



GRAND TRAIL du CANIGÓ 2019

63 km 800 / 3600m D+

samedi 06 juillet 2019 - départ 6 h

Fiche d'inscription à nous retourner **avant le 31 mai 2019** accompagnée du paiement (chèque ou virement) à : « Courir et découvrir » - 72 avenue Balcon du Canigou - 66240 Saint-Estève

Nom : Prénom :
Date de naissance : Age (20 ans minimum) :
Nationalité : Sexe : F M
Adresse :
CP : Ville :
Tél : Taille tee-shirt : S... M...L...XL
Email :@.....

Pour participer, il est impératif :

- de justifier d'une licence « Athlétisme Compétition » ou « Pass' Running » délivrées par la Fédération Française d'Athlétisme (en expédiant sa photocopie).

ou

- de fournir un certificat médical qui respecte le texte « non contre indication à la pratique de l'athlétisme en compétition » (datant de moins d'un an au 06/07/2019).

Responsabilité civile : Les organisateurs sont couverts par une police d'assurance MAIF n°2567130P

Assurance Individuelle accident : Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence, il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

L'inscription est fixée à 64 € et comprend :

- Petit-déjeuner du samedi matin à partir de 4h30
- Grand Trail du Canigó avec 4 ravitaillements complets

Si vous arrivez le vendredi, nous vous proposons pour 18 € de plus le dîner et l'emplacement pour la tente.

Si vous souhaitez rester le samedi soir, nous vous proposons pour 5 € de plus l'emplacement pour la tente et le petit déjeuner du dimanche matin.

| | Tarif | Accompagnateur |
|--|-------|----------------|
| Inscription Grand Trail du Canigo | 64 € | |
| Option 1 : arrivée vendredi (dîner et camping) + 18 € | | |
| Option 2 : nuit du samedi et petit déj dimanche + 5 € | | |
| TOTAL (coureur + accompagnateur(s)) : | | |
| Réglé par chèque n° ou par virement bancaire le | | |

Annulation par lettre ou par mail :

- avant le 31 mars 2019 : remboursement intégral
- entre le 31 mars et le 31 mai 2019 : 30 € restent acquis à l'organisation
- après le 31 mai 2019 : aucun remboursement ne pourra être réalisé

Divers

- L'organisation se donne le droit de modifier le parcours et / ou le règlement.
- Les bénéfices seront reversés à des associations œuvrant pour la socialisation des personnes en situation de handicap mental.

Je certifie avoir lu et accepte le règlement ci joint.

Date.....Signature.....



GRAND TRAIL du CANIGÓ 2019

63 km 800 / 3600m D+
samedi 06 juillet 2019 - départ 6 h

LE « GRAND TRAIL DU CANIGÓ » est une boucle sur les GR, monotrace technique, pour des trailers expérimentés, qui passe au sommet du Barbet (2712m) et du Canigó (2784 mètres), de 63 km800, avec 3630m de dénivelé positif. Ceux qui terminent obtiennent 4 points UTMB suivant la nouvelle grille de l'ITRA.

Présentation et règlement

- ✓ Départ de « La Bastide » (66) le samedi 06 Juillet 2019 à 6 h.
- ✓ Il est impératif de suivre le balisage, qui emprunte des GR, et de rester sur le sentier (n'oublions pas que nous évoluons dans des sites fragiles) ainsi que de respecter la **demande impérieuse** de rester en « file indienne » dans le **passage délicat** dit : « la cheminée » au km 31,500.
- ✓ Pour s'inscrire à la boucle proposée il faut **avoir 20 ans le jour de l'épreuve** et produire une **licence sportive ou un certificat médical de moins de un an**.
- ✓ L'association est couverte par une assurance auprès de la MAIF.
- ✓ Les postes de secours seront mis en place au départ, aux postes de ravitaillement et à l'arrivée à La Bastide.
- ✓ Pour la sécurité et pour vérifier que les lieux où nous passons resteront dans l'état où nous les avons trouvé, des serre-files « fermeront » le circuit.
- ✓ Il est **obligatoire de transporter sur soi sur l'ensemble du parcours** :
 - Une réserve d'eau de 2 litres minimum
 - 1 frontale, un sifflet, une couverture de survie, une protection chaude et imperméable
 - Une bande genre « élastoplast »
 - Un téléphone portable chargé à 100 % au départ avec les n° d'urgences qui vous seront remis en même temps que le dossard
- ✓ Ravitaillements et secours : 10 km 400 (eau), 17 km 500 complet, 27 km, complet, 39 km 500 complet, 53 km complet, 63 km100, arrivée complet.
- ✓ **Pointages obligatoires, à chaque ravitaillement et à l'arrivée** pour la sécurité et permettre le classement.
- ✓ En cas d'abandon il est **OBLIGATOIRE** de vous signaler **dans les meilleurs délais** à l'organisation.
- ✓ Un contrôle anti-dopage est possible... comme vous avez pu le constater en 2017 !

Formulaire d'inscription à télécharger sur : <http://grandtrailducanigo.fr/>

Pour plus d'informations : Frédéric ou Cédric au 06 40 48 07 18