

La Nordique de Lorient

1er mars 2025

Quatrième édition, label National.

Règlement

Préambule :

Portée par le LAC (Lorient Athlétisme Club), « La Nordique de Lorient » de 2025 est une compétition de Marche Nordique, encadrée par un jury de la Fédération Française d'Athlétisme (FFA). L'édition de 2025 est labellisée National et intégrée au challenge Marche Nordique Tour Compétition. **Cette compétition est qualificative pour les championnats de France de Marche Nordique.**

Cette compétition est aussi la troisième du challenge de marche nordique de Bretagne 2024/2025.

Le règlement de la « Nordique de Lorient » reprend les dispositions réglementaires de la MNC en Circuit qui reste applicable dans son intégralité. Ce règlement (Marche Nordique en Compétition) est joint au présent document et est consultable sur le site de la FFA par le lien :

[Règlement Marche Nordique 01.09.2023](#)

Art 1 : Organisation

La Nordique de Lorient se déroule, **le samedi 1er mars 2025**, au sein du Stade Pouillot, allée du village de Kérulvé à LORIENT. Cette journée dédiée à la Marche Nordique est organisée selon les dispositions prévues par la réglementation de Marche Nordique de la Fédération Française d'Athlétisme (FFA). Les caractéristiques de l'épreuve de compétition répondent aux critères de la Marche Nordique Compétition en Circuit (MNCC).

Art 2 : Définition de la marche nordique

La Marche Nordique consiste à propulser le corps à l'aide des quatre membres. Il s'agit d'accentuer le mouvement naturel des bras pendant la marche et de propulser le corps vers l'avant à l'aide de deux bâtons qui permettent d'aller plus vite et plus loin. L'utilisation de bâtons «Marche Nordique» est obligatoire. A chaque instant, un pied et un bâton doivent être en contact avec le sol. Le pas de course et la technique de la marche athlétique sont interdits.

Les concurrents respecteront la gestuelle définie dans le règlement de la marche nordique compétition. Ce règlement est affiché à l'accueil des concurrents et de façon dématérialisée sur le site de « La nordique de Lorient ».

Art 3 : Épreuves et circuit

3.1 L'épreuve de compétition, un parcours de Marche Nordique en Compétition de 12,5 km.

L'épreuve de Marche Nordique en Compétition se déroule sur un circuit 100% nature dans le périmètre du Stade Pouillot à LORIENT (allée du village de Kérulvé). Elle se déploie sur une boucle de 2500 m de longueur environ parcourue cinq fois, soit une distance totale de 12,5 km environ.

Le départ Hommes est prévu à 14 heures. Le départ femmes est prévu à 14h05.

Nouveau.

Le départ s'effectuera par couloir. Chaque club qui présente au minimum 4 personnes se voit attribué un couloir. La largeur des couloirs s'établit au prorata du nombre participants par équipe. Leur emplacement est attribué par ordre décroissant du plus grand au plus petit nombre de participants, respectivement de la corde à l'extrémité de la ligne de départ. La position de chaque équipe est précisée par l'organisateur à la remise des dossards. Un couloir, en extrémité de la ligne de départ, est réservé aux inscrits ne répondant pas aux critères définis ci avant. Les couloirs sont délimités par un marquage au sol. Le non-respect de ces dispositions entraîne la disqualification immédiate de l'épreuve.

La compétition est encadrée par un jury FFA.

Le jury officiel FFA veille au bon déroulement de l'épreuve. La mise hors course d'un marcheur peut être prononcée en cas de non-respect du règlement, ou même en cas de comportement non sportif ou dangereux pour les autres marcheurs. En outre, la mise hors course peut être prononcée par l'organisation si l'état de santé du marcheur lui paraît incompatible avec la poursuite de l'épreuve. L'avis du comité d'organisation est souverain.

Le compétiteur doit respecter le règlement dont voici le lien :

http://marche.athle.com/upload/ssites/001183/marche_nordique/2023/reglement_mnc_01.09.2023.pdf

3.2 La marche loisir : un parcours Marche Nordique Open.

La Marche Nordique Open se déroule sur un circuit de 7,5 km, 100% nature dans le périmètre du Stade Pouillot à LORIENT (allée du village de Kérulvé). Cinq boucles de 1,5 km . La marche nordique open sera encadrée par des entraîneurs diplômés et des juges pédagogiques FFA incitant au bon geste.

