



REGLEMENT

MERCANTOURMAN | XTREM Triathlon 2021

DATE 24 - 25 - 26/09/2021

CE REGLEMENT EST REDIGE PAR

l'association organisatrice Azur Tri - Athlé, section Baroudeur Team

QUI CONCERNE

les participants inscrits au MERCANTOUR MAN | XTREM Triathlon 2021 qui ont rempli et signé le bulletin d'inscription.

AINSI QUE

tout le staff encadrant, les bénévoles.

DIRECTEUR DE COURSE contact : Cédric AMAND, 3 Rue Centrale, 06440 Peille, 0627879055, coach@cedric-amand.com

EQUIPE ORGANISATRICE : Coralie Rospert, Cathy Behe, Stéphane Mério

CE REGLEMENT PEUT EVOLUER ET S'ADAPTER JUSQU AU JOUR DE L'EPREUVE C EST A DIRE JUSQU AU 25 SEPTEMBRE 2021.

HISTOIRE - DEFINITION DE L'EPREUVE :

Le MERCANTOURMAN est un Triathlon Extrême qui se déroule dans le plus beau Département de France : les Alpes Maritimes. L'épreuve est née en 2020 d'un défi personnel post COVID-19 que s'est lancé Cédric Amand : réaliser un Triathlon Aventure sous la forme d'une Traversée du Département 06 et plus afin de partir de la Méditerranée et de rejoindre Embrun. Vingt prétendants Aventuriers ont pu se joindre à ses côtés pour ce premier défi Triathlétique et ont fait office de pionniers pour cette épreuve hors norme.

LETTRE DE CEDRIC AMAND - ORGANISATEUR FONDATEUR (disponible sur le site internet officiel) :

LA LIBERTE EN RECOMPENSE

Le **Mercantourman XTREM Triathlon – projet initial** est une Aventure dans un univers extrême : la Montagne et Parcs Nationaux du Mercantour et Ubaye. Bien que réalisé sur des distances conventionnelles "ironman", le Mercantourman est une épreuve hors norme à fort dénivelé et qui se déroule dans l'univers montagneux. Nous ouvrons une voie dans le monde du Triathlon : celle de l'Aventure en autonomie avec suivi Live Tracking.

PROJET INITIAL QU'EST CE QUE C'EST ?

L'instabilité climatique permanente de la montagne (neige, épisode pluvieux violent, orage, tempête) m'oblige à vous sensibiliser face à cet univers qui peut avoir un impact direct sur le déroulement de l'épreuve (et ses conditions de participation ??). La liberté de n'être attaché à aucune commune politiquement et de gérer nos aires de transitions sur des espaces non matérialisés peut sauver la Traversée ! (Encore plus en ces heures covid-19). Nous devons rester malléable face au **projet initial** que nous menons. Nous l'avons prouvé dès la première édition en 2020 avec l'épisode neigeux qui nous a contraint à modifier intégralement les parcours vélo et trail. Nous respectons la nature, nous nous sommes adaptés et nous avons rejoint Embrun.

UN TRIATHLON AVENTURE, CA VEUT DIRE QUOI ?

L'identité du Mercantourman XTREM Triathlon est propre et unique, vous devrez partir de Méditerranée et tenter de rejoindre Embrun en nageant, en pédalant et en courant au travers du Département des Alpes Maritimes, du Parc National du Mercantour et des montagnes de l'Ubaye.

J'aime cette idée du défi sportif brut, dans le vrai, face à moi-même et les éléments. J'aime arriver de nuit sans qu'on acclame mon nom sur un tapis rouge, le tout dans une ambiance calme et sereine à l'image de mon Aventure. J'aime cette finisline dans la nuit calme et froide, les visages de mon Equipe Staff émus de cette traversée qu'ils ont vécu avec moi, leurs applaudissements retentissant clairement plus fort que cent personnes réunies au beau milieu de l'air brumeux.

GAGNEZ VOTRE LIBERTE EN BRANDISSANT VOTRE RUDIUS DE FINISHER

Partez l'esprit léger, en acceptant ce que la nature nous offrira comme terrain de jeu. Nous devons rester mobiles faces aux conditions météo afin de pouvoir déplacer T2 à notre aise. Déplacer T2 engendrerait des modifications intégrales des parcours vélo et trail. C'est l'essence même du Mercantourman de devoir accepter les conditions météo qui nous seront données. Nous avons une multitude d'options de Traversées que nous adapterons le cas échéant. C'est essentiel et crucial pour moi organisateur que vous compreniez la démarche de cette épreuve. Vous devez intégrer cette dimension et conception de l'Aventure sans matérialisation des espaces.

Je souhaite que les participants du Mercantourman partagent ses valeurs simples et qu'ils me rejoignent dans cette pratique noble du défi sportif en nature. Je vous présente donc le projet initial.

LA GRANDE TRAVERSEE DU MERCANTOUR

Le **Mercantourman XTREM Triathlon – projet initial** est une Aventure dans un univers extrême : la Montagne et Parcs Nationaux du Mercantour et Ubaye. Bien que réalisé sur des distances conventionnelles "ironman", le Mercantourman est une épreuve hors norme à fort dénivelé et qui se déroule dans l'univers montagneux. Nous ouvrons une voie dans le monde du Triathlon : celle de l'Aventure en autonomie avec suivi Live Tracking.

