

RÈGLEMENT DÉFI DES PESTIFÉRÉS 2026



L'association Courir à Raon est heureuse de vous accueillir pour la 8^{ème} édition du Défi des Pestiférés.

ARTICLE 1 - DATE ET ACCÈS COURSES

La 8^{ème} édition du Défi des Pestiférés aura lieu le samedi 26 septembre 2026 au carrefour des Pestiférés de Raon l'Étape.

Comme l'année dernière, nous mettons en place des navettes depuis le parking du Cossec (voir plan ci-après) afin d'alléger le stationnement proche du départ de la course. Aucun justificatif n'est demandé pour monter dans les navettes.

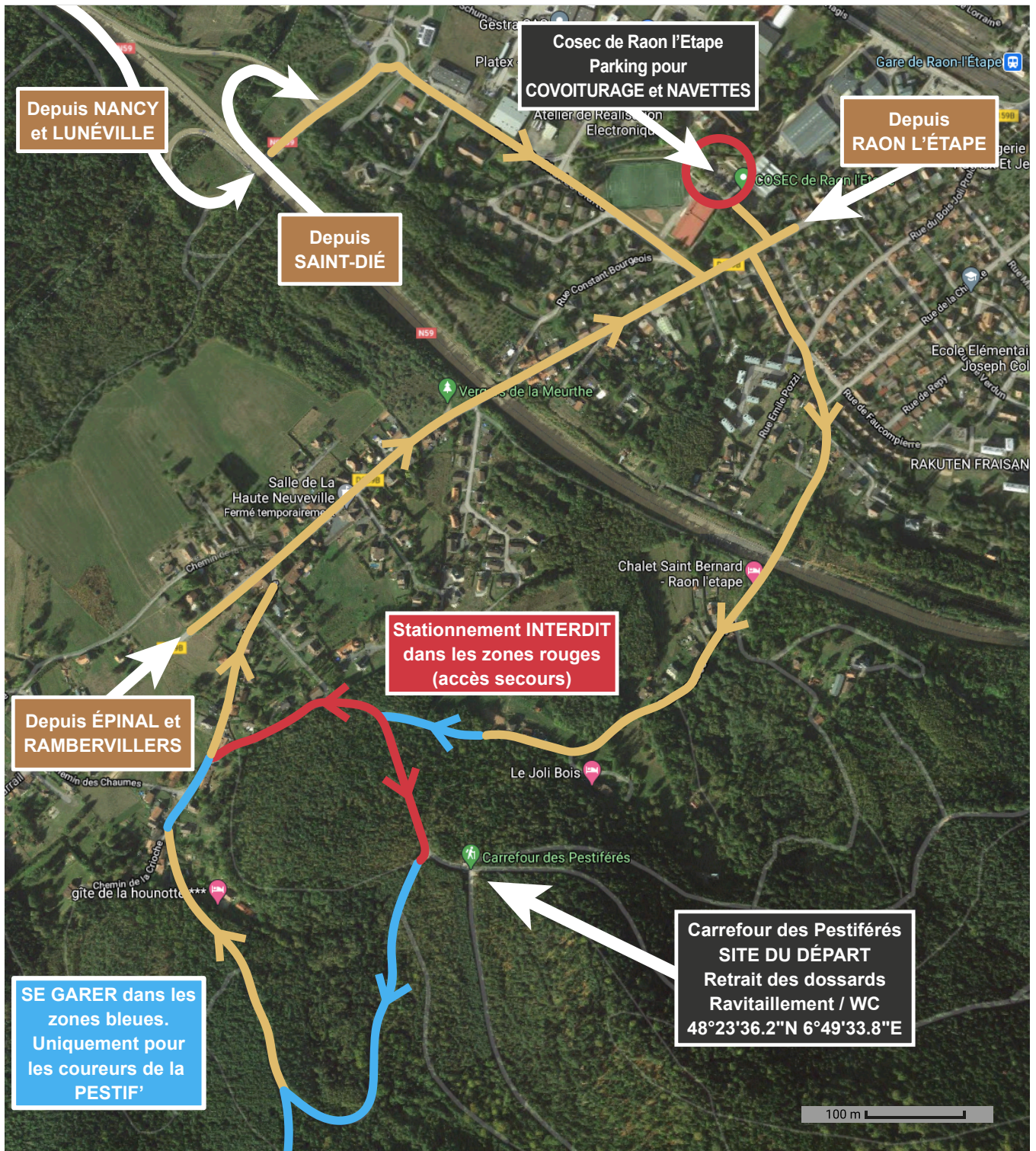
Les participants de la PESTIF'HARD et les accompagnateurs doivent obligatoirement utiliser les navettes pour rejoindre le site de départ. Un poste de consigne est prévu sur le site de départ où vous pouvez déposer des sacs d'affaires accessibles et surveillés toute la journée.

