



CHAMPIONNAT DE FRANCE FSGT DE COURSE NATURE 2017

PLOUGASTEL-DAOULAS*Sam 28-OCT-2017

15 km et 33 km

INFOS : <http://www.plougastelsportsnature.com>

Trail de la Pointe d'Armorique



Sommaire

Sommaire	2
Le mot du maire de Plougastel-Daoulas	3
Le mot du président du comité FSGT 29	4
Le mot du président	5
La commune de Plougastel Daoulas	6
Le déroulement de l'épreuve	7
Retrait des dossards.....	7
Parkings / Douches	7
Départs.....	7
Ravitaillements	7
Secours	7
Récompenses	7
Repas.....	7
Les parcours	8
Course courte (15 km).....	8
Course longue (33 km)	9
Le règlement	10/12
Comment se rendre à Plougastel Daoulas	14
Depuis Rennes ou Nantes.....	14
Depuis la gare de Brest	14
Depuis l'aéroport de Brest-Guipavas	14
Les adresses utiles	15
Informations.....	15
Restaurants	15
Hôtels	15
Gîtes et chambres d'hôtes	15
La réservation des repas	16

Le mot du maire de Plougastel-Daoulas



Mesdames, Messieurs,

La ville de Plougastel, « *Presqu'île aux Trésors* », est heureuse et fière d'accueillir le championnat de France de trail.

Depuis sa création le club « Plougastel Sports Nature » a pris de l'ampleur et, aujourd'hui, reçoit des coureurs, bien décidés à en découdre avec le relief et les singularités de la campagne bretonne.

Cette course sera aussi l'occasion de découvrir des paysages majestueux et d'apprécier la convivialité et la joie de vivre des bretons.

Gageons que cette belle manifestation soit un grand moment de sport et de convivialité, pour le grand plaisir des Plougastels et de tous les amateurs de la nature !

Bienvenue à Plougastel !

Degemer mad e Plougastell !

Dominique CAP,
Maire de Plougastel



Le mot du président du comité FSGT 29

Belle initiative du « PLOUGASTEL SPORT NATURE » !



Le championnat National de Trail FSGT est inclus dans l'épreuve « Le Trail de la pointe d'Armorique ».

Le comité FSGT 29 soutiendra Florent FICHOU et toute son équipe dans l'organisation de ce championnat.

Cette organisation, pour laquelle les organisateurs attendent une forte participation (650 compétiteurs), sera, avec le fédéral VTT FSGT en juillet à GUILERS, un des temps forts de la saison FSGT29 de l'année 2017.

La FSGT, de par la souplesse de son fonctionnement, permet de mettre en œuvre ce type d'initiative.

Les compétiteurs disposeront d'un site magnifique, très favorable à la pratique du Trail « Terre Mer »

Souhaitons au club « PLOUGASTEL SPORT NATURE » beaucoup de réussite dans cette organisation.

Aux compétiteurs « Bienvenue en terre Finistérienne »

Bon weekend de sport populaire à toutes et tous.



Roger ARZUR

**Président du Comité
Départemental Finistère FSGT**

Le mot du président

Cette année Le PLOUGASTEL SPORTS NATURE accueille les championnats de France de Trail FSGT. C'est pour tous les membres du club une grande fierté que de vous faire découvrir nos chemins si réputés pour leur beauté.

Nous vous avons tracé un parcours qui devrait vous laisser en mémoire des images de paysages de toute beauté. Nous espérons que cela vous donne l'envie de rester un peu plus. Quoiqu'il en soit la fête se poursuivra autour d'une spécialité Bretonne (KIG AR FARZ) qui sera l'occasion de vous faire aimer encore plus la région.