DESCRIPTION

Le **MERCANTOURMAN | XTREM Triathlon** est une traversée intégrale du Département des Alpes Maritimes qui prendra son départ à **Eze bord de mer** pour terminer à **Embrun**.

NATATION :

3,8K – Départ à 7h aux premières lumières du jour. La partie Natation sera une traversée qui prendra son départ de la magnifique plage située à **Cap d'Ail : plage de la Mala** afin de rejoindre **Eze bord de mer**. Une sortie à l'Australienne sera prévue sur la plage de **Saint Laurent d'Eze** au premier tiers du parcours.

Le port de la combinaison sera décidé en fonction de plusieurs critères :

- sécurité mise en place
- état de la mer
- température de l'eau
- une bouée de sécurité de nage en eau libre sera obligatoire

VELO ROUTE - projet initial si météo favorable :

210K – 5500md+ – en autonomie totale de T1 à T2.

Aucune aide extérieure autorisée. Vous devrez partir avec vos ravitaillements et/ou trouver vos ravitaillements dans les commerces en cours de route.

Le GPS est obligatoire car vous suivrez une trace GPX qui vous sera fournie quelques heures avant votre départ. Départ de Eze bord de mer; l'objectif sera de rejoindre les environs de Barcelonnette afin de traverser l'intégralité du Département du sud au nord.

Le parcours sera semé d'embuches, vous devrez franchir 4 cols majeurs afin d'atteindre le point culminant à 2800m au plus haut sommet d'Europe : la Cime de la Bonette.

Le prolongateur Triathlon est autorisé. Le drafting est interdit entre les concurrents inscrits en solo. Il est par contre autorisé pour les participants en équipe de deux en duo.

Votre équipe Staff Assistance devra gérer uniquement votre sécurité tout le long du parcours en vous suivant à distance respectable.

Note : L'équipe Staff Assistance est présente aux transitions afin de récupérer les effets personnels des athlètes à T1 et T2, gérer les ravitaillements à T1 et T2.

L'équipe Staff Assistance est autorisée à ravitailler son athlète uniquement au départ, aux transitions T1 et T2 et à l'arrivée. Elle n'est pas autorisée à ravitailler les triathlètes durant leur parcours vélo et course à pieds. Elle est autorisée à prendre des photos et vidéos sans perturber la circulation et la sécurité des cyclistes.

Si le staff n'est pas présent aux transitions des athlètes, ces derniers devront attendre leur présence avant de débiter leur épreuve afin que leur matériel soit sécurisé. Si ce point n'est pas respecté, des pénalités seront attribuées.

VELO ROUTE - projet initial si météo favorable :

238K – 5500md+ – en autonomie totale de T1 à T2.

IDEM à la partie vélo route ci-dessus.

Vous devrez avoir l'obligation d'être équipé de matériel Bikepacking (sacoche de selle, sacoche de cadre, sacoche de guidon au choix, sac à dos) afin de stocker :

- des vêtements chauds
- des vêtements imperméables
- vos ravitaillements divers de la journée et du lendemain matin.
- un sac de couchage + matelas autogonflant pour dormir.

COURSE A PIEDS :

42K – 1600d+ – en autonomie totale de T2 à l'arrivée.

Aucune aide extérieure autorisée. Vous devrez partir avec vos ravitaillements. Il est possible de trouver des ruisseaux pour remplir ses gourdes (mais tout dépendra de la météo).

Le GPS est obligatoire car une trace GPX vous sera fournie. Départ des environs de Barcelonnette et l'objectif sera de rejoindre Embrun en traversant une partie des massifs de l'Ubaye en Trail running. Il y aura une ascension jusqu'à 2700m et une descente pour rejoindre Embrun. (Le GPS de votre vélo peut faire le job si le zoom est fiable + ou - 50m ou votre montre GPS, c'est un choix. Vous devrez avoir votre téléphone sur vous avec la trace enregistrée en secours.)

Note : L'équipe Staff Assistance est responsable de ses athlètes et devra accueillir les afin de prévoir des vêtements de rechange chaud pour éviter l'hypothermie à l'arrivée, du ravitaillement liquide et/ou solide en cas de besoin.

RAVITAILLEMENT

Le Triathlon se déroulera à autonomie totale pour les participants. Ils devront évoluer avec leur propre réserve de ravitaillement durant les 3 disciplines notamment en vélo et course à pieds. Les achats de nourriture dans les commerces sur la partie vélo est autorisée par les participants.

L'équipe Staff Assistance est autorisée à ravitailler son triathlète uniquement dans les parties prévues à cet effet : départ et arrivée ainsi que les aires de transitions T1 et T2. En dehors de ces espaces et donc sur les différentes traversées natation, vélo et course à pied, l'équipe Staff ne pourra pas intervenir pour ravitailler son athlète qui devra être autosuffisant.

CLUB FINISHER - DUREE DE L'EPREUVE

Pour rejoindre le club des finishers de cette aventure, tu devras gagner ta liberté.

