

## RÈGLEMENT ESCRAPADE 2024

### L'Escrapade – 18ème édition

- Les chemins parcourus vous permettront de découvrir Journans, authentique village de vigneron niché au cœur du Revermont. Cette région de l'Ain offre des chemins très escarpés et des points culminants garantissant de très beaux paysages.

De la place du village, vous monterez sur les hauteurs de Sénissiat pour poursuivre jusqu'au Mont Rignat et sa vue à 360°. Après une descente à travers bois et prairies, vous aurez à remonter une côte raide atteignant la Croix de la Dent, pour rejoindre ensuite le hameau de Gravelles par un chemin au milieu des vignes sur la commune de St Martin du Mont. Avant d'atteindre la ligne d'arrivée, vous (re)découvrirez la source de la Reyssouze.

Les parcours des courses enfants empruntent les rues du village. La randonnée suit les parcours des courses.

Cette manifestation est organisée par le Sou des écoles de Journans. Elle a pour unique but de récolter des fonds afin de financer des activités extrascolaires : sorties, jeux, ateliers..

**Le Sou des Écoles remercie les communes de REVONNAS, TOSSIAT, ST MARTIN DU MONT, BOHAS-MEYRIAT, RIGNAT et JOURNANS pour leur aimable participation.**

### Course populaire 9 km - 260 m de dénivelé / Escrapade 21 km - 700 m de dénivelé lot offert aux 100 premiers préinscrits / Nombreux lots

### En pratique

#### Horaires des courses

A partir de 7H30 : randonnées 9 km et 21 km.

9h00 courses enfants : GS-CP (5-6 ans) : 600 mètres  
CE1-CE2-CM1-CM2 : Poussin : éveil athlétique : 850m  
6ème jusqu'à la 3ème : 1450 m : Benjamin – Minimes  
Classement à l'arrivée sans chrono (lot pour tous)

09h45 : départ du 21 km

10h30 : départ du 9km

12h30 : remise des récompenses

#### Accueil des courses et des randonneurs

Dès le samedi 13 avril de 14h à 18h / le dimanche 14 avril à partir de 7h30 jusqu'à 9h30 pour le retrait des dossards

- Retrait des dossards pour les préinscrits
- Inscription trail sur place avec majoration de 2€
- Inscription courses enfant et randonnées (uniquement sur place jusqu'à 9h pour le 21km et 10h30 pour le 9km – bulletin à télécharger sur le site de l'Escrapade.free.fr)

#### Ravitaillements prévus

Pour le 9km, un ravitaillement liquide est prévu au 6<sup>ème</sup> km à la Croix du Mont. Pour les 21km, un ravitaillement liquide à la Croix du Mont (6<sup>ème</sup> km) et un solide, à Gravelles (12<sup>ème</sup> km).

Ravitaillement pour tous les coureurs à l'arrivée.

Prévoir un gobelet individuel par coureur, aucun gobelet ne sera distribué sur les ravitaillements.

Pour la randonnée un « sac ravito » vous sera fourni à l'inscription.

#### Equipements obligatoires

Des équipements obligatoires sont demandés. Chaque coureur devra avoir une réserve d'eau, un téléphone portable, une couverture de survie et une veste imperméable.

**Douches** à la disposition des coureurs au camping de Journans si les mesures sanitaires les autorisent

**Restauration, buvette sur place pour tous**

#### Tarifs des courses

|                  |  |                           |
|------------------|--|---------------------------|
| A partir de 7h30 | Randonnées   | 5,00 €                    |
| 9h00             | Courses enfants 600 m et 850 m                             | 2,00 €                    |
| 9h15             | Courses enfants 1450 m                                     | 2,00 €                    |
| 10h30            | Course populaire 9 km (course ouverte à partir des cadets) | 9,00 € (11€ le jour même) |
| 9h45             | Escrapade 21 km (course ouverte à partir des juniors)      | 20 € (22€ le jour même)   |

Tous les départs sont donnés sur la place du village.

#### Inscriptions

**En ligne** (sportsnconnect.com) : jusqu'au 12 avril 2024 12h00 – les modalités se trouvent sur le site escrapade@free.fr

**Par correspondance** avec le bulletin d'inscription au dos (accompagné du règlement à l'ordre du Sou des Ecoles de Journans) et du certificat médical avant le 8 avril 2024 à l'adresse suivante : Claire-Adeline Puvilland - 33 rue du Puits, 01250 Journans

**Inscription sur place** : le samedi de 14h à 18h00 (sans majoration) et le jour de la course jusqu'à 9h30 (majoration 2 €). Toute inscription est ferme et définitive.

Elle ne pourra faire l'objet d'aucun remboursement.

Les bulletins d'inscription sont téléchargeables sur <http://escrapade.free.fr>

CNI demandée pour la randonnée, restituée à l'arrivée.

#### Participation

**Les licenciés** titulaires d'une licence sportive des fédérations suivantes : FFA, FSGT, UNSS ou Jogging Plus et PASS Running année 2023/2024 : photocopie licence à joindre

**Les non licenciés** titulaires d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique du sport en compétition, de la course à pied en compétition ou de pratique de l'athlétisme datant de moins d'un an le jour de la course ;

**Les licenciés de la Fédération sport adapté.**

#### Sécurité

Des secouristes seront au service des coureurs au centre du village. Un médecin et une ambulance seront présents sur les courses. Des signaleurs sont postés à chaque intersection importante.

#### Classement

Pour chaque course, les récompenses se feront de la manière suivante :

- 3 premiers scratch Hommes et Femmes
- 1<sup>er</sup> Homme et 1<sup>ère</sup> Femme catégorie cadet, junior, espoir, senior et vétérans (toutes sous catégories confondues)
- Classement spécifique sport adapté
- Pas de cumul de prix

Les remises de récompenses se feront à l'issue des derniers arrivés pour les deux courses vers 12h30, uniquement à la salle communale de Journans.

#### Droit à l'image / Environnement

Les participants autorisent sans limitation de durée les organisateurs à utiliser tout document ou photo sur lesquels ils pourraient apparaître à l'occasion de leur participation à cette manifestation.

Chaque participant veillera à respecter le milieu naturel.