

RÈGLEMENT DE « LA NORDIQUE AIXOISE »

DIMANCHE 20 JANVIER 2019

1- **AIX ATHLE PROVENCE** organisateur de la manifestation appelée « **LA NORDIQUE AIXOISE** » est couvert par une police d'assurance souscrite auprès de la M.A.I.F Sociétaire n°2119747J.

2- Épreuve de **10,8 Km** qualificative FFA et labellisée FFA, mais ouverte à toutes et tous (cadets, juniors, espoirs, seniors, masters) licenciés ou non.

3- Les engagements pourront se faire auprès de KMS en ligne sur www.kms.fr ou sur place le jour de la course (dans la limite des dossards disponibles). Toute inscription avant le 16 janvier devra être accompagnée d'un chèque de **12 €** (à l'ordre de **AIX ATHLE PROVENCE**), le jour de la course de **15 €**, et d'une copie de la licence (Fédération Française d'Athlétisme ou affinitaire) ou d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la marche nordique en compétition, daté de moins d'un an. La remise des dossards s'effectuera à partir de **8 h 00 au club house d'Aix Athlé Provence**. Le départ sera donné à **11 h 15 pour la marche compétition Femme et à 11 h 25 pour la marche compétition Homme**.

4- L'épreuve se disputera dans le Parc de la Torse à Aix-en-Provence.

5- Un ravitaillement est prévu sur le parcours et un à l'arrivée.

6- Il sera établi un classement général et par catégorie. Les résultats seront affichés à l'issue de la course.

7- Seront récompensés (sans cumul de prix) la première Femme et le premier Homme au scratch et les 3 premiers dans chaque catégorie (CF, CH, JF, JH, EF, EH, SF, SH, M1F, M1H, M2F, M2H, M3F, M3H, M4F, M4H, M5F, M5H), challenge du nombre et la meilleure équipe de 4 mixte.

8- Droit à l'image

Les concurrents autorisent les organisateurs ainsi que les ayants-droits tels que partenaires et médias à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles ils peuvent apparaître, à l'occasion de leur participation à LA NORDIQUE AIXOISE, sur tous supports, y compris les documents promotionnels et /ou publicitaires, dans le monde entier et pour la durée la plus longue prévue par la loi, les règlements et les traités en vigueur.

9- RGPD

Les informations communiquées à l'organisation sont nécessaires pour la participation à la Marche Nordique. Elles font l'objet d'un traitement informatique et sont destinées au secrétariat de l'organisation. Conformément à la RGPD de 2018, chaque coureur dispose d'un droit d'accès et de rectification des données nominatives le concernant.

10- Le dossard devra être entièrement lisible et positionné sur le devant du maillot. Tout engagement est personnel. Aucun transfert d'inscription n'est autorisé pour quelque motif que ce soit. Toute personne rétrocédant son dossard à une autre personne sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve. Toute personne disposant d'un dossard acquis en infraction avec le règlement pourra être disqualifiée. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation.

11- L'épreuve étant qualificative aux Championnats de France pour les licenciés FFA, tout véhicule accompagnant (vélo, moto, etc....) sont interdits en dehors des membres de l'organisation ou des officiels.

12- Règles techniques

La Marche Nordique consiste à propulser le corps à l'aide des quatre membres. L'utilisation de deux bâtons spécifiques "marche nordique" est obligatoire. A chaque instant, on doit avoir un pied et un bâton en contact avec le sol, le bras et la jambe doivent toujours être en opposition. La main et le coude du bras d'attaque doivent passer au niveau de la fesse en fin de poussée avant d'attaquer à nouveau devant le corps. Le pied qui avance doit attaquer le sol avec le talon. La jambe d'attaque ne doit pas être tendue lors de son passage à la verticale du bassin. Le pas glissé en marche nordique est interdit (définition du pas glissé : Il consiste à allonger au maximum la foulée en attaquant par la plante du pied). L'abaissement du centre de gravité est interdit, il sera maîtrisé et jugé à partir des deux règles suivantes : la fente et l'alignement comme toutes les postures de l'athlétisme ou le bon alignement est primordial. La fente glissée est interdite, elle consiste en l'avancée prolongée du genou au-delà du pied. L'alignement articulaire est obligatoire : Pied, genou, bassin, épaule, en fin de propulsion de la jambe arrière, avec la main opposée derrière la hanche. L'oscillation des épaules de haut en bas sera pénalisée.

13- Juges FFA

Des juges fixes et mobiles habilités par l'organisation circuleront sur le parcours pour vérifier le bon respect des règles techniques. Les juges pourront informer, conseiller, les marcheurs, pour ajuster leur technique de marche. Ils seront souverains pour prendre les décisions concernant les pénalités.

14- Pénalités

Une zone de pénalité sera installée sur le parcours à la fin de la boucle. Elle sera identifiée clairement et un juge y sera affecté.

Le marcheur devra marcher selon le règlement en vigueur. Il sera prévenu de sa faute par un carton jaune qui sera tendu devant lui par le juge, puis il devra effectuer la boucle de

pénalité de lui-même, sur l'un des 4 tours.

Si le marcheur n'a pas effectué la boucle de pénalité, une pénalité « TEMPS » de 4 minutes sera infligée au marcheur.

A chaque pénalité non réalisée, Quatre minutes de pénalité « TEMPS » seront rajoutées sur le temps réalisé.

A la 4^{ème} pénalité, le marcheur aura un carton rouge, disqualifié, et exclu de la marche. Pour des fautes très graves (comportement) la pénalité pourra être le carton rouge direct = disqualification.

15- Contrôle anti-dopage

Tout compétiteur peut être soumis à un **contrôle antidopage** avant, pendant ou à l'arrivée de l'épreuve. En cas de refus ou d'abstention, le sportif sera sanctionné de la même façon que s'il était convaincu de dopage.