La durée limite est de 24h pour la version route.

La durée limite est de 41h pour la version gravel.

Vous serez tous finishers Baroudeur si vous parvenez à boucler le **MERCANTOURMAN | XTREM Triathlon** en ayant suivi les traces GPX fournies et en ayant été toujours visible sur le Live Tracking.

Pour décrocher votre Rudius (épée de bois) symbole de votre réussite de l'épreuve, vous devrez arriver à Embrun en moins de 24h pour la version route et en moins de 41h pour la version gravel. Les participants qui boucleront l'intégralité du parcours en plus de 24h ou 41h seront considérés Finishers mais ne gagneront pas le Rudius.

Ce n'est pas une compétition, nous vous le rappelons, c'est avant tout un défi personnel et une Aventure à boucler ! Respectez votre corps.

L'EQUIPE STAFF ASSISTANCE

Elle doit posséder un véhicule motorisé. Elle sera composée de 1 à 4 personnes responsables de la sécurité de son/ses athlète(s), et leur ravitaillement uniquement au départ, dans les aires de transition T1 et T2 et à l'arrivée.

Il est totalement exclu que l'équipe Staff Assistance puisse apporter une aide physique à son athlète qui pourrait améliorer sa performance physique. Exemple : pousser ou tirer son athlète en vélo et en course à pieds.

Aucune aide quelconque ne peut être apportée au triathlète sous peine de pénalité en temps ou de disqualification.

L'équipe Staff Assistance a pour mission de / est autorisée à :

- sécuriser son athlète sur les zones autorisées : aires de départ et arrivée + aires de transition.
- suivre le triathlète à distance respectable sur la partie vélo afin de veiller à sa sécurité et relayer les photos et/ou vidéos sur les réseaux sociaux en direct. Les équipes Staff Assistance doivent bien entendu respecter le code de la route, veiller à ne gêner ni les cyclistes et automobilistes. Nous vous rappelons que l'épreuve se déroule en circuit ouvert, vous devez tous respecter le code de la route.
- récupérer les effets personnels de son triathlète sur les aires de départ, les transitions T1 et T2 (combinaison, lunettes, bouée, vélo, casque, chaussures...etc) et d'arrivée. L'organisation ne sera pas responsable en cas de perte de matériel.
- gérer le SUIVI REPORTAGE média sur les réseaux sociaux : photos, vidéo, post divers.

INSCRIPTIONS & TARIFS :

SOLO - vélo route : 189€

234€ en optant pour l'assurance annulation et remboursement (covid, blessure ou impossibilité quelconque). Votre inscription 100% remboursée jusqu'au jour de l'épreuve si vous n'avez pas pu prendre le départ.

DUO - vélo route : 189€ / personne

234€ / personne en optant pour l'assurance annulation et remboursement (covid, blessure ou impossibilité quelconque). Votre inscription 100% remboursée jusqu'au jour de l'épreuve si vous n'avez pas pu prendre le départ.

SOLO - vélo gravel : 219€

264€ en optant pour l'assurance annulation et remboursement (covid, blessure ou impossibilité quelconque). Votre inscription 100% remboursée jusqu'au jour de l'épreuve si vous n'avez pas pu prendre le départ.

DUO - vélo gravel : 219€ / personne

264€ / personne en optant pour l'assurance annulation et remboursement (covid, blessure ou impossibilité quelconque). Votre inscription 100% remboursée jusqu'au jour de l'épreuve si vous n'avez pas pu prendre le départ.

Attention, à partir du 1er février le tarif sera majoré de 20%.

Note importante : Un chèque de caution d'un montant de 300€ est demandé à chaque participant à l'ordre de "VDS RACING" en cas de perte, vol ou détérioration des balises trackers qui seront mis à votre disposition durant toute la durée de l'épreuve.

PACK MEDIA SUIVI REPORTAGE

L'équipe Staff Assistance peut être composée également d'une équipe Média afin de superviser le suivi live de son athlète via les réseaux sociaux.

Entière gratuité Média si :

Les prises de photos et vidéos qui seront relayées sur les réseaux sociaux et dans la presse avant, pendant et après l'évènement concernent uniquement l'athlète. Seul l'athlète pourra être tagué et nommé grâce aux »@« et »#«. Il sera totalement exclu de taguer des Marques qui pourraient être assimilées à de la publicité commerciale. Si vous ne respectez pas cette règle, l'athlète sera redevable du coût média qui le concerne ou alors il sera mis hors course et ne sera pas considéré finisher et donc non classé. Nous veillerons au respect de cette règle, une équipe sociale média y sera consacrée.

Achat d'un Pack Média si :

Vous représentez une ou plusieurs Marques pendant le **MERCANTOURMAN | XTREM Triathlon**.

Toutes les prises de photos et vidéos qu'elles soient relayées sur les réseaux sociaux pendant et après l'évènement par des tagues »@« et »#«, ou qu'elles fassent parties d'un cumul de banque d'images afin de permettre la réalisation d'un montage de film publicitaire par la suite ou autre sera considéré comme de la Publicité Commerciale.

