



RÈGLEMENT / TRIFACE

SAMEDI 30 MARS 2024



Descriptif :

TRIFACE est un événement de ski de randonnée organisé par l'Office de Tourisme de La Grande Plagne en collaboration avec le Centre de Secours des Sapeurs-Pompiers de La Plagne le samedi 30 mars 2024.

Inscriptions :

- Inscription Monoface : 15€ dont 5€ reversés à l'ODP (Œuvre des Pupilles Orphelins)
- Inscription Triface individuelle : 20€ dont 5€ reversés à l'ODP (Œuvre des Pupilles Orphelins)
- Inscription Triface par équipe de 3 : 15€ par équipier dont 5€ reversés à l'ODP, soit 45€ par équipe dont 15€ reversés à l'ODP (Œuvre des Pupilles Orphelins)

Inscriptions en ligne sur <https://www.njuko.net/triface2024>

Clôture des inscriptions en ligne le jour de l'événement à 16h.

L'inscription comprend : un cadeau, un ravitaillement à chaque retour de boucle, la logistique (secours, balisage, chronométrage etc...), les remises de prix, une boisson offerte par l'Amicale des Sapeurs-Pompiers de La Plagne.

Retrait des dossards :

Chaque dossard sera remis individuellement à chaque participant sur présentation de sa pièce d'identité. Le dossard doit être correctement fixé sur le torse du participant à l'aide **d'épingles à nourrice** qu'il aura pris le soin d'amener avec lui. Cet élément doit être visible en permanence et en totalité pendant toute la course.

Les dossards seront à récupérer sur place sous la tente dédiée le samedi 30 mars de 15h00 à 17h30.

Les participants sont autorisés à faire la promotion de n'importe quelle marque sur leur casque ou vêtements mais sans jamais recouvrir le dossard.

L'organisateur est le seul à pouvoir attribuer les numéros de dossards.

Seront affichés sur les dossards : le numéro de dossard, les barrières horaires et le numéro du PC Secours (06.10.84.32.56)

Conditions de participation :

A- Règles générales

Les épreuves sont ouvertes à toute personne, homme ou femme, licencié(e) ou non, aux conditions définies ci-dessous :

- Être âgé de 16 ans et plus au 30/03/2024 (+ autorisation parentale pour les mineurs)
Un modèle d'autorisation parentale est téléchargeable sur la page dédiée à l'événement : <https://www.la-plagne.com/rendez-vous-a-la-plagne/rendez-vous/triface-1>

Pour le format compétition et le Challenge des Sapeurs-Pompiers (chronométré et classé) :

- Pour les non-licenciés et les licenciés étrangers : fournir un certificat médical de moins de 12 mois au jour de la course précisant la non-contre-indication à la pratique du ski de randonnée en compétition et vous devez être en possession d'une attestation d'assurance individuelle couvrant les risques liés à la pratique du ski de randonnée en compétition
- Pour les licenciés : Fournir la photocopie de la licence 2024 (FFME ou FFCAM/CAF)
- S'acquiescer du règlement de la course

Un modèle de certificat médical est téléchargeable sur la page dédiée à l'événement : <https://www.la-plagne.com/rendez-vous-a-la-plagne/rendez-vous/triface-1>

Le certificat médical ou la licence devront obligatoirement être fournis lors de l'inscription en ligne.

Pour le format loisir (chronométré et non classé) :

- Être en bonne forme physique
- Bénéficier d'une assurance individuelle couvrant les risques liés à la pratique du ski de randonnée

- S'acquitter du règlement de la course

B- Code de bonne conduite

Il est attendu de chaque concurrent un comportement respectueux et bienveillant vis-à-vis :

- De toute personne présente sur l'événement (organisation, autorités, bénévoles, piétons, familles, etc.)
- De l'environnement (pas de raccourci, pas d'abandon de déchets)
- En cas de chute d'un concurrent, il est de la responsabilité de chaque participant de s'arrêter pour donner l'alerte. Tout concurrent portant secours à un autre concurrent pourra demander au directeur de course de se voir réattribuer le temps perdu lors de l'assistance. Le sollicitant doit se présenter dans l'heure suivant son arrivée.

