



RÈGLEMENTS OFFICIELS DE L'UTHC

ACCEPTATION DE RISQUES, CONDITIONS D'ACHAT
ET RÈGLEMENTS DE COMPÉTITION

Version 20200428

Présenté à l'intention des athlètes de l'UTHC



TABLE DES MATIÈRES

SECTION 1. RÈGLES GÉNÉRALES	5
Art. 1.1 Préambule	5
Art. 1.2 Objectifs des règlements.....	5
Art. 1.3 Propriété intellectuelle et droits d'images	5
Art. 1.4 Acceptation des risques et déclaration de responsabilité	5
Art. 1.5 Couverture d'assurances personnelles	6
SECTION 2. CONDITIONS D'INSCRIPTION	7
Art. 2.1 Généralités	7
a) Dates d'inscription	7
b) Frais d'inscription.....	7
c) Deuxième inscription le dimanche à moitié prix	7
d) Rabais pour les clubs.....	7
e) Programme de collecte de fonds pour la SCSP	7
f) Athlètes élités	8
g) Nombre de participants	9
h) Procédure d'inscription	9
i) Gestion des informations personnelles	9
Art. 2.2 Politiques de modification ou annulation des inscriptions	9
a) Politique de transfert des inscriptions d'une personne à une autre	9
b) Politique de changement d'épreuve.....	9
c) Politique d'annulation d'une inscription	10
SECTION 3. RÈGLEMENTS DE COMPÉTITION – RÈGLES APPLICABLES À TOUTES LES ÉPREUVES	10
Art. 3.1 Code de conduite des athlètes	10
Art. 3.2 Éligibilité et règles antidopage	10
Art. 3.3 Respect de l'environnement	12
Art. 3.4 Âge minimum	12
Art. 3.5 Semi-autonomie	12
Art. 3.5 Distances des épreuves	13
Art. 3.6 Modifications ou annulation du parcours	13
Art. 3.7 Sécurité et premiers soins.....	14
Art. 3.8 Temps de passage, barrières horaires et abandons.....	14
a) Temps de passage maximum (cut off)	14



b) Respect des consignes de l'équipe médicale	14
c) Abandon et rapatriement	14
Art. 3.9 Ravitaillements	15
Art. 3.10 Dossards	15
Art. 3.11 Récompenses	15
SECTION 4. RÈGLEMENTS DE COMPÉTITION – DISTANCES 42KM ET PLUS	15
Art. 4.1 Départ	15
Art. 4.2 Équipement	16
Art. 4.3 Contrôle des équipements obligatoires	17
Art. 4.4 Sacs d'appoint (Drop bag)	17
a) 42km, 65km et 80km	17
b) 125km	17
Art. 4.5 Équipe de soutien (crew)	18
c) Règles applicables aux équipes de soutien	18
Art 4.6 Les accompagnateurs (pacers)	18
a) 42km, 65km et 125km	18
b) 80km	19
SECTION 5. RÈGLEMENTS DE COMPÉTITION – DISTANCES 28KM ET MOINS	19
Art. 5.1 Départ	19
Art. 5.2 Équipement	19
Art. 5.3 Sacs d'appoint (Drop bag)	20
Art. 5.4 Équipe de soutien (crew)	20
Art. 5.5 Les accompagnateurs (pacers)	20
SECTION 6. SANCTIONS	20
Art. 6.1 Disqualification	20
Art. 6.2 Pénalités	21
Art. 6.3 Demande de révision	21



SECTION 1. RÈGLES GÉNÉRALES

Art. 1.1 Préambule

L'Ultra-Trail Harricana du Canada (« UTHC ») est un évènement de course en sentier organisé par Évènements Harricana, qui se déroule au Québec dans la région de la Malbaie et qui est composé de plusieurs épreuves.

Seules les personnes inscrites conformément aux présents règlements (les « ATHLÈTES ») peuvent prendre part aux épreuves offertes par l'UTHC. Les personnes portant le titre de directeur de course («DIRECTEUR DE COURSE») représentent l'UTHC et sont notamment chargées d'assurer le respect des présents règlements.

Pour toute situation qui sort du cadre de l'interprétation des présents règlements et nécessitant qu'une décision soit prise, que ce soit pendant, avant ou après les épreuves, les directeurs de course sont tenus de se référer à la direction générale.

Art. 1.2 Objectifs des règlements

- S'assurer que les athlètes reconnaissent et acceptent les risques inhérents associés à la pratique de la course en sentier et plus particulièrement à l'UTHC ;
- Établir les modalités et consentements associés à l'inscription ;
- Fournir un ensemble cohérent de règles pour toutes les épreuves de l'UTHC.

Art. 1.3 Propriété intellectuelle et droits d'images

L'UTHC possède tous les droits associés avec les événements qu'il organise y compris, et ce sans limitation, les droits d'organisation, d'exploitation, de diffusion et de reproduction des images ou vidéos prises lors de la tenue des événements. Ces droits incluent, sans s'y limiter, tous types de contenus numériques (photo, audio, vidéo) enregistrés dans le cadre d'un événement organisé par l'UTHC indépendamment du propriétaire de l'appareil d'enregistrement. Toutes données personnelles fournies par les athlètes, toutes données enregistrées par les spectateurs lors de l'événement de même que toutes autres données qui deviennent disponibles publiquement (y compris les résultats, mais non limité à ceux-ci) peuvent être utilisées par l'UTHC, pour une utilisation raisonnablement requise afin d'évaluer, exécuter ou commercialiser un événement organisé par l'UTHC.

En s'inscrivant à un événement, les athlètes sont réputés avoir consenti à ce que l'UTHC puisse prendre des photos ou vidéos dans le cadre de l'événement, ainsi qu'avoir consenti à toute diffusion ou reproduction de ces images ou vidéos. L'UTHC, de même que ses ayants-droit, successeurs et cessionnaires peuvent utiliser, reproduire ou publier une image ou vidéo prise pendant l'événement (que ce soit sous format papier électronique ou via les médias sociaux). L'athlète accepte que l'UTHC utilise ces images ou vidéos (avec ou sans le nom de l'athlète) et à des fins licites, y compris (et ce sans limitation) pour des activités de publicité, ou l'illustration de contenu Web du site de UTHC (incluant sur les comptes de médias sociaux de l'UTHC).

