

## 24 Xtreme - Règlement & Informations générales

• La 24h Xtreme ne ressemble en rien aux courses à obstacles traditionnelles que vous avez pu vivre. Merci de prendre connaissance de l'entièreté de ce document et de vous y conformer.

### Matériel obligatoire

#### Casque



Casque de vtt ou spéléo: ce sont ceux qui sont le plus utilisés depuis l'organisation de cette course. Obligatoires dans les souterrains du fort, ils vous protégeront des plafonds très bas et donc des possibles blessures à la tête.

Libre à vous de le retirer une fois en extérieur mais le non-port du casque dans les passages souterrains entraînera une élimination de votre équipe.

#### Sifflet



Il doit uniquement être utilisé afin de nous signaler votre présence en cas de problème.

Si nous constatons qu'un membre de l'équipe utilise cet accessoire dans un but non-préventif, nous éliminerons l'équipe.

#### Couverture de survie



En espérant qu'elle ne vous servira pas.

Par sécurité, nous vous demandons néanmoins de toujours la porter durant la course.

#### Lampe frontale



Certains passages dans le fort sont peu voire pas éclairés: votre lampe frontale sera nécessaire pour évoluer sans risque.

L'ensemble du binôme en course doit avoir sa lampe allumée. Pensez à prévoir que celle-ci soit bien chargée.

### Horaire de retrait des dossards

Le samedi **23 février 2019** à partir de **12h00**.

L'ensemble de l'équipe devra être présente avec :

- **carte d'identité**
- **matériel obligatoire**

Seulement une fois **l'équipe validée**, vous pourrez vous installer dans la zone camping.

## Parcours & Balisage

- Le parcours se rapprochera des **5 km**, ceci est une estimation au plus proche de la réalité, il n'est pas possible de mesurer précisément les passages dans les souterrains du fort.
- Dès le départ, nous vous ferons faire le tour des remparts du fort ( 400m ) avant de vous élaner réellement sur le parcours complet.
- Les obstacles 1 et 2 lors de votre premier tour seront fermés pour éviter d'avoir des temps d'attente en début de course.
- Un balisage blanc avec écriture noire sera présent sur l'ensemble du parcours. Nous ajouterons la nuit des bâtons lumineux qui vous serviront de repère.
- Nous vous demanderons bien évidemment de **respecter le balisage**, de ne pas essayer de couper à travers pour éviter quelques obstacles et ainsi essayer de gagner du temps ou économiser de l'énergie sur vos adversaires.
- **Le binôme en course devra toujours courir ensemble**, jamais plus de 5m entre vous.

## Chronométrage & Relai

- **Chaque duo en course devra porter la puce chronométrage** obligatoirement à la **cheville** et la présenter au stand chronométrage à chaque tour.
- **Plusieurs tapis de chronométrage** seront mis en place sur le parcours pour détecter les éventuelles tricheries. Ces zones de contrôle seront visible car rétrécies et délimitées par un couloir de barrières. Il est clair que **chaque duo devra obligatoirement passer par ces contrôles chronométrages**, sous peine de disqualification.
- Pour les **équipes engagées à 4 ou 6**, les **relais devront se faire obligatoirement après la ligne d'arrivée, dans l'espace prévu pour les relais**. En aucun cas, vous ne pourrez vous relayer dans le camping ou un autre endroit sur le parcours sous peine d'élimination.
- Un relai correct s'opère en **cédant la puce chrono à votre relayeur** et que celui-ci l'ait **attachée avant de reprendre la course**.
- En cas de perte de la puce chronométrage, pas de panique, terminez votre tour et signalez-le de suite au stand chronométrage. Une nouvelle puce vous sera attribuée.

## Encadrement

- Des marshalls seront présents sur l'ensemble des obstacles. Leur tâche ne sera pas simple, **nous vous demanderons de les respecter, de respecter les règles mises en place sur chaque obstacle et d'appliquer les pénalités**.