Procédure : espace-temps entre le 1er appel au numéro du PC Secours (06.10.84.32.56) situé dans les locaux du Stade de Slalom pour signaler l'incident et nouvel appel avant de repartir après prise en charge par l'équipe de secours (attention, une confirmation est nécessaire pour valider l'heure de départ sur site de l'accident)

La MONOFACE :

Le parcours est une montée sèche de Plagne Centre au sommet de la Grande Rochette.

Le départ est donné au pied du Stade de Slalom Jean-Luc Crétier à 18h00 en mass start avec les concurrents de Triface. Ce lieu est le point convergent et camp de base unique de l'événement Triface.

Données techniques de la montée sèche

Distance : 2.87km

Dénivelé : + 504m

Point de contrôle de l'arrivée : au sommet de la Grande Rochette

Secours : au sommet de la Grande Rochette

Ravitaillement : au sommet de la Grande Rochette

Barrière horaire pour redescendre à Plagne Centre : avant 20h15

Organisation :

Le départ se fera en masse au pied du Stade de Slalom de Plagne Centre, le retour se fera à skis au même endroit.

Un sas de départ sera mis en place pour tous les coureurs.

La montée s'effectuera obligatoirement avec les peaux et fixations en position montée.

La descente s'effectuera sans les peaux et avec les fixations et chaussures en position descente.

Le balisage de la course sera matérialisé par des jalonnets avec pastilles réfléchissantes.

Il n'y aura pas de remise de prix car c'est un format loisir avec un classement alpha, des lots seront tirés au sort au pied du Stade de Slalom de Plagne-Centre à la fin de la compétition de Triface.

En cas de conditions météorologiques perturbées, l'organisation se réserve le droit de modifier le tracé ou de reporter l'événement. L'organisation prendra toutes les dispositions nécessaires pour la sécurité.

Chronométrage & Barrières Horaires :

A- Chronométrage

Le format étant uniquement en loisir, la Monoface est chronométré et il y aura uniquement un classement alpha. Le départ se fera en mass start.

Chaque concurrent sera équipé d'une puce bracelet remise lors du retrait des dossards, à porter au poignet. Cette puce doit être obligatoirement retournée à l'organisation à la fin de la course. Le dossard doit être porté sur le torse ou la face avant d'une cuisse de manière visible.

B- Barrières Horaires

1 seule barrière horaire est mise en place au sommet de la Grande Rochette à 20h15. Après cette heure il ne devra plus y avoir de concurrent au sommet.

Classement :

Le classement sera édité par ordre alphabétique

Tirage au sort :

Un tirage au sort avec les numéros des dossards sera effectué après la remise des prix.

La course TRIFACE :

Le parcours de cette course est composé de 3 boucles successives dont les départs et arrivées se situent à Plagne Centre au pied du Stade de Slalom Jean-Luc CRETIER, point convergent et camp de base unique. Les participants choisissent pendant la course le nombre de boucle(s) qu'ils souhaitent réaliser. Le tarif de l'inscription est unique, que le participant réalise 1, 2 ou 3 boucles :

| | Grande Rochette <i>Boucle 1</i> | | Verdons <i>Boucle 2</i> | | Becoin <i>Boucle 3</i> | | TOTAL FINISHER <i>Boucles 1 + 2 + 3</i> |
|---------------------------|------------------------------------|----------------|----------------------------|----------------|---------------------------|----------------|--|
| | Montée | Descente | Montée | Descente | Montée | Descente | |
| Distance | 2,87 km | 2,13 km | 2,32 km | 2,17 km | 1,23 km | 1,11 km | Montée = 6,42 km Descente = 5,41 km |
| Dénivelé | + 504 | - 504 | + 486 | - 486 | + 319 | - 319 | D+ = 1309 m |
| Points de contrôle | Sommet | | Sommet | | Sommet | | |
| Secours | <i>Sommet</i> | <i>Arrivée</i> | <i>Sommet</i> | <i>Arrivée</i> | <i>Sommet</i> | <i>Arrivée</i> | |

Un ravitaillement se trouvera au départ et à l'arrivée de chaque boucle au pied du Stade de Slalom de Plagne-Centre.

➤ Ordre obligatoire des Boucles :

1. Grande Rochette
2. Verdons
3. Bécoin

➤ Date et lieu de départ :

Le Départ de la course se fera au pied du stade de slalom Jean-Luc Crétier de Plagne Centre à 18h00 le samedi 30 mars 2024.