Art. 1.4 Acceptation des risques et déclaration de responsabilité

Avec l'inscription et la participation à un évènement organisé par l'UTHC, les athlètes reconnaissent avoir lu les règlements et acceptent le contenu de ceux-ci, de même que toutes éventuelles modifications avant la tenue de l'évènement.



L'athlète reconnaît que la course en sentier comporte des dangers inhérents, incluant mais ne se limitant pas à : blessures majeures ou mineures, hypothermie, rencontre avec de la faune dangereuse, conditions ou blessures pouvant mener à la mort.

L'athlète accepte d'assumer l'entière responsabilité pour tout DOMMAGE CORPOREL OU MATÉRIEL résultant desdits risques et dangers inhérents et libère et exonère l'UTHC, son conseil d'administration ainsi que tous ses sous-traitants et bénévoles de toute responsabilité pouvant en découler.

À toutes fins que de droit, l'athlète convient d'élire domicile au Québec, forum de toute réclamation, et acceptent que les lois du Québec s'appliquent.

De plus, l'athlète accepte d'assumer l'entière responsabilité pour tout dommage de toute nature résultant du non-respect du présent règlement et libère et exonère l'UTHC, son conseil d'administration ainsi que tous ses sous-traitants et bénévoles pour tout dommage relié à de tels manquements.

L'athlète déclare :

- Être pleinement conscient de la longueur et de la spécificité de l'épreuve à laquelle il s'est inscrit et d'être parfaitement préparé pour cela (notamment être en bonne santé générale et avoir suivi un entraînement physique adéquat pour l'épreuve visée) ;
- Avoir acquis, préalablement à la course, une réelle capacité d'autonomie personnelle en forêt permettant de gérer les problèmes induits par ce type d'épreuve, notamment savoir affronter sans aide extérieure des conditions climatiques pouvant être très difficiles et savoir gérer les problèmes physiques ou mentaux découlant d'une grande fatigue, de problèmes digestifs, de douleurs musculaires ou articulaires, de petites blessures, etc. ;
- Être pleinement conscient que le rôle de l'UTHC n'est pas d'aider l'athlète à gérer ces problèmes et que pour une telle activité en pleine nature, la sécurité dépend de la capacité de l'athlète à s'adapter et/ou de faire face de façon autonome aux problèmes rencontrés ou prévisibles.

Art. 1.5 Couverture d'assurances personnelles

Tout athlète dont le pays de résidence n'est pas le Canada doit obligatoirement détenir une police d'assurance voyage liée à l'évènement et valide pour la durée de son séjour au Canada.

Pour les coureurs adhérents à l'ITRA (International Trail Running Association) il est possible de souscrire à une assurance Assistance - Rapatriement qui prend en charge les frais de recherche et de secours dans le monde entier. Pour plus d'informations, rendez-vous sur www.itra.run

NB : les évacuations hélicoptérées sont payantes. Le choix de l'évacuation dépend exclusivement de l'organisation.

Le choix du moyen d'évacuation et du lieu d'hospitalisation relève de la seule décision de l'organisation.

Les frais résultants de l'emploi de moyens de secours ou d'évacuation exceptionnels seront supportés par la personne secourue qui devra également assurer elle-même son retour de l'endroit où elle aura été évacuée. Il est du seul ressort du coureur de constituer et présenter un dossier à son assurance personnelle dans le délai imparti.



SECTION 2. CONDITIONS D'INSCRIPTION

Art. 2.1 Généralités

a) Dates d'inscription

L'inscription est possible à compter du lendemain des épreuves, pour l'année suivante. La période d'inscription se termine à trois (3) semaines des épreuves pour l'année en cours, ou lorsque le nombre maximal de participants est atteint.

b) Frais d'inscription

Payable uniquement par carte de crédit sur le site web du Harricana.info. Les frais d'inscription comprennent tous les services décrits dans le règlement.

2020				
ÉPREUVE	FRAIS D'INSCRIPTION	FRAIS DE GESTION	TAXES APPLICABLES	TOTAL
125km	315,00\$	20,20\$	50,18\$	385,38\$
80km	235,00\$	15,33\$	37,47\$	287,80\$
65km	160,00\$	10,75\$	25,56\$	196,31\$
28km	90,00\$	6,49\$	14,44\$	110,93\$
20km	85,00\$	6,19\$	13,65\$	104,84\$
10km	65,00\$	4,98\$	10,48\$	80,46\$
5km	40,00\$	3,45\$	6,50\$	49,95\$

c) Deuxième inscription le dimanche à moitié prix

Les athlètes souhaitant participer à une deuxième épreuve de l'événement, le dimanche, peuvent s'inscrire à 50% de rabais en contactant l'organisation à info@harricana.info. Des vérifications seront effectuées pour vérifier la bonne utilisation du code promotionnel et éviter toute forme d'abus de confiance relativement à l'utilisation de ce code de rabais. En situation de don, d'échange ou de fausse déclaration sur l'identification du coureur, une disqualification sera appliquée ainsi qu'une interdiction pour toutes les personnes impliquées dans la fausse déclaration à s'inscrire à toutes autres distances de l'évènement UTHC pour l'année en cours ainsi que pour l'année suivante.

d) Rabais pour les clubs

Les clubs de course et d'athlétisme en règle, c'est-à-dire doté d'une structure et d'une charte officielle, peuvent faire la demande par courriel à l'adresse info@harricana.info pour recevoir un rabais d'inscription de 15%. Les clubs doivent respecter l'entente de diffusion de l'évènement dans son réseau conformément à ce qui a été entendu avec les responsables de l'évènement. Les clubs peuvent aussi faire la demande pour avoir un espace 10x10 sur le site de l'évènement (premier arrivé, premier servi).

e) Programme de collecte de fonds pour la SCSP

Comme entreprise socialement responsable, l'Ultra-Trail Harricana est fier d'être associé avec la Société canadienne de sclérose en plaques (SCSP). Pour soutenir cet organisme et la recherche contre la maladie, les athlètes sont invités à lancer leur propre collecte de fonds sur le site de la SCSP.