Florent FICHOU,
Président du club
Plougastel Sports Nature



Vue sur la rade de Brest depuis la pointe de l'Armorique

La commune de Plougastel Daoulas

Située au sud-est de Brest, porte ouverte sur la Cornouaille, la presqu'île de Plougastel constitue une extraordinaire terre d'exception. Entre terre et mer, la commune bénéficie d'un double ancrage :

- une activité agricole dynamique et diversifiée, notamment grâce à la présence de Saveol et à l'arrivée de jeunes tenants de l'agriculture biologique,
- des activités aquacoles et navales en constante évolution.



Calvaire

Territoire atypique, riche de diversités, fort de caractère, la "Presqu'île aux Trésors" est un des sites préférés des habitants du territoire pour les balades en bord de mer, la pêche à pied, la plaisance ou les activités sportives et culturelles.

Plougastel offre les services et équipements nécessaires à l'accueil de tous : la Maison de l'Enfance « Ti Glaz », 4 groupes scolaires publics et privé, deux centres de loisirs, 2 collèges public et privé, la Maison de la Solidarité, 1 CLIC, l'Astérie centre social, 1 local jeune.

Plougastel dispose de nombreuses infrastructures de qualité pour permettre à tous ses habitants de se livrer à une multitude d'activités de loisirs, culturelles (Espace Avel Vor, médiathèque Anjela Duval, cinéma l'Image, bocal à musique, musée de la fraise et du patrimoine, musée du sapeur-pompier) ou sportives (Avel Sport, Roz Avel, terrain de foot synthétique, piste de BMX, bowl, skate et city park...)



Anse du Caro



La presqu'île de la fraise, aux 160 villages, aux 37 km de côtes, aux 8 chapelles, aux 28 moulins, aux coutumes vivaces et au costume traditionnel haut en couleurs, a su préserver cette identité, forte, unique, gravée dans ses rochers, ses chemins creux, ses grèves et ses rivages.

Le déroulement de l'épreuve

Retrait des dossards

Les dossards pourront être retirés :

- à partir du **vendredi 27 octobre de 16h00 à 19h00**, chez notre partenaire Endurance Shop – 1, rue d'Audierne 29200 Brest
- le **samedi 28 octobre de 11h00 à 13h00**, sur la zone de départs/arrivées, à la salle Avel Sports – rue Colette Besson 29470 Plougastel Daoulas

Parkings / Douches

Plusieurs zones de parkings vous accueillent autour des salles Avel Sports et Avel Vor. Une zone « camping cars » est également accessible par la rue de la fontaine blanche. 4 vestiaires avec douches sont à votre disposition à la salle Avel Sports.

Départs

Les départs des deux courses seront donnés :

- à 13h30 : départ course courte 15 km
- à 13h45 : départ course longue 33 km

Ravitaillements

3 ravitaillements seront disposés sur le circuit :

Course courte : à Penn ar Ster

Course longue : à l'anse du Caro – à Penn ar Ster – au port du Tinduff

Secours

Les secours se composent d'une équipe de secouristes et d'un médecin sur le site de départ/arrivée.

Récompenses

La cérémonie de remise des récompenses se tiendra à la salle Avel Sports de Plougastel à partir de 17h00.

Repas

Un repas d'après-course vous est proposé à partir de 19h00 à la salle Avel Sports de Plougastel avec une formule à 12€ comprenant :

- une part de Kig ha Farz, un dessert, une boisson et un café.

La réservation s'effectue au moyen du bulletin d'inscription.

Inscription Course courte (15 km)

... Catégories féminines & masculins Juniors - Seniors 1 - Seniors 2 -
Vétérans 1 - Vétérans 2 - Vétérans 3 - Vétérans 4 - Vétérans 5
Catégories d'âges F.S.G.T en vigueur au 1^{er} septembre 2017


... Inscriptions en ligne du 01 septembre au 11 octobre 2017 :

<http://outils.fsgt.org/>

... Pour confirmer l'inscription, merci d'adresser le règlement de 10 € par
coureur (chèque à l'ordre de la F.S.G.T.) et une version papier des inscriptions à :
F.S.G.T – CFA Athlétisme - 14/16 rue Scandicci – 93508 PANTIN CEDEX