HORAIRE NAVETTES	Pour aller au départ	Pour retour au Cossec
		5h30 - 6h45

Les participants de la PESTIF' en solo ou relais et de la PESTIF' MIX sont vivement encouragés à utiliser les navettes ou à covoiturer, mais ils peuvent accéder au site de départ en voiture en suivant les panneaux TRAIL aux entrées de la ville de Raon l'Étape jusqu'au chemin de la Hounotte, puis suivre les indications des bénévoles pour se garer le long de la route forestière des Pestiférés, et enfin, rejoindre à pied le site de départ au carrefour des Pestiférés.

HORAIRE NAVETTES	Pour aller au départ	Pour retour au Cossec
		8h30 - 9h45

PLAN D'ACCÈS COURSE



ARTICLE 2 - CONDITIONS D'INSCRIPTION

Les épreuves sont ouvertes à toute personne licenciée ou non licenciée FFA, dans les catégories Espoir, Senior et Master nés en 2007 et avant.

Licenciés : Licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running délivrée par la FFA, ou "Pass' J'aime Courir" délivré par la FFA et complété par le médecin, en cours de validité à la date de la manifestation. Attention : les autres licences délivrées par la FFA (Santé, Encadrement et Découverte) ne sont pas acceptées.

Licence sportive, en cours de validité à la date de la manifestation, sur laquelle doit apparaître, par tous moyens, la non contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition et délivrée par une des fédérations suivantes : FFTRI, FCD, FFSA, FFH, FSPN, Fédération sportive des ASPTT, FSCF, FSGT, UFOLEP).

Non licenciés et Étrangers (même licenciés dans leur pays) : attestation du Parcours de Prévention Santé (PPS) disponible à l'adresse suivante : <https://pps.athle.fr/?locale=fr>

ARTICLE 3 - MODALITÉS D'INSCRIPTION

Les inscriptions seront ouvertes à partir du **30 mai 2026**. Plusieurs façons de s'inscrire :

- **En ligne,** via le site <https://www.le-sportif.com> moyennant des frais supplémentaires. La date limite des inscriptions en ligne est fixée au mercredi 23 septembre 2026 à minuit.
- **Par courrier,** grâce au bulletin d'inscription téléchargeable sur le site internet <https://couriraraon.fr> et à envoyer à l'adresse ci-dessous accompagné d'une copie de licence pour la saison 2025-2026 (pour les licenciés Compétition) ou d'une attestation du PPS (pour les non licenciés) et d'un chèque de règlement.

**Association Courir à Raon
15 avenue du 21^e BCP
88110 RAON L'ETAPE**

- **Sur place,** au carrefour des Pestiférés le vendredi soir de 17h30 à 19h30 ou le samedi matin jusqu'à 30 minutes avant le départ, dans la limite des dossards disponibles.

FRAIS D'INSCRIPTION

	PESTIF' en solo	PESTIF' en relais	PESTIF' MIX	PESTIF' HARD
Jusqu'au 26 juin	25 €	70 €	25 €	35 €
À partir du 27 juin	30 €	80 €	30 €	40 €

Aucune inscription n'est prise par téléphone ou par mail.

Pour votre confort de course, le nombre de participants est limité à :

- 160 dossards sur la PESTIF' en solo,
- 20 équipes sur la PESTIF' en relais,
- 50 dossards sur la PESTIF' MIX
- 50 dossards sur la PESTIF'HARD.

Les participants s'engagent à respecter ce règlement par le seul fait de s'inscrire.

Attention : Pour annuler votre inscription et être remboursé, il faut nous présenter, par tout moyen, un certificat médical attestant de la contre-indication à participer à la course au plus tard le mercredi 23 septembre 2026. Après cette date, aucune annulation et aucun remboursement ne seront effectués.