Les athlètes qui désirent contribuer à la campagne recevront, en échange, des escomptes sur leurs frais d'inscription selon la charte suivante :

Amassez	Obtenez en récompense
1 000\$ et +	Inscription gratuite pour l'année en cours ou l'année suivante*
De 750\$ à 999,99\$	75% de réduction sur les frais d'inscription de l'année en cours ou l'équivalent en coupon de réduction pour l'année suivante*
De 500\$ à 749,99\$	50% de réduction sur les frais d'inscription de l'année en cours ou l'équivalent en coupon de réduction pour l'année suivante*
De 250\$ à 499,99\$	25% de réduction sur les frais d'inscription de l'année en cours ou l'équivalent en coupon de réduction pour l'année suivante*
150\$ et plus	La possibilité de s'inscrire au circuit de son choix même si ce circuit est complet (frais d'inscription en sus)

*Il est possible d'obtenir son code rabais ou le remboursement applicable si l'inscription a déjà été effectuée, jusqu'à 21 jours avant l'événement. Toute demande effectuée après cette date devra être refusée. De plus, tous les participants ayant amassé un montant minimal de 250\$ recevront un t-shirt aux couleurs de l'UTHC à titre de remerciement.

f) Athlètes élités

Inscription gratuite pour les élités :

Un nombre illimité d'athlètes pourront participer gratuitement à l'événement lorsque leur cote ITRA dépasse le seuil minimal ici-bas au moment de leur demande, et ce dans la même catégorie de trail (XXL, XL, L, M, S, XS) :

Homme : 775

Femme : 650

*Inscription obligatoire avant le 15 juillet pour bénéficier de la gratuité. De plus, tous les vainqueurs des circuits de l'UTHC des années passées pourront demander à participer gratuitement à la même épreuve.

Inscription et hébergement fourni pour les têtes d'affiche :

Un total de 14 athlètes ou têtes d'affiche (influenceurs) se verront aussi offrir, en plus de leur inscription gratuite, un soutien pour leur hébergement pour un maximum de trois nuitées en occupation double OU pourront demander de recevoir une compensation financière de 150\$CAN (total) pour la gestion de leur hébergement.

Les critères suivants seront pris en considération pour le choix des candidats qui pourront bénéficier du programme d'accueil incluant l'hébergement :

- Le rayonnement (médias sociaux/blogues, implication sociale, etc.)
- La performance (cote ITRA, victoires/positionnement)
- La distance que vous souhaitez courir, votre provenance, etc.

7 places minimum sont réservées pour des athlètes de l'extérieur du Québec et de l'international. Les athlètes intéressés peuvent soumettre leur candidature en continu jusqu'au 30 juin. Des participants au programme seront annoncés tous les mois. Les candidatures soumises seront admissibles tout au long de la période de candidature. Ainsi, plus une personne présentera sa candidature tôt dans le processus, plus elle aura des chances d'être retenue par le jury, qui sera formé d'organisateur de la course et d'anciens athlètes élités ayant participé à l'événement par le passé.



Tous les participants du programme d'accueil (avec ou sans hébergement) seront aussi :

- présentés sur les outils de communication de l'Ultra-Trail Harricana (site web, infolettres, programme, etc.)
- invités à participer gratuitement à un programme d'activités touristiques en marge de l'événement, par exemple pour aller à l'observation des baleines, etc. (optionnel)
- invités à un cocktail de bienvenue le jeudi 10 septembre en soirée (optionnel)

Tous les athlètes invités via le programme des têtes d'affiche devront participer à la conférence de presse de lancement et s'engagent à être présents à la cérémonie de clôture.

g) Nombre de participants

Un nombre maximal de 3000 personnes, toutes épreuves confondues, seront acceptées à chaque année.

h) Procédure d'inscription

Toutes les inscriptions, sans exception, doivent être faites via la billetterie en ligne. Paiement par carte de crédit seulement.

i) Gestion des informations personnelles

À noter que pendant, avant ou après l'événement, l'équipe de l'UTHC pourrait demander aux athlètes de fournir certaines informations personnelles afin d'assurer la santé, le bien-être et la sécurité des athlètes lors de la tenue des activités. Les informations ainsi recueillies seront conservées de façon confidentielle, ne seront pas partagées avec des tierces parties (sauf si requis pour les fins collectées) et ne seront utilisées qu'à ces fins.

Art. 2.2 Politiques de modification ou annulation des inscriptions

a) Politique de transfert des inscriptions d'une personne à une autre

- Aucun transfert n'est possible entre les personnes. Une nouvelle inscription doit être faite pour chaque athlète. Prenez note qu'une carte d'identité sera demandée pour récupérer le dossard. Les athlètes doivent prendre conscience qu'il est inacceptable de courir sous une autre identité. Les enjeux d'équité et de sécurité sont importants. C'est pourquoi en situation de don, d'échange ou de fausse déclaration sur l'identification du coureur, une disqualification sera appliquée ainsi qu'une interdiction pour toutes les personnes impliquées dans la fausse déclaration à s'inscrire à toutes autres distances de l'événement UTHC pour l'année en cours ainsi que pour l'année suivante.

b) Politique de changement d'épreuve

Les changements d'épreuves avec remboursement partiel sont permis jusqu'à 16 jours avant l'événement, et entraînent des frais de traitement de la demande. Toute demande de changement d'épreuve doit être faite par courriel à info@harricana.info.

Les enjeux organisationnels et de sécurité ne permettront pas les demandes de changement sur les longues distances à moins de 16 jours de l'événement.



Frais associés aux demandes de changement d'épreuve :

PÉRIODE	FRAIS DE CHANGEMENT
45 jours ou plus avant l'événement	15,00\$
Entre 44 et 31 jours avant l'événement	20,00\$
Entre 30 et 16 jours avant l'événement	25,00\$
15 jours et moins avant l'événement	AUCUN CHANGEMENT

c) Politique d'annulation d'une inscription

Les annulations avec remboursement partiel sont permises jusqu'à 31 jours avant l'événement. Toute demande doit être faite à info@harricana.info. Aucun frais de traitement supplémentaire n'est applicable dans le cas d'une annulation.