Organisation :

Le départ se fera en masse au pied du Stade de Slalom de Plagne Centre, le retour se fera à skis au même endroit.

Un sas de départ sera mis en place pour tous les coureurs.

Les coureurs devront passer par tous les points de contrôle définis par l'organisateur.

Les montées s'effectueront obligatoirement avec les peaux et fixations en position montée.

Les descentes s'effectueront sans les peaux et avec les fixations et chaussures en position descente.

Le balisage de la course sera matérialisé par des jalonnets avec pastilles réfléchissantes.

Les coureurs devront enlever leurs peaux en haut de chaque sommet dans la zone dédiée.

La remise des prix aura lieu au pied du Stade de Slalom de Plagne-Centre à la fin de la compétition.

En cas de conditions météorologiques perturbées, l'organisation se réserve le droit de modifier le tracé des différentes boucles ou de reporter l'événement. L'organisation prendra toutes les dispositions nécessaires pour la sécurité.

Cumul des distances :

Boucle 1 = 504 m D+

Boucle 1 + 2 = 990 M D+

Boucles 1 + 2 + 3 = 1309 D+

Chronométrage & Barrières Horaires :

C- Chronométrage

Le format « compétition » de l'événement TRIFACE est chronométré. Le départ se fera en masse.

Chaque concurrent sera équipé d'une puce bracelet remise lors du retrait des dossards, à porter au poignet. Cette puce doit être obligatoirement retournée à l'organisation à la fin de la course. Le dossard doit être porté sur le torse ou la face avant d'une cuisse de manière visible. Que ce soit sur le format loisir ou compétition, au départ des Boucles

2 et 3, une personne de l'organisation poinçonnera la case du dossard correspondant au numéro de la boucle que le participant effectuera. Il est impératif que le concurrent ralentisse ou s'arrête afin que l'organisation puisse remplir cette mission.

Concernant les équipes engagées, chaque membre aura un dossard (ex. : 1-6500 pour le participant s'élançant sur la Boucle 1, 2-6500 pour celui s'élançant sur la Boucle 2 et 3-6500 pour le participant s'élançant sur la Boucle 3). **Toutefois, il est impératif que les membres de l'équipe se transmettent la puce bracelet de chronométrage entre chaque boucle sous forme de relais dans la zone mixte prévu à cet effet. Dans le cas contraire, la société de chronométrage sera dans l'impossibilité de cumuler le temps des 3 boucles. L'équipe sera donc disqualifiée.**

D- Barrières Horaires

Des barrières horaires sont fixées par mesure de sécurité, afin de limiter des temps de parcours trop longs qui pourraient engendrer des dangers pour les coureurs, notamment en cas de changement de météo en altitude.

Barrière horaire Départ Boucle 2 : 19h15

Barrière horaire Départ Boucle 3 : 20h30

Ces barrières horaires sont également notées sur chaque dossard.

Classement :

Le classement comporte les catégories et podiums suivants :

| Compétition | Classement | Trophées | | | Lots | | |
|---|------------|----------|------|------|----------|------|------|
| | | 1ère/1er | 2ème | 3ème | 1ère/1er | 2ème | 3ème |
| FINISHER BOUCLE 1 + 2 + 3 - Dames | X | 1 | 1 | 1 | X | X | X |
| FINISHER BOUCLE 1 + 2 + 3 - Hommes | X | 1 | 1 | 1 | X | X | X |
| FINISHER BOUCLE 1 + 2 + 3 - Par équipes de 3 - Dames | X | 1 | | | X | X | X |
| FINISHER BOUCLE 1 + 2 + 3 - Par équipes de 3 - Hommes | X | 1 | | | X | X | X |
| FINISHER BOUCLE 1 + 2 + 3 - Par équipes de 3 - Mixte | X | 1 | | | X | X | X |
| | | | | | | | |
| Dont Challenge des Sapeurs-Pompiers | Classement | Trophées | | | Lots | | |
| | | 1er | 2ème | 3ème | 1er | 2ème | 3ème |
| FINISHER BOUCLE 1 + 2 + 3 - Dames | X | 1 | 1 | 1 | X | X | X |
| FINISHER BOUCLE 1 + 2 + 3 - Hommes | X | 1 | 1 | 1 | X | X | X |
| FINISHER BOUCLE 1 + 2 + 3 - Par équipes de 3 - Dames | X | 1 | | | X | X | X |
| FINISHER BOUCLE 1 + 2 + 3 - Par équipes de 3 - Hommes | X | 1 | | | X | X | X |
| FINISHER BOUCLE 1 + 2 + 3 - Par équipes de 3 - Mixte | X | 1 | | | X | X | X |

Aucun classement ne sera édité pour les formats loisir de la Monoface et de la Triface.