 : Ravitaillement en eau

 : Ravitaillement complet

Inscription Course longue (33 km)

... Catégories féminines & masculins Seniors 1 - Seniors 2 -
Vétérans 1 - Vétérans 2 - Vétérans 3

Catégories d'âges F.S.G.T en vigueur au 1^{er} septembre 2017

... Inscriptions en ligne du 01 septembre au 11 octobre 2017 :

<http://outils.fsgt.org/>

... Pour confirmer l'inscription, merci d'adresser le règlement de 12 € par
coureur (chèque à l'ordre de la F.S.G.T.) et une version papier des inscriptions à :
F.S.G.T – CFA Athlétisme - 14/16 rue Scandicci – 93508 PANTIN CEDEX



 : Ravitaillement en eau

 : Ravitaillement complet

Le règlement

Art 1. Organisation : Le « Trail de la pointe d'Armorique » est une épreuve pédestre organisée par l'association « Plougastel Sports Nature ». La première édition de cette épreuve se déroulera le samedi 28 octobre 2017 et servira de support au championnat de France FSGT de course nature. La course courte s'adresse aux licenciés FSGT titulaires du timbre "ACIPAPS" des catégories Juniors à Vétérans 5 ; la course longue est ouverte aux licenciés FSGT titulaires du timbre "ACIPAPS" des catégories Seniors 1 à Vétérans 3.

Art 2. Lieu : L'organisation (parkings, accueil, départs, arrivées, remise des récompenses, repas) se situe sur le complexe sportif de l'Avel Sport, rue Colette Besson à Plougastel-Daoulas (coordonnées GPS : N 48°22'10.48" W 4°21'37.85")

Art 3. Horaires : Les départs sont auront lieu : **course courte à 13h30 - course longue à 13h45.**

Art 4. Dossards : Les dossards seront à retirer, auprès de l'organisation, le vendredi 27 octobre de 16h00 à 19h00, à Endurance Shop – 1, rue d'Audierne 29200 Brest et le samedi 28 octobre de 11h00 à 13h00 sur le site de départs/arrivées. Les concurrents doivent obligatoirement fixer leur N° de dossard sur la poitrine et leur dossard de catégorie dans le dos, par 4 épingles sans y apporter de modification. Ces dossards ne devront en aucun cas être réduits, découpés ou pliés sous peine de disqualification. Chaque athlète est tenu de vérifier l'exactitude des renseignements y compris la catégorie et le sexe.

Art 5. Parcours : Le « Trail de la pointe d'Armorique » se déroule sur deux courses de **15 km et 33km** ; les parcours sont composés principalement de chemins, landes et bords de mer entre le centre bourg de la commune de Plougastel-Daoulas et la pointe de l'Armorique. Les participants s'engagent à parcourir la distance et l'itinéraire prévus dans le meilleur esprit sportif possible. Aucun accompagnateur, ni véhicule, ni vélo ne sera autorisé sur le parcours. L'usage des bâtons est interdit.

Art 6. Signalisation : Les parcours seront fléchés à l'aide de panneaux directionnels et complétés par quelques marquages au sol et de la rubalise. Les carrefours urbains seront protégés par des signaleurs. Sur les parties du parcours empruntant la voie publique, chaque participant devra se conformer rigoureusement au code de la route et sera seul responsable d'un éventuel manquement à ses règles. L'organisateur se dégage de toute responsabilité en cas d'accident, de défaillance physique ou technique, de perte, de vol d'objets ou de matériel.

Art 7. Ravitaillements : 3 zones de ravitaillement seront disposées sur le circuit (2 ravitaillements en eau et 1 ravitaillement complet).

Art 8. Sécurité : La sécurité de la course sera assurée par des signaleurs placés le long du parcours et par une unité de premiers secours. Tout participant souhaitant abandonner devra obligatoirement se présenter à un poste de ravitaillement ou auprès du signaleur le plus proche afin de rendre son dossard et se faire guider vers le site d'arrivée. La course pourra être neutralisée quelques instants pour l'évacuation d'un blessé et laisser passer en priorité une ambulance et /ou véhicule de sécurité. Tout abandon doit être signalé à l'organisation et ne pourra se faire (sauf raison médicale évidente) que sur les postes de ravitaillement.