Il est impossible de reporter une inscription à une année subséquente ou de transférer l'inscription à un autre athlète, sauf si le conseil d'administration adopte une politique spécifique en cas de situation exceptionnelle. Les remboursements pour cause d'annulation seront effectués selon ces modalités :

PÉRIODE	% DE REMBOURSEMENT
90 jours et + avant l'évènement	85%
Entre 89 et 60 jours avant l'évènement	75%
Entre 59 et 45 jours avant l'évènement	60%
Entre 44 et 31 jours avant l'évènement	40%
30 jours et moins avant l'évènement	0%

SECTION 3. RÈGLEMENTS DE COMPÉTITION – RÈGLES APPLICABLES À TOUTES LES ÉPREUVES

Art. 3.1 Code de conduite des athlètes

Chaque athlète doit :

- connaître, comprendre et respecter l'ensemble des règlements de l'UTHC;
- faire preuve de bon esprit sportif en tout temps;
- être responsable de sa propre sécurité et de celles des autres;
- prévoir tous les équipements et vêtements appropriés à l'activité;
- rester dans le sentier balisé en tout temps;
- ne laisser aucune trace et adhérer à la politique de développement durable;
- rapporter les déchets pour en disposer aux endroits prévus à cet effet;
- éviter de déranger la faune et la flore;
- être semi-autonome.

Art. 3.2 Éligibilité et règles antidopage

L'UTHC a une politique de tolérance zéro concernant l'utilisation de drogues améliorant la performance (PED). Entre la remise des dossards et la fin de l'événement, l'UTHC se réserve le droit de procéder à des tests de détection pour toutes les substances figurant sur la liste de l'Agence mondiale antidopage (AMA) ou de requérir, dans les 15 jours avant l'événement, que l'ATHLÈTE fournisse les résultats de tels tests.



L'UTHC tient à souligner que bien que la consommation de cannabis soit légale au Canada, les cannabinoïdes, à l'exception du cannabidiol, sont des substances interdites en compétition par l'AMA.

Tout refus de se soumettre à un test de détection requis par l'UTHC et toute manipulation ou tentative de manipulation d'un échantillon recueilli durant un tel test seront considérés comme l'équivalent d'un test positif et feront l'objet de la sanction prévue à l'article 6.

Tout ATHLÈTE sous le coup d'une sanction pour dopage imposée par l'AMA, l'International Association of Athletics Federations (IAAF) ou par toute fédération sportive nationale, ou ayant été sujet à une telle sanction au cours des cinq années précédentes, ne peut s'inscrire à une épreuve de l'UTHC.

PROGRAMME QUARTZ Event

L'Organisation de l'UTHC a choisi de mettre en place le programme QUARTZ Event destiné à protéger votre santé et à contribuer à un sport sans dopage. Le programme QUARTZ Event s'adresse à tous les participants. Il n'a ni vocation ni compétence à se substituer aux réglementations nationale et internationale en vigueur en matière de lutte antidopage mais a pour objet de renforcer la surveillance médicale avant, pendant et après la compétition. Le programme QUARTZ Event est mené en collaboration avec l'ITRA (International Trail Running Association), l'Association Athletes For Transparency (AFT) et la Fondation Ultra-Sports Science (USS). Il est géré par une Commission médicale composée uniquement de médecins. Cette Commission médicale a la possibilité de prendre conseil auprès des experts de son choix et est chargée en particulier de donner un avis consultatif à destination de la direction de course sur l'état médical des participants. Cette Commission médicale peut aller jusqu'à proposer à la direction de course la mise hors compétition d'un participant pour raisons de santé.

Chaque participant s'engage donc à :

1. Déclarer à la Commission médicale les informations médicales suivantes :
 - Tout antécédent médical et/ou pathologie, notamment ceux pouvant accroître les risques pendant la pratique d'un sport
 - L'utilisation de traitements réguliers ou de médicaments ou de compléments alimentaires au moins durant les 30 jours précédant le début de la compétition
 - Toute demande ou utilisation d'une substance ou méthode soumise à une Autorisation d'Usage à des fins Thérapeutique (AUT)
2. Accepter l'ensemble des prélèvements urinaires et/ou sanguins et/ou capillaires et/ou salivaires et analyses associées dans les 30 jours avant le début de la compétition et jusqu'à 15 jours après la compétition, étant entendu que les frais inhérents à la réalisation de ces prélèvements et des analyses associées sont à la charge directe de l'Organisation.
3. Accepter de ne pas participer à la compétition en cas d'usage de glucocorticoïdes, indépendamment du mode d'administration et donc de la présence ou non d'une AUT, dans les 7 jours précédents le début de la compétition. L'usage de glucocorticoïdes pourra être notamment identifié dans le cadre des analyses réalisées, soit à partir d'un dosage direct, soit dans le cas d'une cortisolémie anormalement basse.
4. Accepter de répondre à toute convocation de la Commission médicale sur place ou à distance (téléphonie ou visioconférence) de manière à échanger sur son aptitude ou non à participer à la compétition.



5. Transmettre tout formulaire de contrôle antidopage réalisé dans les 30 jours avant le début de la compétition et jusqu'à 15 jours après la compétition. Chaque formulaire doit être lisible.
6. Accepter l'utilisation, uniquement à des fins de recherche et de manière strictement anonyme, des données le concernant. Chaque participant dispose d'un droit d'accès, de rectification et d'opposition aux données le concernant. La Commission médicale est l'instance auprès de laquelle le participant peut exercer ce droit.

La déclaration des informations médicales à la Commission médicale se fait au travers de l'espace santé ITRA auquel chaque participant a accès après avoir créé gratuitement un compte coureur sur le site internet de l'ITRA : <http://www.itra.run>. Les informations médicales déclarées sont accessibles uniquement aux médecins de la Commission médicale, aux experts désignés ainsi qu'à l'équipe médicale lors des soins éventuels en course.

Tout manquement déraisonnable, refus, ou transmission d'informations erronées en relation avec le programme QUARTZ Event peut entraîner la mise hors compétition du participant ou son déclassement après la compétition.

