



REGLEMENT TRAIL À 4 FEUILLES

ARTICLE 1 : DEFINITION & ORGANISATION

Le Trail à 4 Feuilles est une manifestation sportive Hors Stade de course à pied, se déroulant le 22 et 23 août 2026 à Fontcouverte-La-Toussuire.

Le Trail à 4 Feuilles est organisé par l'association Outdoor Sport Organisation.

Ces textes sont régis par la Fédération Française d'Athlétisme (F.F.A.) et plus généralement par l'International Association of Athletics Federations (I.A.A.F.) Tout sujet d'article non-abordé dans le présent document adopte automatiquement l'application définie sur ces textes de référence.

L'organisation de course se réserve le droit de modifier à tout moment le présent règlement, afin de respecter les réglementations et de veiller à l'intérêt et la sécurité des participants.

ARTICLE 2 : REGLES GENERALES

Tous les concurrents s'engagent à se soumettre à ce règlement dès la validation de leurs inscriptions et dégagent la responsabilité des organisateurs pour tout incident ou accident pouvant survenir du fait du non-respect du présent règlement.

Chaque concurrent s'engage à respecter les points suivants, sous peine de disqualification :

- Respecter l'environnement (faune et flore), le balisage et les bénévoles,
- N'emprunter que les chemins balisés sans sortir des traces,
- Ne pas prendre les coupes des sentiers,
- Ne rien jeter sur les sentiers,
- Apporter assistance à tout coureur en situation de défaillance,
- Suivre les consignes de l'organisation, des signaleurs et des bénévoles,
- Conserver le matériel obligatoire sur toute la durée du parcours.
- Respecter les gestes barrières et les mesures sanitaires mises en place sur l'événement

L'organisation tient à informer les concurrents, des interdictions suivantes :

- Être suivi de manière permanente par un accompagnant
- Disposer de ravitaillements ou d'assistance personnelle
- Être accompagné par des animaux de compagnie sur l'ensemble des parcours.

ARTICLE 3 : PARCOURS

Le Trail à 4 Feuilles propose différents parcours, listés ci-dessous :

Samedi 22 août :

Trèfle à 4 feuilles

- Concept de 4 boucles d'environ 10km. Chaque participant aura le choix de stopper à la fin de chaque boucle, ou de continuer sur la prochaine boucle, laissant le choix à :
 - 9km / 550m d+
 - 18km / 1000m d+
 - 30km / 1900m d+
 - 40km / 2300m d+
- Une boucle : Réservé aux personnes nées avant le 31 décembre 2009. **Pour les mineurs juniors, autorisation parentale obligatoire**
- Deux boucles ou plus : Réservé aux personnes nées avant le 31 décembre 2007 (à partir de la catégorie junior).
- Heure de départ : Communiqué ultérieurement (présence obligatoire 15 minutes avant le départ pour le briefing)
- Ravitaillements :
 - Communiqués ultérieurement

Trèfle à 4 feuilles RELAIS DUO et QUATRO

- Même Concept que le Trail à 4 Feuilles individuel
- Relais à la carte : possibilité d'adapter la répartition des boucles selon les participants (une boucle chacun, deux boucles chacun, etc.)
- Une boucle : Réservé aux personnes nées avant le 31 décembre 2009. **Pour les mineurs juniors, autorisation parentale obligatoire**
- Deux boucles ou plus : Réservé aux personnes nées avant le 31 décembre 2007 (à partir de la catégorie junior).
- Heure de départ : Communiqué ultérieurement (présence obligatoire 15 minutes avant le départ pour le briefing)
- Ravitaillements :
 - Communiqués ultérieurement

Marche / Randonnée – 9km / 200m d+

- Réservé aux personnes nées avant le 31 décembre 2015. **Pour les mineurs, autorisation parentale obligatoire**
- Heure de départ à venir (présence obligatoire 15 minutes avant le départ pour le briefing)
- Ravitaillements :
 - Communiqués ultérieurement

Attention ! Aucun gobelet ne sera disponible sur les ravitaillements

Dimanche 23 août :

Rallye Gourmand – 13,3km / 620m d+

- Réserve aux personnes nées avant le 31 décembre 2018
- Heure de départ : 8h30 (présence obligatoire 15 minutes avant le départ pour le briefing)
- Ravitaillements :
 - STAND 1 – 1,75 km : Café/thé – Association des commerçants de La Toussuire
 - STAND 2 – 3 km : Charcuterie – Axelle Rossat + Marcel et Fonsine
 - STAND 3 – 4 km : Fromages – Coopérative Sica + Marcel et Fonsine
 - STAND 4 – 5 km : Tartines - Conserverie des Alpes
 - STAND 5 – 7 km : Repas Savoyard – Happy'Curiens
 - STAND 6 – 8,75 km : Fromage de chèvre – La Chèvrerie de Savoué + Marcel et Fonsine
 - STAND 7 – 10,5 km : Glace – La Confiserie Spagnolo (Échappatoire)
 - STAND 8 – 12,25 km : Bière – La Brasserie Jananka
 - STAND 9 – 13,8km : Matafan – Nono