Les résultats seront consultables sur www.triface.ski ou www.la-plagne.com dès le lundi 1 avril 2024.

La présence à la remise des prix est obligatoire pour les vainqueurs. Aucun trophée, ni lot ne sera envoyé.

Tirage au sort :

Un tirage au sort avec les numéros des dossards sera effectué après la remise des prix (les numéros de dossards des personnes déjà récompensées seront sortis du tirage) pour gagner des lots supplémentaires.

POUR LES 2 COURSES

Disqualification ou pénalité :

Les infractions suivantes seront sanctionnées par une mise hors course ou une pénalité de temps :

- Non-respect du règlement de course
- Absence sur un contrôle de passage
- Circulation en sens inverse du circuit
- Non-respect du parcours
- Absence de matériel obligatoire pendant la course

- Refus de céder le passage par un concurrent rattrapé
- Jet de déchets
- Non-respect des logos des sponsors présents sur le dossard
- Non-respect du personnel de l'organisation (signaleurs, secouristes...)

Dans le cas d'infractions commises non référencées dans la liste ci-dessus, l'organisation se réserve le droit d'appliquer des pénalités.

Matériel obligatoire :

- Tenue complète adaptée au ski de randonnée en nocturne
- Matériel complet de ski de randonnée (skis, peaux de phoque, bâtons...)
- Lampe frontale
- Casque (obligatoire pour la descente uniquement, casque d'escalade autorisé)
- Sifflet
- Couverture de survie
- Téléphone portable chargé et allumé pour pouvoir prévenir les secours
- Minimum d'eau (0,5 L)
- Réserve alimentaire selon sa propre autonomie (barres énergétiques, fruits secs, sucre...)

Matériel conseillé :

- Kit de couteaux adaptables à vos skis de randonnée
- Kit de premiers secours

Législation :

L'événement n'est enregistré auprès d'aucune fédération et n'est régi par aucune autre règle que le présent règlement.

La participation à TRIFACE implique l'acceptation expresse et sans réserve par chaque concurrent du présent règlement.

Assurance :

Responsabilité civile :

L'organisateur souscrit une assurance responsabilité civile pour la durée de l'épreuve. Cette assurance responsabilité civile garantit les conséquences pécuniaires de sa responsabilité, de celle de ses préposés et des participants.

Individuelle accident :

Chaque concurrent doit être en possession d'une assurance individuelle accident couvrant d'éventuels frais de recherche et d'évacuation en France. Une telle assurance peut être souscrite auprès de tout organisme au choix du concurrent, et notamment auprès de l'assurance GBC Montagne :

L'assurance et l'assistance Impact Multisports couvre les sportifs, amateurs ou assidus, résidents de l'Europe lors de la pratique d'une activité sportive et ce, sans limite d'altitude.

Les garanties s'appliquent à toutes les activités sportives (sauf exclusions à consulter sur le site internet dans la partie FAQ)

Ce contrat vous est proposé, soit à la journée, soit à l'année suivant la formule choisie.

Pour 3,95€ par jour et par personne pour la France, 75€ à l'année par personne pour l'Europe et 215€ à l'année pour la famille dans le monde, vous bénéficierez des principales garanties suivantes :

- Une couverture Assistance – rapatriement, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7,
- Une garantie Frais de Recherche et de secours y compris hélicoptère, à hauteur de 30.000€ et ce, sans limite d'altitude,
- Le remboursement des forfaits de sports et de loisirs,
- Une garantie Individuelle Accident,
- Une garantie Frais de soins

Vous pouvez consulter les garanties complètes sur :

[Cliquez sur ce lien pour consulter les offres : www.impact-multisports.com](http://www.impact-multisports.com)

Le concurrent déclare sur l'honneur avoir pris connaissance du règlement et des modalités cités ci-dessus et décharge l'organisateur de tous les problèmes susceptibles de survenir durant le déroulement de la course.

Office du Tourisme de la Grande Plagne

Tel : 04 79 09 02 01