*L'inscription à la marche Nordique Open donne droit à la participation à l'atelier de perfectionnement prévu de **10h30 à 11h30**.*

Le départ femmes et hommes est prévu à 11 heures 30.

3.3 L'atelier d'initiation à la Marche Nordique.

*Un atelier découverte de la pratique de la Marche Nordique est proposé **de 11h à 12h**. Il est encadré par des entraîneurs diplômés FFA. Il n'est pas requis de certificat médical pour accéder à cette initiation.*

3.4 L'atelier de perfectionnement à la Marche Nordique.

*Un atelier de perfectionnement de la pratique de la Marche Nordique est proposé **de 10h30 à 11h25**. Il est encadré par un entraîneur diplômé FFA. Il est accessible à tous les inscrits à la marche Open. Cet atelier est orienté échauffement/étirement/mobilité.*

Art 4 : Licence et conditions de participation.

4.1 Accès à la Marche Nordique en Compétition.

L'accès à la MNCC est ouvert aux licenciés FFA, Athlé Running, Athlé Compétition et aux personnes ayant effectué le Parcours de Prévention Santé (PPS) qui consiste à répondre au questionnaire santé accessible via la plate-forme FFA dédiée (cf. <https://pps.athle.fr/>) conformément à la réglementation en cours.

Pour être valable, le PPS doit avoir été effectué au maximum trois mois avant la date de la manifestation à laquelle la personne souhaite s'inscrire.

Le site d'inscription propose le lien vers le questionnaire du PPS lors de l'inscription.

Cette réglementation est identique aux autres disciplines FFA hors stade.

Le port du maillot du club est obligatoire pour pouvoir participer et être classé par équipe.

4.2 Accès à la Marche Nordique Open.

La participation à la marche open est accessible aux personnes ayant effectué le Parcours de Prévention Santé (PPS) qui consiste à répondre au questionnaire santé accessible via la plate-forme FFA dédiée (cf. <https://pps.athle.fr/>) à la réglementation en cours.

Pour être valable, le PPS doit avoir été effectué au maximum trois mois avant la date de la manifestation à laquelle la personne souhaite s'inscrire.

Ou sur la présentation d'un certificat médical mentionnant l'absence de contre-indication à l'athlétisme en compétition.

NOUVEAU. L'organisateur précise que les compétiteurs et les participants engagent leur responsabilité lors du remplissage du questionnaire santé donnant l'attribution du Parcours de Prévention Santé. Si besoin, le certificat médical permet de lever tout doute quant aux capacités physiologiques (cardiovasculaires notamment) pour participer à ces épreuves afin de valider le PPS..

4.3 Accès à l'atelier d'initiation.

Accès à tous les licenciés. Pour les non licenciés et non détenteurs d'un certificat médical, le participant doit être personnellement assuré, le participant dégage la responsabilité des organisateurs

pour tout accident physiologique survenant pendant l'atelier ou en découlant. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de défaillance due à un mauvais état de santé.

Art 5 – Le chronométrage.

La Marche Nordique Compétition est chronométrée. Le chronométrage est assuré par la ligue de Bretagne, par un système électronique. Les résultats sont édités 30 minutes au plus tard après l'arrivée du dernier participant pour la Marche Compétition.

La Marche Nordique Open est chronométrée par système à impulsion, chronométrage manuel. Les résultats sont affichés au plus tôt une demi-heure après le dernier arrivant.

Art 6 – Modalités d'inscriptions et retrait des dossards.

6.1 Inscriptions en ligne.

*1) Les inscriptions en ligne à la Marche Nordique Tour Compétition en Circuit est obligatoire. Les inscriptions se déroulent à partir **du samedi 4 janvier au mardi 25 février 2025 à minuit**. Elles ne peuvent s'effectuer que dans le menu "Inscriptions" du site internet de la manifestation.*

*Le coût est de 16,20€ dont 1,20€ de frais d'inscription pour l'épreuve Marche Nordique Compétition pour une inscription jusqu'au mardi 18 février à minuit. Une majoration de 4€ sera effectuée pour toute inscription **du mardi 18 février au mardi 25 février minuit**. Le coût passera à 20,20€ dont 1,20€ de frais d'inscription.*

2) L'inscription à l'atelier d'Initiation à la Marche Nordique est gratuite, elle est fortement conseillée pour l'organisation et le prêt éventuel de bâtons.