Si une équipe Média souhaite vous suivre afin de vous valoriser ainsi qu'une ou plusieurs Marque(s) au travers de l'évènement via les réseaux sociaux, montage de film ou tout autre retour publicitaire presse, nous vous invitons à acheter un Pack Média lors de votre inscription.

Si vous ne respectez pas cette règle, l'athlète sera redevable du coût média qui le concerne ou il sera mis hors course et ne sera pas considéré finisher et donc non classé. Nous veillerons au respect de cette règle, une équipe sociale média y sera consacrée.

- > coût pack média pour **une marque (un sponsor) : 62€**
- > coût pack média pour **deux marques (deux sponsors) : 114€**
- > coût pack média pour **trois marques (trois sponsors) : 155€**
- > coût pack média pour **quatre marques et plus (quatre sponsors et +): 206€**

CE QUE COMPREND L' INSCRIPTION

- Location du Tracker pour le suivi Live-tracking.
- Plateforme de suivi Live Tracking accessible au public, famille et participants (sur téléphone et ordinateur).
- Rudius (épée de bois) offert pour les finishers dans les délais demandés.
- Traces GPX des parcours vélo & course à pieds.
- Affichage des finishers sur le site internet officiel.
- Bière artisanale 33cl.
- Casquette cycliste officielle.
- Musette cycliste officielle.

CONDITIONS DE REMBOURSEMENT

1/ Les personnes ayant souscrits à l'assurance annulation seront remboursées en totalité des droits d'inscription (hors frais d'assurance et frais de tracking dès le 1/07/21) si elles n'ont pas pu prendre le départ de l'épreuve.

Au 1er juillet, seul 50% des frais liés au tracking pourront être remboursés soit 49€.

2/ Pour les personnes n'ayant pas souscrits à l'assurance, et pour être prise en compte et acceptée, votre demande de remboursement doit être faite avant le 11 avril 2021 et justifiée par une impossibilité médicale sous forme de certificat médical qui prouve votre impossibilité à participer à l'aventure.

Passé la date du 11 avril 2021, aucun remboursement ne sera possible. Si l'évènement devait être annulé pour des raisons météo extrêmes, problème sanitaire lié au covid ou autre, si vous ne pouvez assurer votre participation pour n'importe quelle raison, aucun remboursement ne sera possible.

PROGRAMME - ACCUEIL DES PARTICIPANTS ET HORAIRES :

- **Vendredi 24/09/21**

> RDV à 14h à T1 au port Silva Maris à Eze bord de mer : Accueil des participants.

> De 14h à 18h : vérification du matériel obligatoire pour l'aventure. Accéder au Port Silva Maris à pieds avec votre vélo monté et tout votre matériel obligatoire. (Vous ne pourrez pas descendre en voiture sur le port qui est privatisé)

> 18h (lorsque tout le monde sera arrivé avec matériel vérifié) : Présentation + briefing - consignes sur l'Aventure.

> 19h : Distribution des balises GPS.

Vous aurez l'obligation d'avoir tout votre matériel sur place afin de procéder aux différentes vérifications.

- **Samedi 25/09/21**

> 5h à 6h : Dépôt des vélos à T1 (T1 restera sécurisé).

> 6h30 à 6h50 : Préparation au départ natation à Cap d'Ail - Plage la Mala.

> 7h : Départ officiel.

- **Dimanche 26/09/21**

> du 25/09 à 23h59 - 0h00 au 26/09 à 23h59 - 0h00 : Accueil des finishers au Lac d'Embrun.

ACCUEIL DES ARRIVEES :

- **Mercantourman avec parcours vélo route :**

Le défi est de le faire en moins de 24h afin de gagner votre liberté et remporter votre

Rudius : épée de bois gravée du Gladiateur. Au delà de 24h, vous serez considéré finisher mais sans remporter le Rudius.

- **Mercantourman avec parcours vélo gravel :**

Le défi est de le faire en moins de 41h afin de gagner votre liberté et remporter votre

Rudius : épée de bois gravée du Gladiateur. Au delà de 41h, vous serez considéré finisher mais sans remporter le Rudius.

- **Dimanche 26/09/21 - Lundi 27/09/21**

> du 26/09 à 0h00 au 27/09 à 7h : Accueil des finishers au Lac d'Embrun.

Les arrivées auront lieu à proximité du Lac de Serre Ponçon à Embrun. Deux oriflammes symboliseront l'arrivée et votre équipe Staff Assistance devra être présente sur place pour vous accueillir. Vous devrez noter votre heure d'arrivée sur le carnet d'organisation qui sera placé à l'arrivée. Le Live Tracking permet de définir avec exactitude votre heure d'arrivée. Nous vous rappelons que si votre balise GPS n'est pas activée au moment de franchir la ligne d'arrivée, vous ne serez pas classé ou vous recevrez une pénalité qui se répercutera sur votre chrono final.

