



Mairie de Flayosc

RÈGLEMENT DES EPREUVES 5 ET 10 KM

La Foulée Flayoscaise – dimanche 1 mars 2026

L'inscription à « La Foulée Flayoscaise » implique la connaissance et l'acceptation du règlement général conforme aux règles de la Fédération Française d'Athlétisme.

1°) **Toutes les courses** : sont ouvertes aux licenciés et non licenciés FFA, hommes et femmes et se feront à allure libre. (**Maximum 1h00 sur le 5km, 2h00 sur le 10km**) **chronométrage électronique** sur les deux courses.

2°) **Départs et arrivées** : le 5 km et le 10 km au stade de football de Michelage à Flayosc.

3°) **Horaires de départ** : Les 2 courses seront ouvertes aux coureurs licenciés et non licenciés, hommes et femmes :

- 10h00 course de 5 km (à partir de 15 ans hommes et femmes, catégories minimales à masters) et course de 10 km (à partir de 16 ans hommes et femmes, catégories cadets à masters).

4°) **Droits d'engagement** : 5 et 10 km : Le montant de l'inscription sera de 14 euros avant le jour de la course et de 19 euros sur place.

5°) **Renseignements et inscriptions** :

Les inscriptions seront ouvertes à compter du 14 novembre 2025 et seront closes le 1 mars 2026.

Pour valider son inscription, chaque coureur doit fournir un certificat médical spécifique, mentionnant « *apte à la course à pied en compétition* » et datant de moins d'un an, ou bien la photocopie d'une licence FFA ou FFT en cours de validité, ou le PPS de moins de 3 mois.

Les inscriptions peuvent s'effectuer :

1/- par paiement sécurisé via la plateforme :

<https://chronosports.fr/>

2/- en renvoyant le formulaire papier d'inscription, accompagné du règlement chèque uniquement (à l'ordre du TRESOR PUBLIC) **avant le 26 février 2026** à l'adresse suivante : Mairie de Flayosc, Avenue Angélin German BP 35 83780 FLAYOSC

3/- Sur place, le jour de l'épreuve, en remettant le formulaire papier d'inscription et en s'acquittant du prix par espèce (appoint conseillé) ou chèque (à l'ordre du TRESOR PUBLIC). L'inscription sur place ne sera possible que si les conditions de la crise sanitaire nous le permettent. Nous vous encourageons à procéder à l'inscription en ligne.

Pour tout renseignement concernant l'inscription, le coureur peut adresser un mail à jeanmichel.henry@flayosc.fr

Les informations demandées sont nécessaires pour l'inscription. Elles font l'objet d'un traitement informatique et sont destinées au secrétariat de la mairie. En application de l'article 34 de la loi du 6 janvier 1978, le concurrent dispose d'un droit d'accès et de rectification aux informations le concernant.

Ses coordonnées pourraient être cédées à des partenaires proposant ce même type d'événement. Si le coureur ne le souhaite pas, il est invité à en informer l'organisation par mail : jeanmichel.henry@flayosc.fr

Le dossier d'inscription sera considéré comme complet et fera donc l'objet d'une validation dès lors qu'il comportera :

- tous les champs du formulaire d'inscription dûment remplis (le défaut d'information sur le document entraîne systématiquement son rejet) ;
 - le certificat médical ou la licence sportive (un contrôle de ces documents se fera lors du retrait des dossards) ;
 - le règlement des frais d'inscription.
- Tout dossier incomplet sera rejeté.

Retrait des dossards et inscriptions : Sur place directement à l'aire de Michelage le dimanche 1 mars 2026 à partir de 8h00.

Impératif : les inscriptions seront closes 30 minutes avant le départ de la course. **Limité à 600 coureurs : 350 sur le 10km et 250 sur le 5km.** Les participants mineurs non licenciés FFA devront être munis à l'inscription d'une autorisation parentale et d'un certificat médical conforme de moins d'un an pour participer aux épreuves. Les participants majeurs non licenciés FFA devront être munis d'un certificat médical de moins d'un an attestant de leur aptitude à la course à pied en compétition ou d'un PPS.

Nous vous remercions de vous inscrire à l'avance, afin de faciliter l'organisation de la course.

