

## REGLEMENT DE L'EPREUVE

Article 1 — En partenariat avec la Municipalité du TAMPON, l'association « TRISOMIE 21 REUNION » et le C.A.S.L, organisent le Dimanche 30 Mars 2025 une manifestation intitulée :

### Les FOULEES DE LA TRISOMIE 21 REUNION.

Article 2 — Cette épreuve est ouverte à :

- Pour la **Randonnée (circuit de 8km)** : à tous à partir de 10 ans
- Pour les **Foulées (Trail court de +/- 15km)** : aux licenciés FFA et FFtri à partir des Juniors et aux non licenciés à partir de 18ans.

Article 3 - Les circuits des Foulées de la Trisomie 21 se dérouleront :

- la Randonnée sur des chemins communaux, sur des pistes et sentiers autour du champ de foire.
- et le TRAIL COURT +/-15km en partie pour le départ sur les chemins communaux puis sur sentiers et pistes. De ce fait les coureurs sont tenus de respecter le code de la route, se mettre dans le sens de la circulation sur le côté droit de la chaussée.

Il est strictement de courir torse nu et le dossard devra être porté à l'avant du maillot pour les Contrôleurs.

Article 4 — Participation de **10€ ht pour la Randonnée** et **de 17€ ht pour les Foulées**.

Article 5 — Pour les Foulées, le certificat médical (PPS) de moins d'un an portant la mention « course à pied en compétition » est OBLIGATOIRE pour les non licenciés de plus de 18ans.

Les licenciés FFA et FFTRI devront présenter leur licence en cours (2025).

Article 6 — Ne pourront pas prendre le départ et seront disqualifiés des Foulées, les athlètes qui :

- Ne présenteront pas leur certificat médical (PPS) ;
- Ne respecteront pas les bénévoles de l'organisation ;
- Et emprunteront des raccourcis.

Article 7 - Un poste de ravitaillement sera positionné sur le milieu du parcours de la Randonnée (eau-coca-sucre).

Pour le Trail Court un poste de ravitaillement aux :

- 4ème kilomètre - 9ème Kilomètre et 12ème kilomètre (eau-coca-sucre-sel-banane)

Article 8 — Récompenses :

- AUCUNE RECOMPENSE pour la Randonnée.
- Pour les Foulées, les 10 premiers au Scratch « FEMMES et HOMMES » seront récompensés sans distinction de catégories ainsi que les 2 plus âgés de la compétition (F et H).

Article 9— Les départs seront donnés au niveau du terrain de foot au champ de foire du 28<sup>o</sup>km à :

- 8h00 pour les Foulées - 8h30 pour la Randonnée.

Article 10 — Les inscriptions se feront pour le **TRAIL COURT** par courrier

Date limite cachet de la poste faisant foi, le **vendredi 21 mars 2025** aux adresses suivantes :

**CASL - Bernard de LONGPREZ 29 rue Fortuné Hoareau 97414 ENTRE DEUX où**

**TRISOMIE 21 – 62 Rue Mickael Gorbatchev 97430 LE TAMPON**

**Ou sur place** le mercredi 19 mars 2025 de 09h à 16h au TAMPON (lieu restant à déterminer)

Et le mercredi 26 mars 2025 de 13h à 18h au Camping de L'Étang-Salé les Bains

**Chèque à établir à l'ordre de « TRISOMIE 21 »**

Pour la randonnée, les inscriptions peuvent se faire aux adresses citées ci-dessus ou sur place.

**Par internet sur le site web : [www.topchrono.run](http://www.topchrono.run) - Les paiements en ligne sont sécurisés.**

Bernard de LONGPREZ 0692.64.08.59 — mail : [clubathlesaintlouis@gmail.com](mailto:clubathlesaintlouis@gmail.com)  
[trisomie21-974@hotmail.com](mailto:trisomie21-974@hotmail.com)