Art 9. Chronométrage : Le chronométrage sera assuré à l'arrivée par lecture du numéro de dossard. Des contrôles manuels pourront être installés sur le parcours. Les participants qui ne seront pas enregistrés à ces points de contrôle intermédiaires seront automatiquement disqualifiés.

Art 10. Tenues : Les participants devront impérativement porter les couleurs de leur club pendant la compétition et lors de la remise des titres et médailles (maillot ou autre tenue officielle du club d'appartenance).

Art 11. Mises hors course : Les participants seront mis hors course dans les cas suivants : non-respect du parcours, non-respect de la nature, ravitaillement en dehors des zones prévues à cet effet, jets de déchets

en dehors des zones de ravitaillement (soit plus de 100 mètres après le ravitaillement), anticipation du départ, absence au point de contrôle intermédiaire.

Le règlement... suite

Art 12. Classements : Les classements FSGT seront effectués par catégorie d'âge et par équipe sur le cumul des temps des 4 meilleurs participants (mixité obligatoire). Les récompenses seront attribuées comme suit :

- Titre et maillot de champion de France FSGT à l'athlète classé(e) premier(ère) de chaque catégorie.
- Médaille à chacun des trois premiers (ère)s de chaque catégorie d'âge.
- Titre et maillot de champion de France FSGT à chaque athlète de la première équipe
- Médaille à chacun des quatre athlètes composant les trois premières équipes.

Art 13. Catégories d'âge :

Juniors	JU	M ou F	né(e)s en 1998 et 1999
Séniors 1	S1	M ou F	né(e)s entre 1988 et 1997
Séniors 2	S2	M ou F	né(e)s entre 1978 et 1987
Vétérans 1	V1	M ou F	né(e)s entre 1968 et 1977
Vétérans 2	V2	M ou F	né(e)s entre 1958 et 1967
Vétérans 3	V3	M ou F	né(e)s entre 1948 et 1957
Vétérans 4	V4	M ou F	né(e)s entre 1943 et 1947
Vétérans 5	V5	M ou F	né(e)s en 1942 et avant

Art 14. Tarifs : Les frais d'inscription acquittés par chaque participant comprennent : la logistique, l'accès aux points de ravitaillement, la sécurité de la course, les cadeaux souvenirs et le chronométrage individuel.

Art 15. Assurance : L'organisation a souscrit une assurance RC propre à l'évènement mais chaque concurrent devra être couvert par sa propre assurance. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

Art 16. Utilisation d'image : « J'autorise expressément les organisateurs de l'UTCA, ainsi que leurs ayants droit tels que les partenaires et médias, à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles je pourrais apparaître, prises à l'occasion de ma participation, sur tous supports y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires, dans le monde entier et pour la durée la plus longue prévue par la loi, les règlements, les traités en vigueur, y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée ».

Art 17. Respect de l'environnement : Le parcours traverse des zones protégées « natura 2000 » aussi, le club organisateur demande aux concurrents de ne pas jeter de détritrus sur le parcours, « l'esprit trail » commence avant tout par le respect de notre environnement.

Art 18. Annulation : En cas de force majeure, d'évènement climatique, d'attentats, de catastrophe naturelle ou de toute autre circonstance mettant en danger la sécurité des concurrents, l'organisation se réserve le droit de modifier les parcours ou d'annuler l'épreuve. En cas d'annulation de l'épreuve pour les diverses causes citées précédemment aucun remboursement ne sera possible. En cas de conditions météo trop défavorables, le départ peut être reporté de 1 heure au maximum ; au-delà, l'organisation pourra annuler la course.

Art 19. Engagement contractuel : L'inscription d'un participant atteste qu'il a pris connaissance du règlement 2017 et qu'il s'engage à en respecter sans restriction l'ensemble des dispositions.

