



Challenge Occitanie Marche Nordique 2020



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 les marcheurs nordiques occitans, licenciés ou pas.

Les classements seront effectués par la société Chrono-Start, la promotion par le Pôle Running Events.

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 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 date de naissance, leur N° de licence, leur club, leur classement, leur temps) pour diffusion à 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)

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 seuls les 7 meilleurs résultats des épreuves 2020 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 à partir du classement scratch. Les catégories seront celles définies par la FFA au 1^{er} novembre 2019, à savoir Juniors (nés en 2001 et 2002), Espoirs (1998 à 2000), Seniors (1986 à 1997) et Masters (M0 1981 à 1985, M1 1976 à 1980, M2 1971 à 1975, M3 1966 à 1970, M4 1961 à 1965, M5 1956 à 1960, M7 1946 à 1950, M8 1941 à 1945, etc.)

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.

Les marcheurs nordiques assurant le rôle de référent sur une ou plusieurs épreuves obtiendront un bonus calculé sur la moyenne de leurs points obtenus lors de leur participation aux événements 2020 du Challenge.

Ex : 2 participations en tant que référent, 7 participations en tant que marcheur pour un total de 1988 points donneront un bonus de :

$(1988/7) = 284$ pts soit un bonus appliqué de 2×284 pts en fin d'année.

Pour l'épreuve longue de 19km de **l'Angelus Trail**, un barème spécial sera appliqué basé sur l'angelus de 19h sonné à la cathédrale de Cahors :

Arrivée entre 17h et 17h29'59s soit entre 1h30 et 2h avant l'angelus : bonus 600 points

Arrivée entre 17h30 et 17h44'59s soit entre 1h30 et 1h15 avant l'angelus : bonus 500 points

Arrivée entre 17h45 et 17h59'59s soit entre 1h et 1h15 avant l'angelus : bonus 400 points

Arrivée entre 18h et 19h : bonus 300 points.

Pour l'épreuve spécifique **ALBI RUN URBAIN** (17 avril) en 10km équipe ou 7km individuel, 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 insolite.

Article 4 : Le Classement

A l'issue de chaque épreuve, il sera établi un classement par catégorie (à afficher aux participants) et pas de classement scratch.

Un classement intermédiaire par catégories du Challenge sera établi par le Pôle Running Events après chaque épreuve disputée qui sera publié sur le site Internet du Pôle Running Events. 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. Seules **les 7 meilleures performances** seront prises en compte pour établir le classement final.

Le classement des épreuves ayant lieu après le changement de catégories intervenant le 1er novembre conservera les catégories de la saison 2019- 2020.

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 2020 ;
- 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).

Le challenge Occitanie Marche Nordique récompense les participants ayant obtenu le plus grand nombre de points sur 7 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 les 3 clubs les plus représentés seront récompensés au cours d'une soirée en décembre 2020.

Article 7 : 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 11 épreuves 2020 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.

Pour les clubs organisateurs, un nombre de points correspondant à la moyenne de leurs points obtenus aux épreuves précédentes leur sera attribué pour leur événement afin de ne pas léser les marcheurs nordiques du club impliqués dans l'organisation.

Article 8 : Les règles techniques fondamentales de marche nordique à respecter et rappelées au briefing d'avant-course par les référents

- L'utilisation de deux bâtons spécifiques "marche nordique" est obligatoire, à savoir équipés d'un gantelet spécifique adapté au lâcher et à la bonne reprise en main lors du mouvement des bras.
- 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 (distinction de la marche vis-à-vis de la course), le bras et la jambe doivent toujours être en opposition.
- 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 : NOUVEAUTE 2020 : Arbitrage des règles techniques de la marche nordique

Pour chaque épreuve du Challenge, des référents Marche Nordique (jusque trois par épreuve) équipés d'une chasuble officielle du Challenge seront présents afin de surveiller le bon respect des règles techniques de l'article 8. Ils pourront se déplacer à pied ou en vélo selon le parcours librement sans gêner les concurrents.

Ils auront pour rôle de rappeler aux marcheurs leurs écarts éventuels par rapport aux règles techniques et d'éventuellement les disqualifier en cas de non-respects répétés.

Ils réaliseront un rapide briefing technique à l'issue du briefing de l'organisateur afin de rappeler les règles techniques.

Article 10 : Calendrier prévisionnel 2020

- 12 janvier : Les Foulées du Malbec (46) – Marche Nordique 12 km
- 8 février : Trail des fontaines (46) – Marche Nordique nocturne 12 km
- 12 avril : Le souffle du Gers (32) – Marche Nordique 12.5km
- 17 avril : Albi Run Urbain (81) – Marche Nordique 7 km individuelle ou 10km en équipe
- 26 avril : Nordica'632 (31) – Marche Nordique 10 km
- 2 mai : Angelus Trail (46) – Marche Nordique 19 km
- 10 mai : Trail de Boudou (82) – Marche Nordique 10 km
- 14 juin : Arrats Trail (32) – Marche Nordique 12 km
- 5 septembre : Trail des Dingos (31) – Marche Nordique 14 km
- 27 septembre : Irréduc'Trail (31) – Marche Nordique 14 km
- 25 octobre : Téléthon des lacs de Saint Sardos (82) – Marche Nordique 13 km