



# **Challenge Occitanie Marche Nordique 2019**



Ce challenge concerne uniquement les organisations acceptant le règlement ci-dessous.

Ce challenge a pour but:

- **De structurer** la pratique de la marche nordique dans le cadre des courses en nature
- **De promouvoir** les épreuves de marche nordique à travers les clubs de la région Occitanie
- **De favoriser** l'organisation et le développement des épreuves de marche nordique en Occitanie
- **D'augmenter** le nombre de licenciés et de participants à des épreuves de marche nordique
- **De respecter** certaines règles techniques de base indispensables à la marche nordique et de préserver la bonne santé des participants
- **D'augmenter les échanges** entre les participants, les clubs de marche nordique de la région Occitanie

Le Challenge Occitanie Marche Nordique (COMN) est organisé par l'association Pôle Running Events et est ouvert à tous, licenciés ou pas, occitans ou pas.

Les classements seront effectués par la société Chrono-Start, la promotion par Running-Mag et Run & trail.

Seules seront prises en compte les épreuves de marche nordique qui ont lieu dans un des 13 départements de la région Occitanie, retenues par le COMN.

## **Article 1 : Obligations des organisateurs pour intégrer le challenge**

- organiser une épreuve de Marche Nordique Chronométrée avec un classement uniquement par catégories. Il peut y avoir un départ commun avec une randonnée, mais il faut qu'il y ait un classement distinct "marche nordique" à l'issue de l'épreuve. **L'idéal étant de faire un départ séparé pour la marche nordique.**
- de faire la publicité de ce dit challenge par l'intermédiaire du site internet de l'organisateur, ou page Facebook, ou « flyers » et dépliants, aux briefings et lors de la remise des prix, afin d'encourager les participants à participer aux autres manifestations du Challenge.
- d'intégrer le logo du Challenge sur les flyers ou affiches de l'événement.
- de communiquer les résultats informatiques de l'épreuve (sous forme d'un fichier Excel comportant les nom et prénom des concurrents, leur sexe, leur année de naissance, leur N° de licence, leur club, leur classement, leur temps) pour diffusion à [contact@challenge-occitanie-marche-nordique.fr](mailto:contact@challenge-occitanie-marche-nordique.fr) afin que le classement du COMN puisse être actualisé sur le site Internet.
- De payer une participation forfaitaire de 100,00€ afin de participer aux frais d'achats de lots pour la remise des récompenses finales en fin d'année, aux frais de communication de chaque épreuve (mailings de promotion de chaque épreuve du Challenge auprès des marcheurs nordiques Occitans et des différents clubs) et aux frais de gestion du Challenge (réalisation des classements et mise à jour du site Internet du Challenge)

- d'offrir un dossard pour l'homme et la femme ayant participé à l'ensemble des épreuves du Challenge Occitanie 2018 sur présentation des WILD CARD ci-dessous (remises aux vainqueurs sous forme d'une carte PVC type carte de crédit) :



## Article 2 : Principe du Challenge Occitanie Marche Nordique

Pour figurer dans les classements intermédiaires, il suffit de participer aux épreuves du calendrier et d'être âgé de 18 ans au moins (catégorie junior). Pour apparaître dans le classement final, 3 participations sont nécessaires et tous les résultats des épreuves 2019 en termes de points seront pris en compte.

## Article 3 : Le Barème

A chaque épreuve, les coureurs marquent des points selon un barème prédéfini. Les points sont attribués sur les classements par catégories d'âge (junior à master 5).

L'attribution des points se fait en fonction du classement :

1er : 500 points	11ème : 311
2ème : 476 points	12ème : 296
3ème : 455 points	13ème : 281
4ème : 434 points	14ème : 266
5ème : 413 points	15ème : 254
6ème : 395 points	16ème : 242
7ème : 377 points	puis décrémentation de 12 points pour les places 17 à 20
8ème : 359 points	décrémentation de 9 points pour les places 21 à 27
9ème : 341 points	décrémentation de 6 points pour les places 28 à 35
10ème : 329 points	décrémentation de 3 points pour les places 36 à 44
	puis décrémentation de 2 points pour les places 45 à 72.

A partir de la 73ème place, décrémentation de 1 point tous les trois concurrents.

Pour l'épreuve longue des Vallons de Tauriac 2019, un barème spécial sera appliqué en raison de la distance à accomplir. (1,5x le barème indiqué ci-dessus).

Pour l'épreuve spécifique du Challenge 2019, à savoir la Nocturne du SATUC (23 mars), tous les participants marqueront un nombre de points forfaitaire de 350 points afin de faire venir le plus grand nombre de marcheurs nordiques sur cet événement particulier de nuit. Le classement par catégories ne sera pas édité dans la mesure où ce sera un Challenge du nombre.