Art 20. Les athlètes non licenciés à la FSGT et les athlètes licenciés FSGT et non inscrits suivant la procédure fédérale des engagements en ligne ne pourront pas prétendre figurer dans le classement du Championnat de France FSGT de course nature.

Art 21. Coordonnées : Les coordonnées du club organisateur sont :

- <http://www.plougastelsportsnature.fr>
- <http://www.facebook.fr/plougastelsportsnature>

Règles administratives et financières

La participation au Championnat de France FSGT de Course Nature implique le respect des points suivants...

- L'affiliation du club à la F.S.G.T. pour la saison en cours doit être enregistrée au siège du comité d'appartenance et validée par la fédération.
- Chaque participant(e) doit être en possession de la licence omnisports FSGT de la saison sportive 2017/2018 ou de l'année civile 2017, validée et revêtue d'une photo d'identité récente. Le timbre "F.S.G.T. – Athlétisme – Présentation ACIPAPS" doit être apposé au dos (délivrance par le comité d'appartenance) attestant la délivrance du certificat médical de "non contre indication à la pratique de l'athlétisme en compétition". **A tout moment d'une compétition**, les officiels et/ou membres de la C.F.2A. **peuvent demander la présentation de la licence.**
- Le club doit être en règle de **tous les aspects financiers vis-à-vis de la Commission Fédérale**. **Les athlètes dont les clubs ont des dettes ne pourront pas prendre part aux compétitions.**
- **Les frais d'engagements** doivent obligatoirement avoir été réglés (**chèques à l'ordre de la F.S.G.T.) sans remboursement en cas de non participation**).
- Les athlètes sélectionnés doivent obligatoirement participer aux compétitions **avec le maillot du club** pour lequel ils sont engagés. Ce maillot (ou une tenue type survêtement, veste... portant le nom du club) doit être porté lors de **la remise des récompenses**.
- Il est de **la responsabilité des responsables des clubs et des athlètes** de vérifier l'exactitude des renseignements concernant les engagements (nom-prénom-catégorie-sexe-club) **avant** le démarrage de la compétition. En cas d'erreur non signalée, le déclassement de l'athlète pourra intervenir.
- Les épreuves de la FSGT peuvent être soumises **au contrôle anti-dopage** : il est évident que les athlètes concernés ne peuvent s'y soustraire.
- **Pour toute réclamation concernant les décisions du juge-arbitre**, une procédure d'appel est mise en place. **Une fiche sera à disposition du responsable de club** le jour du championnat et sera à remettre **dans la demi-heure** qui suit le problème **au secrétariat**. Un jury d'appel composé de membres de la commission fédérale examinera l'appel.
- Les officiels se réservent **le droit de refuser à un-e athlète la participation à une épreuve** en raison de son état (ébriété, indiscipline, problème de santé, etc.) ou de le-la- déclasser (non-respect des jurys, de ses adversaires, etc.).
- La liste des engagés sera mise sur le site de la fédération (<http://www.fsgt.org/>) et de la CFAA (<https://cf2a.wordpress.com/>) quelques jours avant l'épreuve : n'hésitez pas à la consulter et à signaler toute erreur ou tout oubli.

Pour tout renseignement... athletisme@fsgt.org



Comment se rendre à Plougastel Daoulas

Depuis Rennes ou Nantes

La commune de Plougastel se trouve à 15 km au Sud Est de Brest.

Elle est accessible par la N12 en depuis Rennes (240 km) et la N165 depuis Nantes (290 km).

Depuis la gare de Brest

- En voiture : 14 km - 18 mn

En provenance de la gare de Brest, descendez sur le port par l'avenue Salaün Penquer et rejoignez la D165 puis la N165.