Il appartient à chaque participant d'adapter son effort et son allure, suivant son aptitude et maîtrise de la course et notamment en fonction du terrain suite aux conditions météorologiques (pluie, neige, vent...) du jour de l'épreuve.

ARTICLE 4 : CONDITIONS DE PARTICIPATION

Conformément à l'article 231-2-1 du code du sport, la participation à la compétition est soumise à la présentation obligatoire :

Personnes majeures :

Pour les personnes majeures, leur participation à une compétition est soumise à la présentation obligatoire à l'organisateur soit :

- D'une licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running délivrée par la FFA, ou d'un « Pass' J'aime Courir » délivré par la FFA et complété par le médecin, en cours de validité à la date de la manifestation. Les autres licences délivrées par la FFA (Santé et Encadrement ne sont pas acceptées) ;
- Les non licenciés devront présenter obligatoirement une attestation (papier, électronique ou de type QR Code) indiquant que la personne a réalisé le Parcours de Prévention Santé (ou « PPS ») mis en place par la FFA via sa plateforme dédiée dont les conditions d'utilisation seront établies également par cette dernière. Pour être valable, le PPS doit avoir été effectué au maximum trois mois avant la date de la manifestation à laquelle la personne souhaite s'inscrire.

*Conformément aux réglementations de la FFA, les certificats médicaux contenant la mention « Trail en compétition » et « Running en compétition » **ne seront pas acceptés.***

Personnes mineures :

Pour les personnes mineures, leur participation à une compétition est soumise à la présentation obligatoire à l'organisateur soit :

- D'une licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running délivrée par la FFA, ou d'un « Pass' J'aime Courir » délivré par la FFA et complété par le médecin, en cours de validité à la date de la manifestation. Les autres licences délivrées par la FFA (Santé, Encadrement et Découverte ne sont pas acceptées ;
- D'une licence sportive, en cours de validité à la date de la manifestation, sur laquelle doit apparaître, par tous moyens, la non-contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition et délivrée par une des fédérations partenaires de la FFA. La liste des fédérations partenaires seront régulièrement communiquées aux clubs affiliés et organisateurs sportifs par voie de circulaire.
- L'athlète et les personnes exerçant l'autorité parentale renseignent conjointement un questionnaire relatif à son état de santé dont le contenu est précisé par arrêté conjoint du ministre chargé de la santé et du ministre chargé des sports.
- Les personnes exerçant l'autorité parentale sur le mineur attestent auprès de la FFA que chacune des rubriques du questionnaire donne lieu à une réponse négative. A défaut, elles sont tenues de produire un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique de l'athlétisme ou de la discipline concernée datant de moins de six mois.

Le Trail à 4 Feuilles est ouvert à tous, hommes ou femmes, licenciés ou non, en respectant les catégories d'âge. Les participants devront être entraînés, en bonnes conditions physiques et aptes à courir pendant plusieurs heures d'affilée sur des sentiers de montagne parfois escarpés, et dans des conditions qui peuvent être rendues difficiles par les conditions météorologiques, en fonction du parcours choisi.

En s'inscrivant, chaque coureur prend personnellement les engagements suivants :

- Déclare être en possession d'une assurance individuel accident couvrant les frais de secours, de recherche et d'évacuation en France. A défaut, souscrit l'assurance individuelle accident proposée par l'organisateur lors de l'inscription.
- Déclare s'être renseigné sur les contre-indications médicales qui pourraient le concerner et, en conséquence, décharger l'organisation de tout problème médical pouvant survenir pendant l'épreuve du fait d'une négligence de sa part.
- Déclare avoir satisfait à l'obligation de consultation médicale préalable matérialisée par la fourniture d'un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique de la course à pied, s'être renseigné sur les contre-indications médicales susceptibles de le concerner et en conséquence, décharger l'organisation de tout problèmes médicaux pouvant survenir pendant l'épreuve le concernant

ARTICLE 5 : INSCRIPTIONS ET TARIFS

Les inscriptions se font **exclusivement en ligne** via la plateforme d'inscription en ligne à partir du 28 novembre.