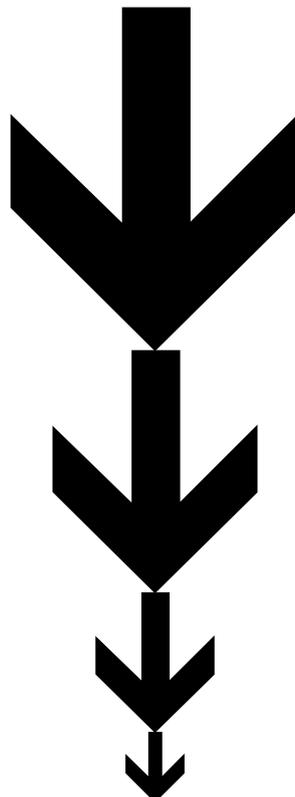
BON A SAVOIR :

1/ Pour ne pas partir stressé ou avoir de mauvaises surprises liées aux traces GPX, nous vous conseillons de bien connaître votre matériel de suivi.

2/ Les personnes équipées d'un GPS garmin etrex doivent s'assurer qu'ils ont l'intégralité de la trace. Il y a souvent des bugs à cause des fichiers trop lourds sur ces types de GPS. A vous à retravailler la trace qu'on vous envoie et à la raccourcir si nécessaire. Pour les etrex, la trace ne doit généralement pas dépasser 80K ce qui vous oblige à avoir plusieurs tronçons.

RESPECT DU CODE DE LA ROUTE ET REGLES DE SECURITE :

Vous vous engagez à respecter le code de la route sur l'ensemble de votre parcours. Vous avez l'obligation d'être visible la nuit grâce à un gilet jaune réfléchissant + lumière avant blanche + lumière arrière rouge. Tout ce système doit vous permettre de voir et d'être vu en vélo et en course à pieds.



CONDITIONS DE PARTICIPATION

Tout le matériel obligatoire fera l'objet d'une vérification lors du briefing la veille du départ. Si ce n'est pas conforme, vous pourrez ne pas avoir de balise GPS et être hors course.

> Durant la partie natation vous devrez utiliser une bouée de sécurité de nage en eau libre qui s'attache à votre taille (photo ci-dessous). Peu importe la marque, la bouée sera vérifiée au briefing et permettra de s'accrocher en cas de problème afin de permettre une flottaison.

Si vous en avez la possibilité, il est permis que votre équipe Staff Assistance vous suive durant votre épreuve de natation sans pour autant gêner les autres concurrents (paddle ou autre moyen de navigation aux normes).

Néanmoins, votre Staff Assistance qui sera une équipe de personne(s) dédiée(s) devra faire le nécessaire pour amener l'athlète/les athlètes sur l'aire de départ en Natation et ensuite se tenir prêt pour le début de l'épreuve vélo.



> Avant de débiter l'épreuve vélo, votre équipe Staff Assistance aura pris soin de récupérer tous les effets personnels du/des nageurs. Rien ne devra rester à T1, à Eze bord de mer.

La partie vélo sera sécurisée grâce à votre équipe personnelle Staff Assistance qui sera véhiculée et qui pourra effectuer le trajet avec vous.

Le cycliste doit bien évidemment respecter le code de la route en vigueur. L'équipe Staff Assistance devra venir en aide en cas d'accident, chute ou divers problèmes mécaniques et autres. Il sera bien évidemment interdit d'abriter le/les cycliste(s) du vent ou de le/les pousser dans les cols. Il n'y a pas d'arbitres sur le parcours, c'est à vous à respecter l'éthique du sport et le règlement. Si des faits de tricheries nous sont rapportés (exemple : cycliste à l'abris derrière la voiture, cycliste qui se tient au véhicule, qui se fait pousser ou tirer) appuyés avec des vidéos, il nous appartiendra de pénaliser l'athlète ou l'équipe (pénalité : addition de temps supplémentaire sur le classement final ou déclassement). Avant de débiter l'épreuve course à pieds à T2, votre équipe Staff Assistance devra récupérer tous vos effets personnels de la partie vélo du/des athlètes. Rien ne devra rester à T2 aux environs de Barcelonnette.

LES PARTICIPANTS ET L'EQUIPE STAFF ASSISTANCE ; ET CE DANS LE BUT DE POUVOIR PRENDRE LE DEPART S ENGAGENT A :

- à louer une balise de suivi Live tracking et fournir un chèque de caution de 300€.