ARTICLE 4 - ACCUEIL ET REMISE DES DOSSARDS

SITE DE DÉPART

Une buvette et une petite restauration sont installées sur le site du départ.

Vous avez la possibilité de déposer un sac d'affaires (vêtements, ravitaillement personnel) au poste des consignes, identifié par votre numéro de dossard. Des bénévoles surveillent les consignes, mais nous déclinons toute responsabilité en cas de perte ou de vol d'effets personnels.

Des toilettes sèches sont mises à disposition des participants sur le site de départ.

Pas de douche à disposition.

REMISE DES DOSSARDS

- au carrefour des Pestiférés (site de départ) le vendredi 25 septembre 2026 de 17h00 à 19h30,
- au carrefour des Pestiférés (site de départ) le samedi 26 septembre 2026 à partir de 5h30.

Les **dossards sont délivrés** sous réserve d'avoir fourni une **licence ou une attestation du Parcours de Prévention Santé (PPS)valable**.

ARTICLE 5 - DÉROULEMENT DES ÉPREUVES

Le principe du Défi des Pestiférés est de parcourir une même boucle un certain nombre de fois, en respectant la barrière horaire d'**une heure par boucle**.

Pour cette 8^{ème} édition, nous vous proposons trois défis :

- **PESTIF' en solo**

Le défi est de boucler 12 tours maximum sur un parcours d'environ 6,5 kms, soit un maximum de 78 kms.

Le départ est donné le samedi 26 septembre 2026 à 10h00.

- **PESTIF' en relais**

Le défi est de boucler 12 tours maximum en équipe (3 relayeurs obligatoirement) sur un parcours d'environ 6,5 kms, soit un maximum de 78 kms.

Les 12 tours peuvent être répartis librement entre les trois relayeurs.

Le départ est donné le samedi 26 septembre 2026 à 10h00.

Le parcours est le même que la PESTIF' en solo.

- **PESTIF' MIX**

Le défi est de boucler 12 tours maximum dont 6 tours sur le parcours de la PESTIF' (6,5 kms) et 6 tours sur le parcours de la PESTIF'HARD (7 kms) soit un maximum de 81 kms.

Le choix du parcours se fera par tirage au sort à la fin de chaque boucle.

Le départ est donné le samedi 26 septembre 2026 à 10h00.

- **PESTIF'HARD**

Le défi est de boucler en individuel 15 tours maximum sur un parcours d'environ 7kms, soit un maximum de 105 kms.

Le départ est donné le samedi 26 septembre 2026 à 7h00.

Le parcours est plus dur et plus long, avec des parties communes au parcours de la PESTIF'.

RÈGLES COMMUNES AUX TROIS DÉFIS

Chaque coureur peut effectuer le **nombre de tours qu'il souhaite**.

Les coureurs qui terminent leur tour au delà de l'heure imposée **ne peuvent pas** prendre le départ de la boucle suivante, mais leur tour est comptabilisé pour le classement général. Ils peuvent ensuite récupérer leur médaille au poste de remise de dossards/lots.

Les coureurs qui ne souhaitent pas prendre le départ de la boucle suivante doivent se présenter au poste de remise de dossards/lots pour **indiquer qu'ils souhaitent arrêter** et pour récupérer leur médaille.

Tous les participants sont classés selon le nombre de boucles effectuées, puis selon leur temps cumulé. L'objectif est de boucler les 12 ou 15 tours selon le défi et d'obtenir le **meilleur temps cumulé**.

Il n'est pas possible de changer de défi pendant son épreuve.

Un ravitaillement solide et liquide est mis à disposition des coureurs à l'arrivée de chaque tour jusqu'au départ de la boucle suivante.

Les ravitaillements et assistances personnels sont autorisés à l'arrivée de chaque tour, mais ils doivent se faire en dehors de la zone de ravitaillement.

Aucun ravitaillement solide et liquide n'est prévu le long du parcours.

Le port du dossard est obligatoire et doit être visible durant toute la durée de l'épreuve, sous peine de disqualification.

Des postes de pointage sont situés à différents points du parcours. En cas d'absence sur l'un de ces points, le coureur est disqualifié.

Il est interdit aux accompagnants et visiteurs de courir ou marcher avec les participants sur le parcours sous peine de disqualification.