Art. 3.3 Respect de l'environnement

En s'inscrivant à l'une des épreuves de l'UTHC, les participants s'engagent à respecter l'environnement et les espaces naturels traversés. En particulier :

- Il est strictement interdit d'abandonner ses déchets (tubes contenant des gels, papiers, emballages plastiques...) sur le parcours. Tous les participants doivent conserver leurs déchets et emballages en attendant de pouvoir les jeter dans les poubelles mises à leur disposition sur les postes de ravitaillement.
- Il est impératif de suivre les chemins balisés, sans couper. En effet, couper un sentier provoque une érosion dommageable du site.
- Aucune vaisselle jetable (couverts, gobelets, bols) ne sera distribuée sur les ravitaillements. Vous êtes donc invités à prendre vos propres couverts si vous souhaitez manger chaud sur les ravitaillements.

Art. 3.4 Âge minimum

Il n'y a aucune restriction d'âge pour les distances de 10km ou moins.

Pour la participation à la distance de 20km et de 28km, les enfants de 14 ans et moins doivent obtenir une autorisation parentale pour participer à l'épreuve et être accompagnés par un adulte à moins de 10 mètres tout au long de l'épreuve, sous peine de disqualification des deux athlètes.

Pour la participation à une distance de 42km et plus, la participation de jeunes de 14 ans et moins est interdite. Pour les jeunes de 15 à 17 ans, l'autorisation d'un parent et l'accompagnement d'un adulte à moins de 10 mètres tout au long de l'épreuve est obligatoire, sous peine de disqualification des deux athlètes.

Art. 3.5 Semi-autonomie

Les épreuves de l'UTHC se déroulent en semi-autonomie, qui est définie comme étant la capacité à être autonome entre deux points de ravitaillement sur le plan alimentaire et celui de l'équipement vestimentaire et de sécurité, permettant de s'adapter aux problèmes rencontrés (mauvais temps, problèmes physiques, blessures, etc.)



Ce principe implique en particulier les règles suivantes :

- Chaque athlète doit avoir avec lui, pendant toute la durée de la course, la totalité du matériel obligatoire (voir Art. 4.2 - longues distances et Art. 5.2 - courtes distances). À tout moment de la course, des représentants de l'UTHC pourront vérifier le sac et son contenu et appliquer les sanctions correspondantes au besoin (Art.4.3) ;
- Des postes de ravitaillement sont approvisionnés en boissons et nourriture. L'athlète doit s'assurer de disposer d'assez d'eau et de nourriture pour se rendre au poste de ravitaillement suivant ;
- À l'exception de l'épreuve du 80km, il est interdit de se faire accompagner ou d'accepter d'être accompagné pendant toute ou une partie de la course par une personne non inscrite, hors des zones de tolérance clairement signalées à proximité des postes de ravitaillement. L'Art. 4.6 du présent règlement décrit les modalités d'accompagnement pour l'épreuve du 80km.

Art. 3.5 Distances des épreuves

Les distances réelles des épreuves peuvent varier légèrement selon les ententes territoriales, les enjeux des opérations terrains et de la sécurité.

Les épreuves pouvant être offertes par l'UTHC sont d'une distance de :

- 5km
- 10km
- 20km
- 28km
- 42km (offert tous les deux ans en alternance avec le 80km)
- 65km
- 80km (offert tous les deux ans en alternance avec le 42km)
- 125km

L'athlète doit s'assurer de suivre le parcours balisé. Il est de la responsabilité de chacun des athlètes de vérifier qu'il a toujours dans son champ de vision un élément de signalisation de la course. ATTENTION : si vous n'en voyez plus, rebroussez chemin ! Tout athlète qui n'aura pas fait la totalité du parcours balisé a l'obligation d'en avvertir l'organisation et de se déclarer disqualifié. Une disqualification entraîne une annulation du temps officiel de course et ne permet pas aux coureurs de cumuler les points ITRA correspondants à son épreuve. Aucune modification des temps ou des résultats ne sera fait dans le cas où un athlète aurait parcouru une plus grande distance que nécessaire.

Art. 3.6 Modifications ou annulation du parcours

En cas de force majeure, de conditions climatiques trop défavorables ou de toute autre circonstance constituant un danger pour la sécurité des athlètes, des bénévoles ou des secouristes, l'UTHC se réserve le droit de modifier le parcours, de suspendre ou d'annuler la course. De telles décisions peuvent être prises à tout moment, y compris après le départ de l'une des épreuves. L'UTHC s'engage à tenter d'informer les athlètes des changements par les moyens convenant à la situation.

Dans le cas de l'annulation d'une épreuve à plus de 30 jours avant la date du départ, les frais d'inscription seront remboursés à 75%. Dans le cas de l'annulation d'une épreuve à 30 jours et moins du départ, aucun remboursement ne sera accordé.



Art. 3.7 Sécurité et premiers soins

Un regroupement de bénévoles et de professionnels formera une équipe paramédicale et médicale spécialisée en soins pré-hospitaliers déployée sur le parcours, les ravitaillements et à l'arrivée. Chaque station de ravitaillement aura du personnel en premiers soins. Des équipes plus équipées seront dépêchées sur place au besoin.

Art. 3.8 Temps de passage, barrières horaires et abandons

a) Temps de passage maximum (cut off)

Les temps de passage maximaux correspondent au temps maximum où l'athlète doit QUITTER le ravitaillement. Ils sont indiqués dans le guide des athlètes propre à chaque épreuve. Les temps de passage ont pour but d'assurer la sécurité de l'ensemble des coureurs en permettant le déploiement géographique des équipes capables de suivre tous les athlètes de la queue de course jusqu'aux premiers athlètes. Ils sont également prévus pour assurer une qualité d'organisation et des conditions de travail acceptables pour les bénévoles.

Des fermeurs clôtureront le parcours en suivant le dernier athlète. Ils aideront ceux qui abandonnent et les blessés afin qu'ils ne restent pas sans assistance. Les athlètes qui n'arrivent pas dans les temps établis seront arrêtés au prochain poste de ravitaillement. Ils ne pourront pas continuer la course et figureront sur la liste des résultats comme DNF («Did Not Finish», c'est-à-dire «n'a pas terminé la course»). **Les temps de passage seront appliqués de façon stricte pour assurer la sécurité de tous les athlètes, bénévoles et employés impliqués dans le cadre de l'événement.**

b) Respect des consignes de l'équipe médicale

Pour la sécurité des participants, l'équipe médicale présente aux points de contrôle ou le long du parcours est habilitée à procéder à des tests et examens de santé auprès des ATHLÈTES et arrêter ceux qui sont jugés inaptes à continuer la course. L'athlète devra suivre les indications de l'équipe médicale sous peine de disqualification.

c) Abandon et rapatriement

Sauf dans le cas d'une blessure, un athlète ne doit pas abandonner ailleurs qu'à un poste de ravitaillement. Il doit alors prévenir le capitaine du poste de ravitaillement, qui invalide définitivement son dossard.

