

Nordic de l'andouille chronométrée 2022

REGLEMENT général

Compétition réservée aux participants nés avant 2006 inclus.

Certificat médical obligatoire avec la mention « apte à pratiquer la marche nordique en compétition » ou licence FFA.

Chaque marcheur recevra un dossard qu'il accrochera sur l'avant de son tee-shirt en étant parfaitement visible.

Le circuit est balisé avec des flèches marquées d'un point rouge, chaque participant devra suivre ce parcours. En cas d'erreur de parcours pour un marcheur, l'association ne sera pas responsable, et le classement d'arrivée ne sera pas modifié.

Deux ravitaillements sont prévus sur le parcours.

L'utilisation de deux bâtons spécifiques pour la marche nordique est obligatoire.

Le marcheur doit toujours avoir un pied et un bâton en contact avec le sol, et un bras et une jambe en opposition.

SECURITE

Respecter le code de la route et les traversées des chaussées.

Respecter les autres concurrents, pas de gestes dangereux avec les bâtons.

REGLEMENT A RESPECTER SOUS PEINE DE SANCTION POUR LE CLASSEMENT

Article 1 : Le marcheur ne doit pas courir

Article 2 : Le pas de deux et le pas de trois sont interdits

Article 3 : Le marcheur doit respecter les autres concurrents

Article 4 : Le marcheur doit respecter les juges et leurs décisions

Si les règles de l'article 1, 2,3 et 4 ne sont pas respectées, chaque faute sera sanctionnée par un carton jaune. La première faute sera un avertissement sans pénalité, les suivantes seront sanctionnées par un cumul de pénalité de 30 secondes par faute et elles seront ajoutées au temps final.

JURY

Minimum 5 juges à vélo.

RECOMPENSES

Les trois premiers hommes et les trois premières femmes au scratch seront récompensés.

« Plus de 600€ de lots offerts pour l'ensemble des récompenses »