



# TRAIL GLAZIG

4+5 FÉV 2023

## BULLETIN D'INSCRIPTION 2023

PRÉNOM \_\_\_\_\_

NOM \_\_\_\_\_

NÉ(E) LE  H  F \_\_\_\_\_

ADRESSE \_\_\_\_\_

EMAIL \_\_\_\_\_

TÉL. \_\_\_\_\_

TÉL. PERSONNE À PRÉVENIR \_\_\_\_\_

CLUB \_\_\_\_\_ LICENCE N° \_\_\_\_\_

Bulletin d'inscription à compléter et à renvoyer accompagné d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition (précisant les éventuels traitements en cours) ou de la licence FFA 2022-2023 et du règlement à l'adresse suivante :

**Plourhan Sport Aventure,**  
**4 rue de la fontaine,**  
**22410 Plourhan.**  
**Date limite d'inscription :**  
**28 janvier 2023**

Seuls les dossiers complets seront pris en compte.  
 Pas d'inscription sur place (hormis randonnée).

		HEURE	TARIF	RETRAIT DOSSARD
SAMEDI	<input type="checkbox"/> <b>KINDER-TRAIL</b> (enfants nés entre 2010-2016) Pas d'inscription sur place, autorisation parentale obligatoire.	15h	gratuit	village Glazig
	<input type="checkbox"/> <b>TRAIL 5 KM</b> (nés en 2009 et avant)	17h30	5 €	village Glazig
	<input type="checkbox"/> <b>RANDO NOCTURNE 12 KM</b>	17h40	6 €	village Glazig
	<input type="checkbox"/> <b>NOZ-TRAIL 19 KM ALAIN LE TIRANT</b>	19h	17 €	envoi postal
	<input type="checkbox"/> <b>NOZ-TRAIL 9 KM</b> (nés en 2006 et avant)	19h20	10 €	envoi postal
DIMANCHE	<input type="checkbox"/> <b>TRAIL 59 KM</b> dont 1,50€ éco-responsable	7h30	27 €	envoi postal
	<input type="checkbox"/> <b>TRAIL 26 KM</b>	8h45	20 €	envoi postal
	<input type="checkbox"/> <b>TRAIL 12 KM AILES MARINES</b> (nés en 2007 et avant)	10h	12 €	envoi postal
	<input type="checkbox"/> <b>MARCHE NORDIQUE 12 KM</b>	10h15	12 €	envoi postal
	<input type="checkbox"/> <b>RANDO 12 KM</b> (marche nordique acceptée)	10h30	6 €	village Glazig
	<input type="checkbox"/> <b>DÉFI SUPER U (NOZ 9 KM + 26 KM)</b>		25 €	envoi postal
	<input type="checkbox"/> <b>DÉFI DU GOËLO (NOZ 19 KM + 26 KM)</b>		31 €	envoi postal
<input type="checkbox"/> <b>DÉFI KINETIK (NOZ 19 KM + 59 KM)</b>		38 €	envoi postal	

**DOSSARD(S) ET PUCE(S) PAR ENVOI POSTAL** Pas de retrait de dossards sur le village Glazig (sauf Kinder, Trail 5K, rando) **3,50 €**

**RESTAURATION FOOD-TRUCKS** paiement sur place par carte bancaire pour la restauration

**HÉBERGEMENT ANAS** (+ petit-déjeuner)  PERS. X **38 €**

Chèque à l'ordre de Plourhan Sport Aventure **TOTAL = €**

Je désire m'inscrire au Trail Glazig 2023 et en accepte le règlement.

DATE ET SIGNATURE

# RÈGLEMENT TRAIL GLAZIG 2023

## COURSES

Samedi 4 février 2023 à partir de 15h et dimanche 5 février 2023 à partir de 7h30. **Date limite d'inscription : 28 janvier 2023.**