À noter que les abandons sont possibles à tous les ravitaillements sauf La Chouette, où il est interdit d'abandonner à l'exception de cas de force majeure. La logistique de ce ravitaillement ne permet pas de garantir l'efficacité des évacuations. Si vous êtes incertain de pouvoir poursuivre jusqu'au Hautes- Gorges après le ravito La Marmotte, vous devrez abandonner à ce ravitaillement.

L'athlète ayant abandonné figurera sur la liste des résultats comme DNF («Did Not Finish», c'est-à-dire «n'a pas terminé la course»).

Tout athlète qui arrive à un poste de ravitaillement après le temps de passage maximal, les blessés, les athlètes qui sont retirés par l'équipe médicale et ceux qui abandonnent, seront rapatriés à l'arrivée avec un service de navettes. Il peut arriver que, pour des raisons de logistique, les athlètes qui ont abandonné doivent attendre plusieurs heures avant d'être rapatriés



Art. 3.9 Ravitaillements

Les règles suivantes encadrent les postes de ravitaillement de l'UTHC :

- Seuls les athlètes porteurs d'un dossard visible ont accès aux ravitaillements ;
- Les déchets doivent être jetés dans les bacs prévus à cet effet en respectant la gestion des matières résiduelles annoncée. Le rejet de tout objet, papier ou débris sur les sentiers est strictement interdit, sous peine de disqualification.

Les équipes de soutien doivent respecter les règles qui encadrent leur participation aux ravitaillements concernés (article 4.5).

Art. 3.10 Dossards

Chaque dossard est remis individuellement à chaque athlète sur présentation d'une pièce d'identité avec photo de même que sur présentation du matériel obligatoire de course.

Le dossard doit être porté sur le devant du corps et doit être visible en permanence et en totalité pendant toute la course. Le dossard est le laissez-passer nécessaire pour accéder aux navettes, bus, stations de ravitaillement et pour obtenir le repas d'après-course. Lorsqu'il est bien visible, il permet également de pouvoir vous identifier sur les photos de l'événement.

Art. 3.11 Récompenses

- Aucun prix en argent n'est prévu. Les 3 premiers athlètes de chaque catégorie recevront une récompense.
- Tout athlète qui finira la course en temps et en heure pourra télécharger son certificat «Finisher UTHC» officiel sur le site web de Sportstats.
- En aucun cas les prix ne seront envoyés ou distribués par la poste.
- Les gagnants du 125 km doivent participer à la cérémonie de clôture pour recevoir leur prix sur place.

Art 3.12 Situation avec plus d'un vainqueur

Dans le cas où des athlètes franchissent le fil d'arrivée en même temps, et de façon volontaire, pour l'une des trois premières positions des podiums, ils sont considérés comme partageant la position et les récompenses (trophées, cadeaux, etc.) qui s'appliquent. Si les deux athlètes franchissent le fil d'arrivée en même temps sans avoir l'intention de partager la position, le chronométrage officiel déterminera les temps d'arrivée exacts et les positions qui seront accordées à chacun.

SECTION 4. RÈGLEMENTS DE COMPÉTITION – DISTANCES 42KM ET PLUS

Art. 4.1 Départ

L'ensemble des épreuves de 42km et plus sont linéaires. Les départs pour ces épreuves ne se font pas au Mont Grand-Fonds. Il est donc important de bien prendre note des modalités dans le guide de l'athlète afin d'éviter de manquer le départ de l'épreuve visée.

Il est possible que les départs des épreuves s'effectuent en plusieurs vagues, en fonction du nombre de participants inscrits. Si tel est le cas, les athlètes seront avisés des modalités en amont de l'événement.

Les retardataires ne pourront pas prendre le départ de l'épreuve et figureront sur la liste des résultats comme DNS («Did Not Start», c'est-à-dire «n'a pas commencé la course»).

Art. 4.2 Équipement

Pour participer à ces épreuves, un ensemble de matériel obligatoire est requis. Il s'agit d'un minimum vital que chaque athlète doit adapter en fonction de ses capacités. Les épreuves s'effectuent en semi-autonomie.

* Il y a très peu de réception cellulaire le long du parcours mais les textos finissent par être transmis selon le secteur.

Matériel	Obligatoire	Recommandé	Permis	Interdit
Réserve d'eau (minimum 1 litre)	42/65/80/125			
Réserve alimentaire (barres énergétiques gels, autres)	42/65/80/125			
Sifflet	42/65/80/125			
Veste avec capuche permettant de supporter le mauvais temps et fabriquée avec une membrane imperméable et respirante (minimum conseillé 10 000 Schmerber). La veste doit impérativement comporter une capuche intégrée (les coupe-vents ne seront pas tolérés)	65/80/125	42		
Pantalon imperméable ou coupe-vent		80/125		
Sous-couche intermédiaire avec manches longues (les manchons ne remplacent pas la sous-couche)	125	80		
Couverture de survie de (min. 1,40m x 2m)	42/65/80/125			
Gants	125	42/65/80		
Tuque (protection du froid) *Le bandana ou Buff® n'est pas considéré comme une tuque	65/80/125	42		
Casquette ou bandana ou Buff® (protection du soleil)		42/65/80/125		
Gobelet ou contenant pour boire et manger (ex: soupe) 15cl minimum	42/65/80/125			
Lampe frontale fonctionnelle (Recommandation : 200 lumens ou plus pour la lampe principale)	80/125	42/65		
Piles de rechange, lampe frontale fonctionnelle de rechange ou batterie de rechange	125	80		
Carte du parcours		42/65/80/125		
Cloche (ours)		42/65/80/125		
Téléphone cellulaire*	65/80/125	42		
EpiPen (pour les allergies aux insectes et alimentaires)	42/65/80/125 *pour les gens concernés			
Bâtons télescopiques			42/65/ 80/125	



Matériel	Obligatoire	Recommandé	Permis	Interdit
Écouteurs ou casque d'écoute			42/65/ 80/125	
Animaux				42/65/80/ 125

Art. 4.3 Contrôle des équipements obligatoires

Le matériel obligatoire permet de vous préparer à toute éventualité pendant votre épreuve, qui se déroule sur un territoire sauvage, en milieu éloigné et où la température peut rapidement changer. Il est imposé pour assurer votre sécurité et celles des autres athlètes et bénévoles. Tous les athlètes doivent également respecter ces exigences par souci d'équité à l'égard de tous les autres concurrents.