- respecter le règlement de l'épreuve et s'y soumettre dès lors qu'il s'est inscrit et a rempli toutes les modalités d'inscription. Cela est aussi valable dès le départ de l'épreuve et jusqu'à l'arrivée.
- avoir au moins 18 ans à la date de l'épreuve.
- être présent au briefing de l'épreuve.
- ce qu'on vérifie tout le matériel obligatoire lors du briefing vendredi 24/09 : si vous n'êtes pas en possession de l'intégralité du matériel obligatoire, l'organisation ne vous laissera pas prendre le départ. Pas de balise GPS.
- être à l'heure fixée par l'organisation pour le départ de l'épreuve
- Nous fournir une attestation d'assurance en Responsabilité Civile avec assurance rapatriement en cas d'accident et comprendre l'obligation de souscrire à une assurance à ses propres frais afin de participer à l'épreuve et plus particulièrement pour couvrir pendant toute la durée de l'épreuve les éventuels besoins en secours. Il/Elle doit s'assurer que la/les police(s) d'assurance souscrite(s) couvre(nt) à une hauteur suffisante tous les éventuels risques de leur participation à l'épreuve et notamment en termes de maladie, d'accident-décès, et est tenu(e) d'apporter une attestation, à cet effet, à la connaissance de la direction de l'Épreuve au moins la veille du départ de l'épreuve.
- Nous fournir un Certificat Médical spécifique "... de non contre indication à la Pratique de ce Triathlon en compétition, spécifiquement pour le **MERCANTOURMAN | XTREM Triathlon 2021.**" (DISPONIBLE EN BAS DE PAGE)
- Signer une décharge de responsabilité en cas d'accident ou problème physique.
- Signer et attester avoir lu et compris le règlement de l'épreuve et de s'y soumettre.
- Prouvé avoir participé à au moins un Ironman dans les 2 dernières années ou une épreuve Ultra en running ou cyclisme justifiant votre capacité à participer. (étude sur dossier).
- Etre conscient de votre responsabilité en participant à cette aventure. Aucun service de secours, aucun ravitaillement ne sont prévus sur le **MERCANTOURMAN | XTREM Triathlon**. Vous le reconnaissez et l'acceptez en y participant.
- être responsable à ce que toutes les déclarations apposées sur le bulletin d'inscription ou tout autre document soient vrais et exacts. L'athlète reconnaît et assume la responsabilité en sachant que l'association a compté sur la véracité de ces déclarations en lui attribuant une place à l'Épreuve.
- se déclarer être en bonne santé et ne connaître aucune contre-indication physique ou mentale justifiant qu'il/elle ne pourrait pas s'engager et participer au **MERCANTOURMAN | XTREM Triathlon 2021.**
- assumer toutes les dépenses, frais, charges liées à la gestion de son équipe Staff Assistance que ce soit avant, pendant ou l'épreuve.
- respecter et se conformer immédiatement à toutes les instructions, les directives et les règlements donnés par ou au nom de l'association concernant l'organisation, la gestion, la sécurité et l'image de l'Épreuve à tout moment que ce soit.
- à être le seul responsable de l'état de son matériel, de son adaptation à l'aventure et aux rigueurs d'une telle épreuve, ainsi que tout autre équipement ou matériel que le participant souhaite utiliser. L'organisateur ne peut être tenu pour responsable en cas de casse, perte ou vol.
- devoir renoncer à tout propos diffamatoire et dérogatoire ou à participer aux événements qui, par leur nature, peuvent porter préjudice à la réputation, l'image ou la bonne volonté de l'association, l'épreuve ou tout partenaire commercial de l'Épreuve.
- donner son droit à l'image pour une exploitation publicitaire.
- se tenir informé des recommandations qui peuvent lui être faites sur le site internet de l'épreuve www.baroudeur.team , sur la page Facebook de l'évènement, par mail ou par texto.

-

- être équipé d'une combinaison néoprène si l'organisation l'oblige.
- être équipé d'une bouée de sécurité de nage en eau libre.

Bike :

- respecter le code de la route.
- porter son casque de cyclisme pendant toute la durée de l'épreuve.
- suivre la trace GPX.
- être équipé d'un GPS.
- être équipé d'un gilet jaune réfléchissant pour évoluer de nuit.
- être équipé d'une lampe avant blanche et arrière rouge en état de marche et autonomie suffisante.
- être équipé d'une couverture de survie par l'équipe Staff Assistance.
- être équipé d'une trousse de premiers secours par l'équipe Staff Assistance.
- être équipé d'une veste imperméable pour la partie vélo par l'équipe Staff Assistance. (indice d'imperméabilité minimum : 10000mm)
- être équipé de vêtements chauds destinés à la haute montagne par l'équipe Staff Assistance. (maillot ML chaud, gants, bonnets surtout. A déterminer suivant la météo du moment)
- être équipé de sacoches Bikepacking afin d'inclure tout votre ravitaillement solide, sac de couchage, matelas autogonflant.

Course à pieds - Trail :

- suivre la trace GPX.
- être équipé d'un GPS.
- être équipé d'un gilet jaune réfléchissant pour évoluer de nuit.
- être équipé d'un sifflet sur la partie trail.
- être équipé d'un camelback et une réserve de 1,5 litres d'eau sur la partie trail.
- être équipé d'une veste imperméable étanche sur la partie trail. (indice d'imperméabilité minimum : 10000mm)
- être équipé d'une couverture de survie sur la partie trail.
- être équipé d'une lampe frontale avec une autonomie suffisante (6h) sur la partie trail.
- être équipé d'une trousse de premiers secours.
- être équipé de vêtements chauds qui seront déterminés suivant la météo du moment.