- Il est rappelé que les trails sont réalisés en autonomie. Des ravitaillements sont néanmoins présents sur les Noz 19K, Trail 26K et 59K.
- La lampe frontale est obligatoire sur les Noz-trails et sur le départ du 59K, fortement conseillée sur le départ du 26K.
- La couverture de survie est très fortement conseillée pour toutes les grandes courses.
- Le trail 5 km est ouvert pour les enfants nés en 2009 et avant.
- Le 12 km et le Noz-trail de 9 km sont ouverts aux coureurs nés en 2007 et avant.
- Le Noz-trail de 19 km et le 26 km sont ouverts aux coureurs nés en 2005 et avant.
- Le Défi Glazig de 78 km (en deux étapes) et le 59 km sont ouverts aux coureurs nés en 2003 et avant.
- Attention : les licenciés devront fournir une photocopie de leur licence FFA 2022-2023. Les autres concurrents devront fournir un certificat médical de non contre-indication (précisant les éventuels traitements en cours) à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins de 1 an au jour de l'épreuve. Un certificat normalisé est téléchargeable sur le site trail-glazig.com.
- La licence de triathlon n'est pas acceptée, les licenciés triathlon devront fournir un certificat médical datant de moins d'un an au jour de l'épreuve.
- L'utilisation des bâtons (obligatoirement équipés d'embouts plastique) est exclusivement réservée à l'épreuve de marche nordique.
- Le nombre de coureurs est limité sur chaque course.

ATTENTION, NOMBRE DE PLACES LIMITÉ À 1000 SUR LE TRAIL 59 KM.

## INTERDICTION DES GOBELETS PLASTIQUES JETABLES SUR LES RAVITOS !

Les gobelets jetables en plastique sont interdits (loi transition énergétique). Le Trail Glazig ne distribue donc plus de gobelets sur les ravitaillements. Chaque coureur devra venir équipé d'un gobelet.

## CODE DE LA ROUTE, PROPRETÉ ET RESPECT DES PROPRIÉTÉS PRIVÉES

Les concurrents doivent respecter le balisage et les consignes des commissaires de course. Les concurrents s'engagent également à ne rien jeter et à respecter les propriétés privées, ainsi que la végétation. Notre équipe défriche un parcours uniquement accessible ce jour-là. Les contrevenants pourraient être sanctionnés par une pénalité de temps. À Pordic vous sillonnerez un **site classé au Conservatoire du Littoral et Natura 2000**. Merci de respecter ce site naturel.

## SÉCURITÉ

- **Demande de secours** : signaler l'accident au signaleur le plus proche afin d'être localisé. Ou appeler l'un des numéros du Pc Secours imprimés sur le dossard. Plusieurs équipes de secours et une équipe médicale assurent la sécurité de l'ensemble des circuits. L'organisation décline toutes responsabilités en cas de non respect de ces consignes.
- **Abandons** : **1** Aux points de ravitaillement ou auprès d'un signaleur pour prise en charge par l'organisation et retour au village. **2** Appel au Pc Courses (numéro imprimés sur le dossard), pour prise en charge par l'organisation et retour au village. **3** Par vos propres moyens, mais **obligation** de prévenir le Pc Courses de votre abandon. Votre dossard sera obligatoirement récupéré par l'organisation, pour validation de votre abandon.
- Le responsable de la commission sécurité/secours sera habilité, après en avoir été avisé, à retirer le dossard et à mettre hors course tout concurrent jugé inapte à continuer l'épreuve.

- L'organisation décline toute responsabilité en cas de défaillance physique; d'accidents causés par le non-respect du code de la route, de perte, de vol d'objet ou de matériel.

## POUR TOUTE DEMANDE URGENTE, VOUS RÉFÉRER AUX N° DE TÉL INSCRITS SUR LE DOSSARD.

## ASSURANCES

**Responsabilité civile** : les organisateurs sont couverts par la police responsabilité civile souscrite auprès de la Maif. Les coureurs licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence et il incombe aux autres participants de s'assurer individuellement.

**Individuelle accident** : il incombe à tous les participants de s'assurer individuellement en cas d'accident.

## TEMPS LIMITE SUR LE TRAIL 59 KM

Il est établi un temps limite sur la base de 6 km/heure. Pour votre sécurité, trois barrières horaires sont prévues : 14h00 à Pordic, 14h50 à Binic et 16h05 à Lantic. Les concurrents hors-délais seront mis hors course. Les temps de passage aux barrières seront calculés par les tapis de course Breizh Chrono, et ne pourront être contestés par les coureurs. Tout coureur arrêté par une barrière horaire sera dans l'obligation d'arrêter sa course et devra remettre sa puce au commissaire de course. L'organisation se chargera de son rapatriement à Plourhan. Attention, toute arrivée après 17h sur le village du Trail Glazig ne sera pas chronométrée.