Sur le relais, il est interdit d'accompagner un membre de son équipe sur le parcours.

Les **chiens**, même tenus en laisse (Canicross), sont **interdits sur le parcours**.

HEURES DÉPART COURSES

DÉPART	PESTIF' en solo et relais PESTIF' MIX	PESTIF' HARD
7H00		1er tour
8H00		2 ^{ème} tour
9H00		3 ^{ème} tour
10H00	1er tour	4 ^{ème} tour
11H00	2 ^{ème} tour	5 ^{ème} tour
12H00	3 ^{ème} tour	6 ^{ème} tour
13H00	4 ^{ème} tour	7 ^{ème} tour
14H00	5 ^{ème} tour	8 ^{ème} tour
15H00	6 ^{ème} tour	9 ^{ème} tour
16H00	7 ^{ème} tour	10 ^{ème} tour
17H00	8 ^{ème} tour	11 ^{ème} tour
18H00	9 ^{ème} tour	12 ^{ème} tour
19H00	10 ^{ème} tour	13 ^{ème} tour
20H00	11 ^{ème} tour	14 ^{ème} tour
21H00	12 ^{ème} tour	15 ^{ème} tour

ARTICLE 6 - CHRONOMÉTRAGE

- Effectué avec un système de puce électronique sur le dossard,
- Affichage des résultats en direct sur un écran situé avant la zone de ravitaillement.

Les résultats seront disponibles le lendemain de la course sur la page Facebook de l'épreuve et sur notre site internet.

ARTICLE 7 - MATÉRIEL OBLIGATOIRE

- Gobelet ou flasque personnels pour le ravitaillement,
- Une lampe frontale pour les trois dernières boucles (de 19h00 à 22h00).

Il est de votre responsabilité de prévoir un équipement et une tenue adaptés aux conditions météorologiques de la course.

LES BÂTONS SONT INTERDITS

ARTICLE 8 - RÉCOMPENSES

La remise des prix se fera sur le site de départ à partir de 22h30.

Sont récompensés :

- PESTIF' en solo : Trois premiers hommes et trois premières femmes au classement scratch,
- PESTIF' en relais : Première équipe du classement scratch,
- PESTIF' MIX : Trois premiers hommes et trois premières femmes au classement scratch.
- PESTIF'HARD : Trois premiers hommes et trois premières femmes au classement scratch.

Chaque participant reçoit une médaille finisher à la fin de son défi.

ARTICLE 9 - ASSURANCE

Les organisateurs sont couverts en responsabilité civile par une police d'assurance en conformité avec la charte des courses hors stade. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par leur licence. Il incombe aux non-licenciés de s'assurer personnellement.

Par son engagement, chaque coureur déclare être personnellement assuré et dégage la responsabilité des organisateurs pour tout incident physiologique survenant pendant la course ou en découlant.

Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de défaillance due à un mauvais état de santé ou en cas de vol d'affaires personnelles et se réservent le droit d'apporter toutes modifications qu'ils jugeront nécessaires à l'ensemble de l'organisation.

ARTICLE 10 - DROIT À L'IMAGE

Les participants autorisent expressément les organisateurs de la course ainsi que leurs ayants-droit, à utiliser librement les images fixes ou audiovisuelles, sur lesquelles ils pourraient apparaître, prises à l'occasion de leur participation à l'événement, sur tous les supports de communication.

ARTICLE 11 - CNIL

Conformément à la loi “informatique et liberté” du 6 janvier 1978, vous disposez d’un droit d’accès et de rectification aux données personnelles vous concernant.

ARTICLE 12 - LITIGES

En cas de litiges, seul le directeur de course réglera les problèmes éventuels.

ARTICLE 13 - ANNULATION

En cas de force majeure, catastrophe naturelle ou de toute autre nature mettant en danger la sécurité des concurrents, l’organisation se réserve le droit d’annuler ou d’interrompre l’épreuve sans que les participants puissent prétendre à un quelconque remboursement.

ARTICLE 14 - CHARTE ENVIRONNEMENT

Chaque participant s’engage à respecter l’environnement, sans laisser aucun déchet sur le parcours ni commettre de dégradations.

Toute l’équipe organisatrice vous souhaite une très belle réussite de votre défi !!!

Fait le 28 mars 2026

Comité Directeur de l’association Courir à Raon