Tarifs en vigueur pour l'édition 2026 :

	Tarifs
Trail à 4 Feuilles	25 €
Trail à 4 Feuilles RELAIS DUO	20 € /p
Trail à 4 Feuilles RELAIS QUATRO	15 € /p
Marche / Rando	10 €
Rallye Gourmand	25 €

Les droits d'inscriptions comprennent pour les épreuves du samedi :

- Un dossard
- Une puce de chronométrage
- Un cadeau participant
- Un dispositif de sécurité tout au long du parcours
- Des ravitaillements
- Un classement individuel d'après-course
- La dotation de la remise des prix pour les catégories récompensées

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

ARTICLE 6 : MATERIEL OBLIGATOIRE

Pour le parcours Trail à 4 feuilles :

- Une réserve d'eau de 1L minimum
- Une réserve alimentaire
- Une couverture de survie (140cmx200cm minimum)
- Un sifflet
- Un gobelet personnel ou un bidon pour les ravitaillements
- Un téléphone portable chargé
- Une veste imperméable

L'organisation se réserve le droit de rajouter du matériel obligatoire spécifique selon les conditions météorologiques.

Des contrôles inopinés auront lieu avant le départ, sur les parcours et à l'arrivée. Tout coureur ne possédant pas son matériel obligatoire se verra appliquer une pénalité.

Bâtons

Les bâtons sont autorisés sur l'intégralité du parcours. Si le coureur choisit de prendre le départ avec des bâtons, il devra les garder tout au long de course. Il ne peut partir sans et en récupérer durant la course, sous peine de sanction.

Veillez à adapter votre équipement aux conditions météorologiques.

ARTICLE 7 : RETRAIT DES DOSSARDS

Retrait des dossards sur le village aux horaires suivants :

- Samedi 22 août :
 - 7h00 – 8h30
- Dimanche 23 août : 7h30 – 8h30

Une personne peut retirer le dossard d'un participant sur présentation d'une pièce d'identité du participant.

Les dossards doivent être visibles tout au long du parcours sous peine de disqualification.

Merci de prévoir des épingles.

ARTICLE 8 : CATEGORIES ET RECOMPENSES

Informations récompenses à venir

ARTICLE 9 : ABANDON

En cas d'abandon, le coureur doit remettre son dossard à l'arrivée ou prévenir l'organisation. Si un concurrent abandonne la course sans prévenir et que l'organisateur procède à des recherches, des poursuites judiciaires pourront être engagées à son encontre pour le remboursement des frais occasionnés.

Si les conditions météo, l'état physique ou le mauvais comportement d'un coureur l'exigent, l'équipe médicale et l'organisateur auront tout pouvoir de contraindre le concurrent à l'abandon.

ARTICLE 10 : SECURITE ET ASSISTANCE MEDICALE

Des postes de secours, composés d'un médecin et de secouristes seront implantés le long du parcours et seront en liaison radio avec le PC course. Les équipes médicales seront présentes pendant toute la durée de l'épreuve.

Le coureur s'engage à accepter les décisions prises par la direction de course ou les équipes médicales. Il appartient à chaque coureur en difficulté ou sérieusement blessé de faire appel aux secours :

- En se présentant à un poste de secours
- En appelant le PC course (le n° de tél. sera communiqué et inscrit sur chaque dossard)
- En demandant à un autre coureur de prévenir les secours

ARTICLE 11 : GARANTIE D'ANNULATION D'INSCRIPTION

L'organisation propose d'assurer l'inscription contre toutes causes accidentelles et imprévisibles qui rendraient impossible votre participation.

Nous vous proposons de souscrire à l'assurance Beticketing qui vous permet, sous certaines conditions définies par l'Assureur, de vous faire rembourser 80% du montant des droits d'inscription (hors option et frais de services).

- Couvre toutes les causes imprévisibles et accidentelles survenues entre votre inscription et la date de la course
- Valable jusqu'à 72 h après l'événement
- COVID garanti si 30 jours avant l'épreuve
- Remboursement en 72 h si dossier complet
- Valable monde entier.

Lire les Conditions Générales du produit BETICKETING : <https://claimticketing.assur-connect.com/conditions>

ARTICLE 12 : ANNULATIONS – CAS DE FORCE MAJEURE

Modification des parcours, annulation de l'évènement le jour J, annulation pour cas de force majeure :

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

Si l'épreuve est annulée pour cas de force majeure ou pour motif indépendant de la volonté de l'organisation, les concurrents ne pourront pas prétendre à un remboursement, même partiel.