Annulation et remboursement

Toute annulation d'inscription doit être faite :

- par e-mail à jeanmichel.henry@flayosc.fr- ou par courrier avec accusé de réception à Mairie de Flayosc, Avenue Angelin German BP 35 83780 FLAYOSC
- Aucun désistement ne sera pris en compte par téléphone.

Les cas d'annulation d'inscription ne concernent que les cas d'accident ou de maladie grave du participant qui doivent être justifiés par un certificat médical signé et tamponné par le médecin. Les demandes d'annulation d'inscription seront prises en compte jusqu'au 27 février 2025. Sauf cas de force majeure (hospitalisation ou autres cas graves) concernant le participant. Le traitement des demandes de remboursement se fera trois mois après la manifestation au maximum.

Montant des remboursements :

- Avant le 30 janvier 2026 : 50 %
- Après le 30 janvier 2026 : aucun remboursement ne sera effectué.

6°) Catégories hommes et femmes

CATEGORIE AGE FFA 2025-2026 VALABLE DU 1ER SEPTEMBRE 2025 AU 31 AOÛT 2026

CATEGORIES	AGE	ANNEES	DISTANCES MAX
Baby Athlé (U7)	-7 ans	2020 et après	-
Ecole d'Athlétisme (U10)	7 à 9 ans	2017 - 2019	-
Poussin (U12)	10 et 11 ans	2015 - 2016	1500m
Benjamin (U14)	12 et 13 ans	2013 - 2014	3000m
Minime (U16)	14 et 15 ans	2011 - 2012	5000m
Cadet (U18)	16 et 17 ans	2009 - 2010	15km
Junior (U20)	18 et 19 ans	2007 - 2008	25km
Espoir (U23)	20 à 22 ans	2004 - 2006	illimitée
Senior	23 à 34 ans	1992 à 2003	illimitée
Master	+35 ans	1991 et avant	illimitée

CATEGORIE AGE FFA 2025-2026 VALABLE DU 1ER SEPTEMBRE 2025 AU 31 AOÛT 2026

CATEGORIES	AGE	ANNEES	DISTANCES MAX
Détail de la catégorie Master			
Master 0	35 à 39 ans	1987 - 1991	illimitée
Master 1	40 à 44 ans	1982 - 1986	illimitée
Master 2	45 à 49 ans	1977 - 1981	illimitée
Master 3	50 à 54 ans	1972 - 1976	illimitée
Master 4	55 à 59 ans	1967 - 1971	illimitée
Master 5	60 à 64 ans	1962 - 1966	illimitée
Master 6	65 à 69 ans	1957 - 1961	illimitée
Master 7	70 à 74 ans	1952 - 1956	illimitée
Master 8	75 à 79 ans	1947 - 1951	illimitée
Master 9	80 à 84 ans	1942 - 1946	illimitée
Master 10	85 à 89 ans	1941 et avant	illimitée



7°) **Contrôle** : **Chronométrage électronique**. Des commissaires de course sont chargés de veiller à la régularité de l'épreuve sur l'ensemble du parcours.

8°) **Sécurité** : assurée par des signaleurs, par la police municipale, les pompiers. Les vélos, rollers etc, sont interdits sur le circuit (sauf organisation).

La circulation automobile est réglementée par arrêté départemental sur le parcours.

9°) **Parcours** : Le parcours a lieu sur l'Eurovélo n°8, dite aussi « *Ancienne Voie Ferrée* ».

Les parcours sont entièrement balisés, sans difficulté aucune. Le parcours est entièrement goudronné.

10°) **Ravitaillement** : eu égard à la crise sanitaire, la fédération française d'athlétisme nous demande de ne pas proposer de ravitaillement sur les courses d'une distance inférieure à 10km.

11°) **Dossards** : Ils devront être portés devant en entier, tenus par au moins deux épingles non fournies.

Tout coureur qui abandonne se verra retirer son dossard.

12°) **Assurances** : responsabilité civile : les organisateurs seront couverts par une police d'assurance souscrite sous le numéro 40007227Y (numéro souscripteur auprès de Groupama).

Individuelle accident : les licenciés bénéficieront de garanties accordées par l'assurance liée à leur licence FFA.

Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

13°) **Classements et récompenses**

Pour chaque parcours seront récompensés :

- au classement scratch, les 3 premières dames et les 3 premiers messieurs,
- les premières femmes et premiers hommes de chaque catégorie

Attention. Course limitée à 250 coureurs sur le 5km, 350 coureurs sur le 10km.