Prenez la sortie D33a **Roc'h Kerezen – Plougastel Daoulas** et suivez le fléchage jusqu'à la salle **Avel Sports**

- En bus : 31 mn

En provenance de la gare de Brest, rejoignez la place de la liberté puis prenez le bus **ligne 8** à l'arrêt **Liberté Frézier** et descendez à Plougastel à l'arrêt **Fontaine blanche**.

Depuis l'aéroport de Brest-Guipavas

- En voiture : 13 km - 16 mn

En provenance de l'aéroport de Brest-Guipavas, prenez la D67 avenue de Barsbuttel et le boulevard Michel Briant/D712 pour rejoindre la N265 puis la N165.

Prenez la sortie D33a **Roc'h Kerezen – Plougastel Daoulas** et suivez le fléchage jusqu'à la salle **Avel Sports**



- En bus : 1 h 10 mn

En provenance de l'aéroport de Brest-Guipavas, rejoignez la station de Tram **Porte de Guipavas** en prenant la **navette Aéroport**, puis descendez du Tram à la station **place de Strasbourg**. Prenez le bus **ligne 8** à l'arrêt **Strasbourg route de Quimper** et descendez à Plougastel à l'arrêt **Fontaine blanche**.

Les adresses utiles

Informations

Mairie de Plougastel

1, rue Jean Fournier
CS 80031
29470 Plougastel-Daoulas
Tél : 02 98 37 57 57

Office du tourisme

6, rue de l'Eglise
29470 Plougastel-Daoulas
contact@brest-terres-oceanes.fr

Restaurants

Crêperie de Kertanguy

22, rue Champ de Foire
29470 Plougastel-Daoulas
Tél : 02 98 40 33 48

Le Kastel Roc

91, avenue Charles de Gaulle
29470 Plougastel-Daoulas
Tél : 02 98 28 77 32

An Ty Coz

225, chemin Ty Floch
29470 Plougastel-Daoulas
Tél : 02 98 40 56 47

Les viviers de Keraliou

Port de Keraliou
29470 Plougastel-Daoulas
Tél : 02 98 30 34 74

Hôtels

Le Kastel Roc

91, avenue Charles de Gaulle
29470 Plougastel-Daoulas
Tél : 02 98 28 77 32

F1

Zac Ty Menez
264, rue Alain Colas
29470 Plougastel-Daoulas
Tél : 08 91 70 51 98

Ibis Budget

Zac Ty Menez
Rue Alain Colas
29470 Plougastel-Daoulas
Tél : 08 92 68 09 51

Brit Hôtel

Boulevard Filiger
29470 Plougastel-Daoulas
Tél : 02 30 88 30 03

Gîtes et chambres d'hôtes

Manoir de Beauvoir

Lieu dit Beauvoir St Jean
29470 Plougastel-Daoulas
Tél : 02 98 40 35 06

Chambre de Mannie

11, rue du Château d'Eau
29470 Plougastel-Daoulas
Tél : 02 98 21 67 91

La réservation des repas

Après la course, rendez-vous à l'espace Avel Sports de Plougastel, à partir de 19h00, pour partager un moment convivial autour d'un repas.

La formule suivante vous est proposée :

- une part de Kig ha Farz,
- un dessert,
- une boisson
- et un café.

Réservation et règlement à retourner avant le **14 octobre 2017**.

CLUB :

Adresse :

Code Postal :

Ville :

Responsable :

Téléphone :

E-mail :

Nombre de repas		Montant		Montant total
_____	x	12 €	=	_____ €

Merci d'adresser ce bulletin de réservation accompagné du règlement (chèque libellé à l'ordre de **PLOUGASTEL SPORTS NATURE**) à l'adresse suivante :

COMITE FSGT 29

Espace Sportif de KERINOU

31, rue du Cdt DROGOU, 29200, Brest

comite@sportfsgt29.asso.fr - Tél. : 02 98 47 07 07

Les partenaires



Plougastel-Daoulas

Vauthelin
PAYSAGES



CONSEIL GENERAL
FINISTERE



Penn-ar-Bed



Fleurs Bodiger



TENDANCE

Coiffure mixte