## DROITS A L'IMAGE ET CNIL

J'autorise expressément les organisateurs du Trail Glazig, ainsi que leurs ayants droit tels que les partenaires et médias, à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles je pourrais apparaître, prises à l'occasion de ma participation aux courses du Trail Glazig, 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, les traités en vigueur, y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée.

Les organisateurs se réservent tous les droits exclusifs d'utilisation des images des Trail Glazig.

## RÉCOMPENSES

Pour toutes les courses, un lot sera remis à chaque participant. Récompenses aux 3 premiers hommes et 3 premières femmes au scratch de chaque course.

## ANNULATION REMBOURSEMENTS

Aucun remboursement ne pourra s'effectuer pour annulation simple après la clôture des inscriptions. Les inscriptions peuvent toutefois faire l'objet de remboursement jusqu'à la veille de l'épreuve sur présentation d'un certificat médical.

La direction de la course se réserve le droit de modifier ou d'annuler tout ou partie des courses pour raisons climatiques ou arrêté préfectoral, et de conserver une partie des droits d'inscription pour faire face aux frais fixes d'organisation. En s'inscrivant, le concurrent accepte sans réserve le règlement et les conditions imposées par celui-ci.

## RETRAIT DOSSARDS

Les dossards sont obligatoirement envoyés par courrier postal (pas de retrait sur le village Glazig sauf pour : Kinder, Trail 5K, randos)

## HÉBERGEMENT ANAS

Interdiction de cuisiner ou de se restaurer dans les chambres. Merci de veiller à la propreté des lieux.

## MESURES SANITAIRES COVID 19

La situation sanitaire du COVID pouvant évoluer au fil des mois, l'organisation se devra de mettre en œuvre toutes les recommandations émises, si besoin, par le ministère de la santé ou le préfet des Côtes d'Armor. Une information vous sera transmise sur le site web du trail / Facebook / twitter.



Le Trail Glazig est organisé par l'association **Plourhan Sport Aventure** 4 rue de la fontaine, 22410 Plourhan



## DEFI DAUNAT 35 K

Inscription au :  
Noz-trail 9 K + Trail 26 K

## DEFI DU GOELO 45 K

Inscription au :  
Noz-trail 19 K + Trail 26 K

## GRAND DEFI KINETIK 78 K

Inscription au :  
Noz-trail 19 K + Trail 59 K

## CHALLENGE OTT :

Trail 59K + 26 K



facebook @ TRAILGLAZIG

WWW.TRAIL-GLAZIG.COM

CHALLENGE OTT : TRAIL 59K + 26K  
infos : www.trail-glazig.com/ott



# HÉBERGEMENT

- **Centre de vacances de l'ANAS**

Chambres de 2 à 4 personnes, draps non fournis, 100 places. 38€/pers, petit déjeuner compris (réservation sur le bulletin d'inscription).



- **Hôtel Ker Moor Préférence à Saint-Quay-Portrieux**

Tél. 02 96 70 52 22  
[www.ker-moor.com](http://www.ker-moor.com)  
code promo : GLAZIG2023

## GÎTES & CHAMBRES D'HÔTES

- **Gîtes d'Armor**  
Tél. 02 57 18 00 00  
[www.gitesdarmor.com](http://www.gitesdarmor.com)

- **Office du Tourisme de Binic Etables-sur-Mer :**  
Tél. 02 96 73 60 12  
[info@binic-tourisme.com](mailto:info@binic-tourisme.com)



- **Office du Tourisme de Saint-Quay Portrieux :**  
Tél. 02 96 70 40 64  
[www.saintquayportrieux.com](http://www.saintquayportrieux.com)



Le Trail Glazig a lieu à Plourhan en Côtes d'Armor entre Saint-Brieuc et Paimpol, à 3 km de Binic-Etables-sur-Mer en direction de Lanvollon.



## CONTACT

Solène

Tél. 07 68 70 00 98 (10h-19h)

[www.trail-glazig.com](http://www.trail-glazig.com)

[inscriptions-glazig@trail-glazig.com](mailto:inscriptions-glazig@trail-glazig.com)



Ailes Marines®  
IBERDROLA



VOLVO  
SAINT-BRIEUC

roudenngrafik  
votre imprimeur breton



BOLDRY  
PRODUCTION



Côtes d'Armor  
Le Département