L'ASSOCIATION ORGANISATRICE S'ENGAGE A

- à faire respecter le dit règlement de l'épreuve qui peut évoluer jusqu'au 24 - 25 - 26 septembre 2021.
- à informer tous les participants de l'évolution du règlement s'il devait en être le cas.
- vous offrir le précieux Rudius pour les finishers dans les délais (épée de bois), qui sera gravé et personnalisé.
- vous offrir une bière 33cl artisanale, une casquette officielle de cyclisme, une musette officielle.
- vous permettre un suivi de géolocalisation Live Tracking et tracker en ligne via une société de haute qualité. Toute votre famille, amis pourront vous suivre. Vous pourrez même savoir vous-même lors de votre course où sont les autres en téléchargeant l'application sur votre téléphone.
- vous faire apparaître dans la page "finisher 2021" sur le site officiel lorsque les classements seront édités.
- vous faire bénéficier d'une réduction de 40% sur la tenue officielle **BAROUDEUR TEAM**.

QUELQUES REGLES DE SECURITE EN MONTAGNE

Il est impératif et obligatoire pour participer au **MERCANTOURMAN | XTREM Triathlon** de prévoir des vêtements chauds dans les bagages de l'équipe Staff Assistance. **NE SOUS-ESTIMEZ JAMAIS LA MONTAGNE, VOUS ENGAGEZ VOTRE VIE SI VOUS N'ETES PAS EQUIPES.** Il vous appartient à vous et votre Staff de prévoir tout ce matériel afin de n'avoir aucune défaillance et éviter la mise en danger.

Règle 1 : être équipé chaudement et étanche haut et bas du corps.

Règle 2 : toujours avoir à boire et à manger sur soi.

Règle 3 : avoir une trousse de premier secours.

Règle 4 : un téléphone chargé avec batterie externe si nécessaire.

Règle 5 : avoir une couverture de survie.

Règle 6 : avoir un couteau multifonctions.

Règle 7 : avoir de quoi allumer un feu. (minimum allumettes et/ou briquet)

Règle 8 : avoir une lampe portable.

Règle 9 : si vous êtes pris dans un orage :

- vous essayez de vous abriter dans une habitation, une voiture ou sous quelque chose de solide qui n'attire pas la foudre et qui surtout ne risque pas de s'effondrer !

- vous évitez les structures métalliques ou antennes qui vont attirer la foudre.

- vous pouvez vous mettre en boule, les pieds isolés du sol afin de ne pas attirer la foudre et de ne pas être sur un sol conducteur.

- l'idéal est de redescendre si vous en avez la possibilité en attendant que l'orage passe. Evitez les points hauts et culminants.

- éloignez-vous de votre vélo.

RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT

Il va de soi que vous ne devez rien jeter sur votre passage. Aucun emballage quel qu'il soit ne doit être jeté intentionnellement ou malencontreusement. Nous comptons sur vous pour laisser une trace vierge de votre passage.

SECURITE - SUIVI GPS EN LIVE GRACE A UNE SOCIETE PROFESSIONNELLE SPECIALISEE

L'organisation tient à garder le lien 24h sur 24h avec tous les participants afin d'assurer la sécurité de l'Aventure. C'est pourquoi un service de Live Tracking de haute précision sera mis en place.

Vos proches, vous-même participant pourraient suivre le live grâce à un capteur GPS qui nous permettra de vous géolocaliser. Vous serez équipé d'un boîtier capteur qui sera actif tout le long de votre aventure. Nous saurons où vous vous trouverez et votre emplacement sera répertorié et enregistré sur une carte. Cela assure donc la sécurité pour l'ensemble des aventuriers triathlètes.

Note importante : Un chèque de caution d'un montant de 300€ est demandé à chaque participant à l'ordre de "VDS RACING" en cas de perte, vol ou détérioration des balise trackers qui seront mis à votre disposition durant toute la durée de l'épreuve.

SI ABANDON

Vous devrez vous signaler auprès de l'organisation et prévenir de votre abandon. Vous devrez rentrer par vos propres moyens et l'organisation ne met aucun véhicule à votre

disposition pour vous rapatrier. Vous êtes et restez autonome. Pensez simplement à nous prévenir en temps réel de votre abandon et de nous retourner la balise de tracking !

PENALITES

Si une infraction au règlement, au parcours, à l'éthique, à la sécurité est constatée durant l'épreuve, l'organisation se réserve le droit de vous dresser une pénalité en temps sur votre chrono final ou de vous exclure.

LES NUMEROS DE SECOURS A AVOIR SUR VOUS

France - numéro des pompiers : 18

Europe - numéro d'appels d'urgence : 112

Italie - numéro des secours : 118

RECONNAISSANCE DU RISQUE DE L'EPREUVE

Le participant et l'équipe Staff Assistance du **MERCANTOURMAN | XTREM Triathlon** reconnaissent que l'Épreuve est potentiellement dangereuse et comprend la traversée de certaines parties du territoire, du Mercantour, qui sont caractérisées comme étant des zones hautement dangereuses. De plus, le participant et l'équipe Staff Assistance sont parfaitement conscients et reconnaissent que la participation à l'Épreuve comprend un risque sérieux pour eux-même et leur santé, incluant sans s'y limiter, les risques d'accident, de graves blessures, qui peuvent provoquer la mort, des fractures, des blessures crâniennes, des traumatismes, douleurs, fatigue, déshydrations, la souffrance et le dommage de son matériel. Le participant et l'équipe Staff Assistance reconnaissent et assument pleinement la responsabilité de contrôler et d'entretenir la totalité de son matériel pendant toute la durée de l'Épreuve et que ce dernier soit en état pour une utilisation en toute sécurité.