Aucun remboursement ne pourra être demandé à l'organisateur dans les cas d'annulation mentionnés ci-dessus.

Annulation de l'évènement lié au Covid-19 :

En cas d'interdiction d'organisation lié au Covid-19, si l'évènement ne peut avoir lieu en 2026 (impossibilité de report à une date ultérieure en 2026), l'organisateur s'engage à rembourser l'intégralité des frais d'inscriptions (hors frais de dossiers et options) jusqu'au 1 avril 2026 inclus, soit 30 jours avant l'évènement. Passée cette date, l'organisateur s'engage à rembourser 70% des frais d'inscriptions (hors frais de dossiers et options) ou à reporter votre inscription à l'édition 2026.

Annulation de l'évènement du fait de l'organisateur :

En cas d'annulation de l'évènement à l'initiative de l'organisateur, ce dernier s'engage à rembourser intégralement les frais d'inscription des participants jusqu'à un mois avant l'évènement. Passé ce délai, les participants seront remboursés à hauteur de 70% par l'organisation. Les remboursements interviendront par virement bancaire.

Aucun des frais annexes engagés pour participer à l'épreuve ne seront remboursés, tels que les frais liés au matériel nécessaire à la participation (équipements...), les frais de transport pour se rendre jusqu'à l'épreuve, l'hébergement et les repas, les frais postaux ou de connexion Internet. Tous ces frais restent à la charge des participants

ARTICLE 13 : RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT

Il est impératif de suivre les chemins tels qu'ils sont balisés, sans couper : couper un sentier provoque une érosion irréversible du site et le dégrade donc irrémédiablement. Ne jetez ni emballage, ni mouchoir, ni tout autre déchet sur l'intégralité du parcours. Tout participant surpris en infraction sera immédiatement disqualifié.

ARTICLE 14 : ASSURANCES

Responsabilité civile : conformément à la loi, les organisateurs ont souscrit une assurance couvrant les conséquences de leur responsabilité civile, celles de leurs préposés et de tous les participants au Le Trail à 4 Feuilles.

Individuelle accident : Seul les licenciés FFA sont couverts en individuelle accident. Pour les non licenciés, il appartient aux participants de se garantir pour ce type de dommages. L'assurance optionnelle pour les non licenciés n'est pas obligatoire mais vivement conseillée

Chaque coureur doit être en possession d'une assurance individuelle accident couvrant d'éventuels frais de recherche et d'évacuation en France. Une telle assurance peut être souscrite auprès de tout organisme au choix du concurrent.

ARTICLE 15 : DROIT A L'IMAGE

Du fait de son engagement, le concurrent autorise expressément l'organisateur ainsi que ses ayants droits tels que partenaires et médias à utiliser, faire utiliser, reproduire ou faire reproduire son nom, son image, sa voix et sa prestation sportive en vue de toute exploitation directe, indirecte ou sous forme dérivée de l'épreuve et ce, sur tout support, dans le monde entier, par tous les moyens connus ou inconnus à ce jour, et 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.

ARTICLE 16 : PROTECTION DE DONNEES PERSONNELLES

A l'occasion de votre inscription au Trail à 4 Feuilles, l'organisateur récolte des données personnelles à des fins de gestion des inscriptions.

Les données récoltées sont les suivantes : nom, prénom, nationalité, date de naissance, sexe, téléphone, adresse email, adresse postale, nom, prénom et numéro de téléphone de la personne à contacter en cas d'urgence. Cette récolte de données se justifie par la nécessité d'identifier individuellement chaque participant et de pouvoir le contacter par quelque moyen que ce soit afin de lui transmettre toute information utile à sa venue sur l'évènement ou nécessaire à sa sécurité ; également par la nécessité d'identifier une personne joignable en cas de problème.

Seuls les membres habilités ont accès à ces données : il s'agit des membres du Comité d'Organisation du Trail à 4 Feuilles ainsi que tout prestataire qui, par sa compétence et / ou sa prestation, est nécessaire à l'organisation du Trail. Conformément à la réglementation en vigueur, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification de vos Données Personnelles, ainsi que de celui d'en demander

l'effacement, de vous opposer à leur traitement et d'en obtenir la limitation ou la portabilité dans la mesure où cela est applicable. Conformément à la loi informatique et liberté du 6 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification personnelle vous concernant. Par notre intermédiaire, vous pouvez être amené à recevoir des propositions d'autres sociétés ou associations partenaires de l'évènement. Si vous ne souhaitez pas les recevoir, il vous suffit de nous écrire en nous indiquant votre nom, prénom et adresse, au 66 Impasse des Dents de Lanfon, 74410 Saint-Jorioz.