



## 1<sup>ère</sup> Marche Nordique des Grands Arbres

**ÉPREUVE MARCHÉ NORDIQUE CHRONOMÉTRÉE 9,2 KM  
SAMEDI 29 AVRIL 2023  
DEPART 15H00 à SAINT PIERRE DES CORPS**

### ARTICLE 1 – PRESENTATION

Le 9,2 km Marche Nordique chronométrée des Grands Arbres ((5 boucles de 1,830km) est retenu pour le Challenge 37 Marche Nordique 2023 qui aura lieu le samedi 29 avril 2023. La marche nordique sera chronométrée dans le respect des règles de la Marche Nordique FFA (voir article 4) avec bâtons obligatoires. Elle sera encadrée par des Juges Marche Nordique, avec pénalité « temps », en cas de non-respect du règlement (voir article 3).

Départ : 15h00 sur le site des grands Arbres, quai de la Loire 37700 SAINT PIERRE DES CORPS

### ARTICLE 2 – ENGAGEMENT – CERTIFICAT MEDICAL

Les inscriptions à la Marche Nordique Chronométrée se font exclusivement en ligne sur le site internet du Comité FFA 37 (rubrique Engagements). Il n'y aura aucune inscription sur place.

La compétition est ouverte aux personnes ayant :

- Une licence FFA compétition,
- Une licence loisirs santé, elles devront alors, présenter un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la marche nordique en compétition.

Pour les non-licenciés merci d'envoyer un mail à : [ussp.athletisme@wanadoo.fr](mailto:ussp.athletisme@wanadoo.fr), avec nom, prénom, sexe, date de naissance et copie d'un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la marche nordique en compétition datant de moins de 1 an au jour de la compétition.

Les inscriptions seront clôturées le jeudi 27 Avril 2023 à minuit, soit 2 jours avant la course, afin de vous réserver le meilleur accueil et la meilleure organisation possible (merci de votre compréhension).

L'inscription est GRATUITE, seuls les 3 premiers Hommes et Femmes seront récompensés.

### ARTICLE 3 – RESPECT DES RÈGLES

La Marche Nordique s'adresse à des personnes préalablement initiées à l'activité selon le règlement Sportif de la Marche Nordique en Compétition. Le parcours s'effectuera en total respect avec l'éthique FFA Marche nordique.

À savoir :

- le pas de course est interdit,
- le centre de gravité ne doit pas être baissé anormalement,
- il ne doit pas y avoir deux pieds ni deux bâtons en l'air en même temps,
- les bâtons doivent être utilisés en poussée,
- les mains doivent dépasser le niveau des hanches.

Ces règles sont édictées dans le cadre de cette discipline sur un sol plat. Des juges habilités par l'Organisation circuleront sur le parcours. Ils se doivent de tenir compte dans leur jugement, du terrain accidenté : montée, descente, etc. afin d'apprécier le respect de la réglementation

#### **ARTICLE 4- JUGES**

Des juges habilités par l'Organisation circuleront sur le parcours pour vérifier le bon respect des règles techniques. Les juges pourront informer, conseiller les marcheurs, pour ajuster leur technique de marche. Ils seront souverains pour prendre les décisions concernant les pénalités. Les juges seront placés sous l'autorité d'un Chef Juge. En cas d'incident particulier (altercation entre marcheurs et juges), le Chef Juge prendra les décisions nécessaires en fonction de la gravité de l'incident (exclusion, rapport discipline).

#### **ARTICLE 5 – PÉNALITÉS**

En cas de pénalité, le marcheur effectuera sa ou ses pénalités (30 secondes/1 min etc..) dans un SAS situé avant la ligne d'arrivée. A la 4ème pénalité, le concurrent sera disqualifié par le Chef Juge.

La pénalité non réalisée sera sanctionnée par une addition de quatre minutes sur le temps global. Tout autre manquement au règlement fera l'objet d'une sanction décidée par le Jury de Course.

La mise « hors marche » pourra être prononcée par l'organisation si l'état de santé d'un marcheur lui paraît incompatible avec la poursuite du parcours.

Les réclamations sont recevables par écrit dans les 30 minutes après l'affichage des résultats (horaires notifiés). Le jury (Organisateur) est habilité à statuer dans le délai compatible avec les impératifs de la course sur tous les litiges ou disqualifications survenus durant l'épreuve.

#### **ARTICLE 6 – EQUIPEMENT OBLIGATOIRE**

- Une paire de bâtons de marche nordique

Site des grands arbres :