Afin de s'assurer que tous les athlètes détiennent les équipements obligatoires lors du départ de la course, et pour assurer une équité quant au poids des sacs de chacun, un contrôle des équipements obligatoires sera effectué lors de la prise du dossard. TOUS les items obligatoires seront vérifiés pour TOUTES les épreuves.

À tout moment lors de la course, un nouveau contrôle pourrait être effectué. L'athlète doit obligatoirement se soumettre au contrôle sur demande d'un représentant de l'UTHC sous peine de pénalité.

Un athlète prenant le départ sans tous les équipements obligatoires, tels que vérifiés par l'UTHC, recevra une pénalité. Une pénalité s'applique aussi lorsqu'un athlète refuse une demande de contrôle de la part d'un représentant de l'UTHC (voir Art.6.2).

Art. 4.4 Sacs d'appoint (Drop bag)

a) 42km, 65km et 80km

Les participants de ces épreuves peuvent laisser un sac avec des effets personnels au départ de la course, par exemple s'ils souhaitent se décharger de vêtements ou d'items qu'ils ne souhaitent pas utiliser pendant l'épreuve. Un sac sera fourni lors de la récupération du dossard. Le sac devra être identifié conformément à la méthode qui sera indiquée et celui-ci sera ramené au site d'arrivée via une navette. Il sera aussi possible de laisser un sac avec des effets personnels (ex : serviette, vêtements de rechange) au site principal de la course, à l'endroit prévu à cet effet.

b) 125km

Un système de sac d'appoint sera offert aux athlètes de cette épreuve. Un sac sera fourni lors de la récupération du dossard. Ce sac pourra être laissé au départ, le matin de la course. Le sac devra être identifié conformément à la méthode qui sera indiquée et il sera acheminé à mi-parcours, à la station de ravitaillement du Parc des Hautes-Gorges, avant d'être réacheminé à l'arrivée au centre de ski du mont Grand-Fonds. Il sera aussi possible de laisser un sac avec des effets personnels au site principal de la course, à l'endroit prévu.

Les sacs doivent être récupérés au plus tard 2 heures après la clôture de l'événement. Au-delà, le coureur devra venir lui-même récupérer son sac, à ses frais, au bureau de l'organisation. Aucun sac ne sera envoyé par la poste.



Art. 4.5 Équipe de soutien (crew)

a) 42km, 65km et 80km

L'assistance d'une équipe de soutien est interdite pour ces épreuves. Les ravitaillements ne sont pas facilement accessibles en voiture. Les risques de se perdre dans les nombreux chemins forestiers ou de briser les véhicules sont réels. De plus, la course se tient dans des sentiers situés sur les territoires des ZEC, pendant la saison de la chasse à l'arbalète et tout juste avant la période de la chasse au fusil. Il nous est donc demandé d'éviter les excès de bruits et de mouvements qui peuvent déranger ou faire fuir la faune et de respecter les chasseurs qui partagent avec nous le territoire.

b) 125km

L'assistance d'une équipe de soutien est permise pour l'épreuve du 125km. Le rôle de l'équipe est d'offrir réconfort, matériel et nourriture à son athlète. L'équipe est permise uniquement aux stations de ravitaillement de la Marmotte, du Parc des Hautes-Gorges, au Split et à la ligne d'arrivée du Mont Grand-Fonds.

c) Règles applicables aux équipes de soutien

- La Marmotte : Les places étant limitées, une seule voiture par athlète pourra avoir accès à ce ravitaillement et le covoiturage est fortement encouragé. Les athlètes recevront une vignette lors de la remise des dossards qu'ils pourront donner à leur équipe de soutien. Les vignettes seront contrôlées à l'arrivée des véhicules et les équipes de soutien seront tenues de respecter l'horaire d'accès prévu afin de faciliter la cohabitation avec les athlètes qui empruntent une partie de la voie d'accès pendant leur course. À noter que la route pour se rendre à ce ravitaillement est cahoteuse et n'est pas recommandée pour les véhicules au plancher bas.
- SPLIT : Ce ravitaillement est accessible à pied seulement et tout véhicule sera renvoyé au Mont Grand-Fonds. Il n'y a pas d'espace pour accueillir des véhicules et certains chemins forestiers sont empruntés par les athlètes pendant leur épreuve. Merci de respecter cette exigence.

Des espaces seront prévus pour les équipes de soutien qui devront être autonomes en liquides, nourriture et tout matériel pouvant assurer leur confort pendant leur attente (ex : chaises). Les équipes de soutien ne peuvent pas avoir accès aux ravitaillements et devront respecter les espaces qui leur sont assignés. Seuls les coureurs porteurs d'un dossard visible et dûment contrôlés ont accès aux postes de ravitaillement.

Il est interdit pour les membres des équipes de soutien de courir une partie du parcours avec un athlète.

Art 4.6 Les accompagnateurs (pacers)

a) 42km, 65km et 125km

Les accompagnateurs sont interdits pour ces épreuves.

b) 80km

Un accompagnateur est permis pour l'épreuve du 80km selon les modalités suivantes :

- l'accompagnateur doit être inscrit officiellement lors de la récupération du dossard. Un dossard spécial d'accompagnateur accrédité lui sera remis et il est dans l'obligation de le porter visiblement à l'avant du corps en tout temps ;
- l'accompagnateur doit rencontrer son athlète au SPLIT, dans la zone prévue à cet effet, et l'accompagnera pour les derniers 15km de l'épreuve ;
- l'accompagnateur doit rester en tout temps avec son coureur, sauf en cas d'urgence ;
- en cas d'abandon de l'athlète, l'accompagnateur ne peut continuer la course ;
- un seul accompagnateur est permis et doit rester le même tout au long du segment ;
- l'accompagnateur peut assister son coureur aux stations de ravitaillement, mais ne peut arriver avant lui dans la station pour commencer son ravitaillement ;
- l'accompagnateur ne peut en aucun cas porter l'équipement, la nourriture et/ou le liquide de l'athlète ;
- l'accompagnateur ne peut en aucun cas aider physiquement le coureur, sauf en cas d'urgence.