#### **Article 4 : Le Classement**

A l'issue de chaque épreuve, il ne sera pas établi de classement scratch.

**Seul un classement par catégories sera édité.**

Un classement intermédiaire par catégories du Challenge sera établi après chaque épreuve disputée. Le classement final sera officialisé après la dernière épreuve inscrite au calendrier.

Pour faire partie du classement final, il faut avoir participé **à au moins 3 épreuves** inscrites au calendrier.

Le classement des épreuves ayant lieu après le changement de catégories intervenant le 1<sup>er</sup> novembre conservera les catégories de la saison 2018- 2019.

#### **Article 5 : Les ex-aequo**

Si à l'issue de la dernière épreuve du Challenge, plusieurs marcheurs totalisent le même nombre de points, ils seront départagés par :

- le nombre de participations aux épreuves du Challenge 2019 ;
- puis, si nécessaire, par leur moins bonne place aux épreuves du Challenge auxquelles ils ont participées.

#### **Article 6 : Les récompenses**

L'organisateur s'engage à faire monter sur le podium toutes les premières de catégories **femmes ensemble** et dans un deuxième temps tous les premiers de catégories **hommes ensemble**.

Ils pourront, selon le bon vouloir de l'organisateur, être récompensés (lot simple du type produit du terroir par exemple).

**L'organisateur leur remettra à cette occasion un diplôme modèle fourni par l'organisateur du Challenge.**

Le challenge Occitanie Marche Nordique récompense les participants ayant obtenu le plus grand nombre de points sur l'ensemble des épreuves de l'année dans leur catégorie respective et ayant participé à au moins 3 épreuves.

Les premiers de chaque catégorie Homme et Femme ainsi que le club le plus représenté seront récompensés au cours d'une soirée commune avec la remise des challenges Levy (en décembre 2019 ou janvier 2020).

#### **Article 7 : NOUVEAUTE 2019 : Challenge du nombre par clubs**

Chaque arrivant aux épreuves du Challenge âgé de 18 ans et plus et licencié dans un club

d'Occitanie marquera 1 point pour son club. Le club vainqueur sera celui qui aura le plus de points à l'issue des 12 épreuves 2019 du Challenge Occitanie Marche Nordique.

Un bonus « mixité » d'un point sera appliqué pour un homme et une femme classés d'un même club afin de favoriser l'engagement de nouveaux marcheurs.

### **Article 8 : Les règles techniques fondamentales de marche nordique à respecter et à rappeler au briefing d'avant-course**

- L'utilisation de deux bâtons spécifiques "marche nordique" est obligatoire.
- L'attaque au sol sur terrain plat doit se faire par le talon.
- 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. (distinction de la marche vis-à-vis de la course)
- La main et le coude du bras d'attaque doivent passer au-delà du plan frontal (derrière la fesse pour la main et le buste pour le coude) en fin de poussée avant d'attaquer à nouveau devant le corps.

### **Article 9 : Arbitrage du respect des règles techniques de la marche nordique**

Le principe d'auto-arbitrage est appliqué afin de faire respecter les règles techniques édictées dans l'article 7.

Toute personne (concurrent, personne du public...) apportant une preuve filmée d'un concurrent courant ou ne respectant pas une des règles techniques de l'article 7 pourra être déclassée par l'organisateur après lecture de la vidéo et constatation du non-respect.

### **Article 10 : Calendrier prévisionnel 2019**

*(En gras les épreuves nouvelles inscrites au Challenge 2019)*

27 janvier : Trail de l'aqueduc (46) – Marche Nordique 11 km

**10 mars : Trail de la Belle mars (81) – Marche Nordique 15 km**

**23 mars : Nocturne du SATUC (31) – Marche Nordique nocturne 8 km**

31 mars : Montadavala Bastidien (81) – Marche Nordique 14 km

7 avril : Entre Save et Galop (31) – Marche Nordique 13 km

5 mai : Trail de Tauriac (81) – Marche Nordique 10 km

30 mai : Vignes et Châteaux (46) – Marche Nordique 10 km

23 juin : Foulées Braxéennes (31) – Marche Nordique 10 km

1er septembre : Trail des Dingos (31) – Marche Nordique 13 km

6 octobre : Trail du Cassoulet (31) – Marche Nordique 14 km

1<sup>er</sup> novembre : Semi des 13 villages (65) – Marche Nordique 10 km

**16-novembre : Trail des farfadets (32) – Marche Nordique nocturne 10 km**