*3) Les inscriptions à la **marche Open** sont fortement conseillées sur le site, **du samedi 4 janvier au jeudi 27 février 2024 minuit**. Le coût de l'inscription est de 5,80 € (5 + 0,80 € FI). Cette inscription permet la participation à l'atelier de perfectionnement à la marche nordique de 10h30 à 11h25. Les inscriptions sont possibles sur place au tarif de 10€. Les inscriptions groupées par club participant, peuvent se faire directement auprès de l'organisateur.*

Le lien pour les inscriptions : [Inscription Klikego](#)

6.2 Retrait des dossards.

Pour la Marche Nordique Compétition : Les dossards sont à retirer sur place le samedi 1er mars 2025 de 12h15 à 13h30.

*Conformément au règlement de la Marche Nordique Compétition, les concurrents portent deux dossards, un sur la poitrine et l'autre sur le dos. Ces dossards doivent être visibles dans leur intégralité et fixées par 4 attaches (épingles) par dossard. **Les compétiteurs se munissent impérativement de ces attaches (épingles).***

*Pour la participation à la Marche Nordique Open : Les dossards sont à retirer sur place le samedi 1er mars 2025 de 10h à 10h30. Les dossards sont attachés sur la poitrine par 4 attaches. **Les participants se munissent impérativement de ces attaches (épingles).***

Art 7 – Ravitaillement.

*Pour la Marche Nordique Compétition en Circuit, le ravitaillement est possible à chaque tour. **Le ravitaillement est obligatoirement pris à l'intérieur de la zone de ravitaillement, prévue à cet effet sur une longueur de 40 mètres.** Cette zone est balisée conformément à la réglementation MNC.*

En cas de défaillance de matériel, un endroit dans la zone de ravitaillement est destiné pour le stockage de bâtons de remplacement que les concurrents déposent avant le départ. Des bâtons de rechange en cas de casse sont mis à disposition par l'organisateur.

Les ravitaillements hors de la zone de ravitaillement fixée par l'organisation sont strictement interdits et font l'objet d'une pénalité. L'accompagnement des concurrents est formellement interdit.

Un ravitaillement est prévu après le franchissement de la ligne d'arrivée.

Pour la Marche Nordique Open, le ravitaillement est libre de toute contrainte, il est à prendre en charge par le marcheur. Il n'y aura pas de ravitaillement sur le parcours ni à l'arrivée.

Art 8- Abandon.

Pour la marche de compétition, La nordique de Lorient.

En cas d'abandon, le marcheur doit se signaler au point de contrôle, à un juge le plus proche et lui remettre son dossard.

Pour la marche open.

En cas d'abandon, le marcheur doit se signaler au point de contrôle, ou à un signaleur ou à un entraîneur « accompagnant » le plus proche et lui remettre son dossard.

Art 9 – Couverture médicale.

Une assistance médicale est assurée sur le site par des secouristes.

En cas d'accident d'une personne, tout concurrent est tenu à porter assistance ou à prévenir au plus vite l'organisation (juges et/ou signaleurs sur le parcours).

Art 10 – Accueil, hébergement et restauration.

L'accueil débutera à partir de l'ouverture de la remise des dossards au Stade Pouillot, allée du village de Kérulvé à LORIENT.

Soit 10h pour la marche Open, et 12h15 pour la marche chronométrée.

Un « village », sur le site, permet à chaque participant de se désaltérer (boissons chaudes et froides). L'espace accueil se situe à proximité de l'espace « départ/arrivée ». Une restauration sera mise en place.

Une consigne gardée sera mise à la disposition des concurrents à l'intérieur du « village d'accueil ».

La remise des dossards s'effectue au village d'accueil.

Un fléchage est prévu avec délimitation des espaces de restauration, des vestiaires, des toilettes, des consignes.