SECTION 5. RÈGLEMENTS DE COMPÉTITION – DISTANCES 28KM ET MOINS

Art. 5.1 Départ

Tous les départs pour les épreuves de 28km et moins se feront au Mont Grand-Fonds. Il est possible que les départ des épreuves s'effectuent en plusieurs vagues, en fonction du nombre participants inscrits. Si tel est le cas, les athlètes seront avisés des modalités en amont de l'événement.

Les retardataires ne pourront pas prendre le départ de l'épreuve et figureront sur la liste des résultats comme DNS («Did Not Start», c'est-à-dire «n'a pas commencé la course»).

Art. 5.2 Équipement

Pour participer à ces épreuves, un matériel approprié est requis. Cependant, il est important de noter qu'il s'agit d'un minimum vital que chaque athlète doit adapter en fonction de ses capacités.

Matériel	Obligatoire	Recommandé	Permis	Interdit
Réserve d'eau (minimum 500ml)		5/10/20/28		
Réserve alimentaire (barres énergétiques, gels, autres)		5/10/20/28		
Sifflet	20/28	10		
Veste imperméable avec capuche		10/20/28		
Couverture de survie de 1,40m x 2m minimum	20/28	10		
Gants		10/20/28		
Tuque (protection contre le froid)		10/20/28		
Gobelet ou contenant pour boire et manger (ex : soupe)		10/20/28* (il n'y a pas de verres aux ravitaillements)		



Matériel	Obligatoire	Recommandé	Permis	Interdit
Téléphone cellulaire*		10/20/28		
EpiPen (pour allergies connues anaphylactiques)	5/10/20/28 * pour les gens concernés			
Bâtons télescopiques				5/10/20/28
Écouteurs ou casque d'écoute				5/10/20/28
Animaux				5/10/20/28

* Il y a très peu de réception cellulaire le long du parcours mais les textos finissent par être transmis selon le secteur.

Art. 5.3 Sacs d'appoint (Drop bag)

Aucun système de sacs d'appoint n'est prévu pour les épreuves de 28km et moins.

Art. 5.4 Équipe de soutien (crew)

Les équipes de soutien ne sont pas permises pour les épreuves de 28km et moins.

Art. 5.5 Les accompagnateurs (pacers)

Les accompagnateurs ne sont pas permis pour les épreuves de 28km et moins

SECTION 6. SANCTIONS

Art. 6.1 Disqualification

Les comportements suivants mèneront à la disqualification de l'athlète, avec l'annulation du dossard :

- Absence de passage à un point de contrôle ;
- Le fait de ne pas réaliser la totalité du parcours balisé ;
- Créer volontairement un accident ou empêcher le dépassement par un autre athlète ;
- Abandon de détritrus sur le parcours ;
- Modifier ou enlever le marquage du parcours ;
- Non-assistance à une personne en difficulté ;
- Insultes ou menaces aux organisateurs, à un autre athlète ou aux bénévoles ;
- Utilisation d'un moyen de transport pendant l'épreuve ;
- Refus d'obtempérer à un contrôle de l'équipe médicale sur le parcours ;
- Résultat positif à un test antidopage, refus de se soumettre à un test de détection, manipulation ou tentative de manipulation d'un échantillon ;
- En situation de don, d'échange ou de fausse déclaration sur l'indentification du coureur, une disqualification sera appliquée ainsi qu'une interdiction pour toutes les personnes impliquées dans la fausse déclaration à s'inscrire à toutes autres distances de l'évènement UTHC pour l'année en cours ainsi que pour l'année suivante.

Les athlètes disqualifiés figureront sur la liste des résultats avec la mention DSQ. Une disqualification entraîne une annulation du temps officiel de course et ne permet pas aux coureurs de cumuler les points ITRA correspondants à son épreuve.

À noter que ces règles s'appliquent également pour les accompagnateurs (« pacers ») et les équipes de soutien.



Art. 6.2 Pénalités

Des pénalités de temps seront imposées aux athlètes qui contreviennent à l'un ou l'autre des règlements de compétition de l'UTHC, selon la liste suivante :

INFRACTION LONGUES DISTANCES (65km, 80km, 125km)	PÉNALITÉ
Absence de dossard visible	30 minutes
Assistance en dehors des zones autorisées	30 minutes
Absence d'un équipement obligatoire lors d'un contrôle ponctuel (à l'exception de ceux considérés comme essentiels à la sécurité et qui entraînent une disqualification – voir plus bas)	45 minutes
Refus de se soumettre à une demande de contrôle ponctuelle	DISQUALIFICATION
Absence de l'équipement obligatoire suivant : couverture de survie, réserve d'eau, sifflet, tuque (bonnet), veste imperméable	DISQUALIFICATION
INFRACTION COURTES DISTANCES (42km, 28km, 20km, 10km, 5km)	PÉNALITÉ
Absence de dossard visible	10 minutes
Assistance en dehors des zones autorisées	10 minutes
Absence d'un équipement obligatoire lors d'un contrôle ponctuel	20 minutes
Refus de se soumettre à une demande de contrôle ponctuel	DISQUALIFICATION

Les pénalités de temps seront appliquées directement sur place, au site de contrôle, par les commissaires habilités à faire respecter le règlement et à l'appliquer immédiatement.

Art. 6.3 Demande de révision

Sanction

Toute demande de révision d'une sanction doit être soumise par écrit à l'UTHC dans un délai maximum d'une (1) heure après la communication officielle des résultats de la course. L'UTHC dispose de 48 heures ouvrables pour étudier la demande de révision et communiquer sa décision, laquelle est finale et sans appel.

Classement et chronométrage

Toute demande de révision du classement ou du chronométrage doit être faite dans les 72 heures suivant l'épreuve. La demande sera analysée par la direction de course qui aura douze heures pour rendre une décision, qui sera sans appel.

FIN DU RÈGLEMENT