune devant l'athlète.
- ✱ Le carton jaune représentera la pénalité sous forme de pictogramme (cf. le visuel ci-dessous)
- ✱ Application des pénalités sous forme d'arrêt du marcheur : Le marcheur pénalisé devra s'arrêter instantanément à l'annonce de sa pénalité par le juge. L'arrêt est de 60 secondes (1 mn). En cas de refus d'arrêt, le marcheur sera disqualifié.
- ✱ En cas d'incident particulier, d'altercation entre marcheurs et/ou juges, le chef juge et l'organisation prendront les décisions nécessaires en fonction de la gravité de l'incident (exclusion, rapport disciplinaire).
- ✱ En cas de faute sur la zone des 150 m avant l'arrivée, il sera ajouté 60 secondes (1 mn) au temps final du marcheur. Cette zone sera indiquée par un panneau.
- ✱ Une vidéo du départ sera enregistrée par un juge marche nordique désigné par le chef juge. Le chef juge analysera l'enregistrement vidéo du départ et pénalisera pendant l'épreuve par un arrêt de 120 secondes (deux minutes) ou ultérieurement par un ajout de deux minutes au temps final du marcheur.
- ✱ A la 4<sup>ème</sup> pénalité, le marcheur recevra un carton rouge par le chef juge ; il sera disqualifié, devra remettre son dossard à un juge et quitter le circuit.
- ✱ Un athlète pourra être informé de sa disqualification après l'arrivée s'il n'a pas été possible de lui signifier durant l'épreuve.
- ✱ La course caractérisée sera sanctionnée directement par un carton rouge donné par le chef juge.

Pictogramme visuel des pénalités

Règlement Marche Nordique Compétition

Application 1er septembre 2023



POUSSÉE



Poussée avant



Poussée arrière



ALIGNEMENT



Abaissement du centre de gravité



Alignement articulaire



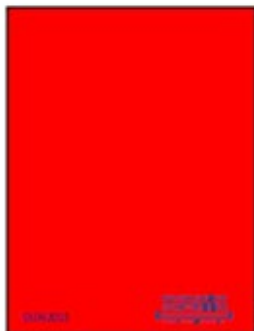
Oscillation des épaules



Pas glissé



Marche athlétique



Comportement anti-sportif



Pas de course



MARCHE NORDIQUE COMPÉTITION

## CLASSEMENTS ET RECOMPENSES

### MNCC

Le classement Seuls les détenteurs de licences FFA compétition et running seront classés. Le classement se fera par catégorie FFA de la même manière que dans les courses hors stade :

- Classement au Scratch : seront récompensés les 3 premiers hommes et les 3 premières femmes
- Classement individuel : seront récompensés les premiers par catégorie et par sexe sans cumul avec le scratch
- Classement par équipe : Le calcul du classement par équipe s'effectue par l'addition des temps des 4 marcheurs d'un même club. Les 3 premières équipes mixtes appartenant à un club FFA seront récompensées (Cf règlement MNT). Chaque équipe sera obligatoirement composée de 4 marcheurs, 2 femmes et 2 hommes, dont au maximum un muté ou un étranger. Plusieurs équipes d'un même club pourront être classées.

### Challenge Marche Nordique Compétition Ligue d'Athlétisme Région Sud

Les athlètes inscrits, détenteurs des licences FFA-PACA compétition et running dans les clubs de la Ligue d'Athlétisme Région Sud, seront classés selon les règles du Challenge 2024.

### Championnat Régional

Le classement se fera par club maître.

- Equipe
  - Une équipe est composée de 4 marcheurs d'un même club titulaires d'une licence compétition. Celle-ci est obligatoirement mixte avec 2 hommes et 2 femmes.
  - Le calcul du classement par équipe s'effectue par l'addition des temps des 4 marcheurs d'un même club. Le règlement fédéral sera appliqué pour la composition des équipes (muté et athlète étranger). En cas d'égalité, c'est le temps réalisé par le 4ème marcheur qui sera retenu.
  - Seront récompensés les 3 premières équipes mixtes. Il sera attribué une coupe pour l'équipe et une médaille pour chacun des athlètes.
- Individuel.
  - Seront récompensés les premiers de chaque catégorie de cadet à master 10 (Féminin et masculin)