Un plan des installations est affiché à l'entrée du site, allée du village de Kérulvé et publié sur le site de la compétition.

Sur ce panneau d'affichage seront apposées le règlement, les plans d'accès aux compétitions, le plan du parcours avec l'aire de départ, d'arrivée et de ravitaillement, les zones d'initiation, de restauration.

Sont aussi affichés les listes des participants aux épreuves, les numéros de dossard et les résultats ainsi que le règlement de la MNC.

Si les mesures sanitaires en vigueur pendant l'événement l'exigent, toutes ces informations seront dématérialisées sur le site du LAC, Lorient Athlétisme Club.

Art 11 – Récompenses.

11.1 Pour La Nordique de Lorient (MNCC) :

Chaque concurrent reçoit un cadeau à la remise des dossards.

La cérémonie des récompenses est prévue à partir de 16h30 dans le respect du règlement, 30 minutes après l'affichage des résultats.

Les 3 premiers hommes, les 3 premières femmes et les 3 premières équipes mixtes (2 femmes-2 hommes) sont récompensés.

11.2 Pour la Marche Nordique Open.

Il n'y a pas de classement pour les concurrents. Il n'est pas prévu de cadeau à l'inscription.

Un ou plusieurs lots sont remis par tirage au sort parmi les dossards des participants à la Marche Open présents pendant le tirage.

Art 12 – Droit à l'image.

*L'organisateur se réserve le droit d'exploiter les images photographiques et les reportages vidéo réalisés pendant « La Nordique de Lorient » dans le but de promouvoir cette épreuve. En vous inscrivant, vous abandonnez votre droit à l'image et vous autorisez à titre gracieux la reproduction et l'exploitation de votre image au profit de l'organisateur et ses partenaires pour une durée limitée à cinq ans. **L'acceptation du règlement donne lieu à acceptation du droit à l'image.***

Art 13 – Loi informatique et libertés.

Conformément aux dispositions de la loi n°78-17 du 11 janvier 1978 modifiée dite "informatique et libertés", si des participants souhaitent s'opposer à la publication de leurs résultats, ils doivent expressément en informer l'organisateur et le cas échéant la FFA à l'adresse électronique suivante : cil@athle.fr.

Art 14 – Autorisation parentale.

Pour les mineurs, une autorisation parentale est obligatoire (signature du représentant légal avec nom et prénom sur le bulletin d'inscription). Cette autorisation est à fournir au retrait du dossard.

Cette autorisation n'est pas nécessaire pour les mineurs licenciés FFA.

Art 15 – Litiges.

En cas de litige, seul le Directeur de la manifestation règle les problèmes éventuels.

Art 16 - Acceptation du règlement.

Les concurrents reconnaissent avoir pris connaissance du présent règlement et en acceptent les dispositions. Si obligation de dernière minute, les organisateurs se réservent le droit de modifier le présent règlement. Dans tous les cas, le règlement en vigueur le jour de la rencontre est publié sur site informatique et affiché à l'entrée des installations de l'événement.

Le marcheur s'engage à respecter les règles sanitaires et les règles de distanciation sociale mises en place par l'organisation, en vigueur le jour de la manifestation. Le marcheur s'engage à respecter le protocole sanitaire mis à jour pour l'événement en fonction des mesures prises par les instances sanitaires, protocole publié sur le site de la Nordique de Lorient et consultable en permanence.

Le retrait des dossards vaut acceptation du présent règlement de « La Nordique de Lorient », des dispositions reprises au règlement général FFA de la Marche Nordique Compétition et des dispositions sanitaires en vigueur le jour de la compétition.

Les participants respecteront les mesures sanitaires prescrites et applicables le samedi 1er mars 2025.

Art 17- Annulation / Neutralisation

En cas de force majeure, de catastrophe naturelle, de condition climatique, de problèmes sanitaires ou de toute autre circonstance, notamment celles mettant en danger la sécurité des concurrents, l'organisateur se réserve le droit d'annuler ou de neutraliser une ou plusieurs épreuves sans que les concurrents puissent prétendre à un quelconque remboursement.

Lorient Athlétisme Club

LAC

Bois du Château

56100 LORIENT

Site internet :

<http://lorientathletismeclub.fr/nordique-de-orient/>