## Sécurité & Service médical

- **Un poste médical sera installé dans une des pièces du fort**, proche de la ligne d'arrivée. Vous avez un coup de mou, une douleur ou une blessure, n'hésitez pas à aller trouver le service médical.
- **Si une blessure survient** sur un obstacle, **prévenez directement le marshall**. Le staff médical sera seul juge par rapport à la gravité de la blessure et vous devrez respecter sa décision.

## Barrière horaire

- **2 barrières horaires** à respecter pour éviter l'élimination de l'équipe.
  - A 23h, 10 tours devront être accomplis et à 7h du matin 17 tours.
  - La nuit c'est fait pour se reposer, mais pas à la 24h Xtreme.

## Epreuve de nuit

- Une **épreuve de réflexion sera fixée à partir de 3h du matin**
- **Cette épreuve devra être présentée obligatoirement.** A l'endroit de l'épreuve ( 100m avant la ligne d'arrivée ) et dès 3h du matin, nous stopperons les binômes arrivant sur la zone.
  - Une énigme sera projetée sur les remparts du fort. Vous avez la bonne réponse, vous continuez. Vous ne trouvez pas, vous ne bougez pas et les autres équipes pourront ainsi gagner du temps sur vous.
- **L'équipe ne se présentant pas à cette épreuve avant 4h30 du matin sera éliminée.**

## Survie & Campement

- La **24h Xtreme** est une **course d'obstacles d'endurance** mais **également de survie.**
- Chaque équipe devra pouvoir gérer de manière autonome son campement et son alimentation durant l'ensemble de l'épreuve.
  - Vos véhicules ne pourront en aucun cas servir d'abri pour la nuit, nous ferons des petites rondes pour vérifier cela.
  - L'organisation mettra à disposition un espace de prairie pour établir votre campement.
  - Des toilettes et urinoirs seront installés sur cette zone, merci de respecter ces lieux...vous serez les seuls à les utiliser.
- Pour la sécurité de tous, **nous interdisons** :
  - groupe électrogène
  - système de chauffage au gaz
  - feu de bois à même le sol
  - aide extérieure ( ami...)
  - voiture, mobilhome ou camping car dans le camping, les véhicules resteront à rue
  - alcool & drogue
- **Nous autorisons** :
  - feu de bois dans brasero
  - petit réchaud ou butagaz pour chauffer votre alimentation
  - tonnelle et tente, attention ancrage obligatoire

## Ravitaillement

- Comme vous le savez, la 24h Xtreme c'est une course d'endurance mais également de survie. Votre équipe devra être autonome durant 24 heures à tous les niveaux et surtout sur l'alimentation et l'hydratation. Néanmoins, nous mettrons en place un petit ravitaillement avec produits liquides et solides.

## Cas éliminatoires

- Matériel obligatoire non porté
- Non-respect des limites fixées par le balisage
  - Tricherie
- Non-respect des consignes des marshalls
  - Eviter un ou plusieurs obstacles
  - Relai non-conforme
  - Refus d'application des pénalités
  - Consommation d'alcool ou de drogue
- Non présentation de l'épreuve obligatoire de nuit
  - Barrières horaires non réussies
- Utilisation des véhicules extérieurs pendant les 24 heures

## Fin de la course

- Une fois les 24 heures de course atteintes, nous vous arrêterons dans votre ordre d'arrivée à plusieurs endroits du parcours afin d'établir un classement au plus proche de la réalité.
- Nous indiquerons votre numéro d'équipe et la distance où vous étiez sur le parcours, une fois cela fait vous pourrez terminer votre tour mais sans être comptabilisé.

## Propreté

- Nous vous demandons de **rendre votre zone de campement propre**.
- Nous n'avons pas besoin de vos boîtes de cassoulet ou raviolis, idem pour les couvertures pleine de boue, les lingettes ou encore vos tentes cassées.
- **Un container se trouvera juste à la sortie du campement**, c'est à cet endroit que vous pourrez entreposer de manière correcte vos déchets.
- Les douches ne seront accessibles qu'en fin d'épreuve. **Merci de respecter les lieux, ne pas nettoyer vos vêtements et chaussures dans les douches ou lavabos**. Mettez vos affaires sales dans un grand sac et reprenez tout cela chez vous.