Compte tenu de ces faits, le participant et l'équipe Staff Assistance assument tous les risques de perte, dommage, blessure, ou de mort qu'il peut subir et participera, à son propre péril, à l'Épreuve conformément à ce règlement.

L'association, ses représentants ou l'organisateur du **MERCANTOURMAN | XTREM Triathlon** 2021 ne seront pas responsables à l'égard du participant et de son équipe Staff Assistance pour leur mort, leurs dommages corporels ou les dommages quels que soient leur nature sur leurs matériels dû à leur participation à l'Épreuve ou autrement.

Dans aucune circonstance, l'association, ses représentants ou l'organisateur ne seront tenus responsables de la moindre perte directe, indirecte, réelle ou alléguée ou de perte en conséquence qu'elle soit l'origine, subie par le participant et/ou l'équipe Staff Assistance.

Le participant et l'équipe Staff Assistance seront redevables à l'association et assumeront la responsabilité pour les propres actes de négligence ou d'omission qui auront pu provoquer la mort, des blessures corporelles à une tierce personne ou des dommages matériels.

Le participant et l'équipe Staff Assistance s'engagent à indemniser l'association et la décharge de tous frais et dépenses, actions en justice, procédures et réclamations provoquées par le non-respect des engagements aux présentes ou provoqués par les actes ou omissions du participant et l'équipe Staff Assistance.

Le participant et l'équipe Staff Assistance doit souscrire pour lui-même une assurance décès, accident et de santé. Un exemplaire de la/les police(s) d'assurance doit/doivent être fourni à l'organisateur.

GENERAL & RAPPEL

Le **MERCANTOURMAN | XTREM Triathlon 2021** sera la seconde édition, c'est une Aventure extrême de Triathlon sans assistance. Les finishers seront récompensés d'un Rudius (épée de bois gravée) et un classement des finishers sera établi. C'est une épreuve de Triathlon qui engage votre propre responsabilité que vous reconnaissez en y participant. Vous avez pleinement conscience qu'aucun service de l'ordre (police, gendarme ou autre) ou de secours (pompier, médecin, infirmier ou autre) n'est mis en place tout au long du parcours pour assurer votre sécurité ou votre assistance en cas d'accident. Ce sera le rôle de votre équipe Staff Assistance de veiller à votre sécurité et santé. Vous êtes livrés à vous-même ce qui veut dire qu'il peut y avoir des conséquences négatives pour le participant et l'équipe Staff Assistance qui résultent de leurs propres décisions. Ces conséquences imprévues peuvent compromettre leur santé et amener même à la mort. Le participant et l'équipe Staff Assistance doivent être complètement conscients des risques à court-terme et éventuellement à long-terme pour leur santé résultant de leur participation.

Le participant et l'équipe Staff Assistance doivent être conscients que l'hôpital et/ou le centre médical le plus proche peuvent se trouver à plusieurs heures de la localisation d'où ils se trouvent au moment où ils/elles peuvent subir une blessure.

Le participant et l'équipe Staff Assistance doivent être conscients, que dans le cas d'un accident qui nécessiterait des soins spécialisés, il est possible qu'un centre médical adapté ne soit pas disponible dans la zone immédiate et qu'une évacuation médicale pourrait être nécessaire. Il appartient au participant et l'équipe Staff Assistance de se garantir pour couvrir des risques de mort, dommages corporelles et d'accès aux soins. Une attestation de la souscription d'une telle(s) police(s) d'assurance doit être présentée à l'organisateur avant le départ.

Le participant et l'équipe Staff Assistance reconnaissent et assument le risque associé à leur participation au **MERCANTOURMAN | XTREM Triathlon 2021**. Ils/elles déclarent avoir lu, compris, remplis et signé la DECHARGE DE RESPONSABILITE qui évoque la reconnaissance de risque encouru.

Le participant et l'équipe Staff Assistance reconnaissent et assument pour eux-même que la sécurité de tous les participants et de l'équipe organisatrice du **MERCANTOURMAN | XTREM Triathlon 2021** est primordiale. De plus, ils/elles reconnaissent que premièrement cette épreuve est une aventure humaine et deuxièmement un défi personnel.

En reconnaissance des éléments de sécurité de cette épreuve et faisant partie intégrale des obligations de sécurité impliquant chaque participant et l'équipe Staff Assistance, il sera fourni à chaque participant un boîtier GPS qui permettra un suivi GPS par satellite, cette reconnaissance sera assurée par une société spécialisée.



CERTIFICAT MEDICAL SPECIFIQUE DE PARTICIPATION

Je soussigné Docteur certifie que l'état de santé de :

M. / Mme / Mlle (nom + prénom)

ne présente aucune contre indication à la pratique de ce Triathlon longue distance

Extrême : le MERCANTOURMAN | XTREM Triathlon qui aura lieu le 24 - 25 - 26/09/21. Il se déroulera en autosuffisance et autonomie totale.

Fait à : Le :

Signature et tampon du médecin