

Règlement des courses « Entre Dhuis et Marne »

1 Présentation

La 14^{ème} édition de « Entre Dhuis et Marne » est organisée le **dimanche 10 mai 2026** par l'association Courir Avec Pomponne (CAP) avec le soutien de partenaires institutionnels, de sociétés et entreprises privées sans oublier la participation d'autres associations et de nombreux bénévoles.

Les règles de santé (COVID par exemple) en vigueur lors de cette 14^{ème} édition seront appliquées. Nous comptons sur le civisme de toutes et tous afin de respecter les mesures de prévention.

Le départ et l'arrivée sont prévus à Thorigny sur Marne, plus précisément au niveau du chemin du Moulin à Vent (à proximité des cours de tennis).

Plusieurs courses sont proposées :

- La course nature de 12 km
- Le trail de 22 km inscrit au **challenge trail 77** (règlement spécifique à consulter sur le site du Comité Départemental des Courses Hors Stade de Seine et Marne – CDCHS 77).
- La course Eveil Athlétisme (600 m), toujours sans chronométrage ni classement.
- La course Poussins (1 km), sans chronométrage mais avec classement. Un reportage photos est réalisé par le Photo Club de Pomponne.

Cette 14^{ème} édition sera dédiée à l'association « Handmirable » (association de Lagny sur Marne) qui accompagne les enfants en situation d'handicap et leurs familles.

Sylvie CADIERNO et Michel BACH sont, comme pour les éditions précédentes, la marraine et le parrain de cette course.

Pour la 3^{ème} année et pour préserver le pouvoir d'achat des coureurs, **3 courses « Virées de FunRun + Entre Dhuis et Marne + Mara-Trail de Marne et Gondoire » proposent des packs courses 2026 à des tarifs préférentiels**. Toutes les précisions utiles sont reprises au point 3.2 ci-après.

2 Horaires des courses

Entre Dhuis et Marne (22 km) : départ **8h30** – Heure limite d'arrivée **11h30**

Eveil athlétisme : départ **8h35** (horaire indicatif)

Poussins : départ **8h40** (horaire indicatif)

Entre Dhuis et Marne (12 km) : départ **9h15** – Heure limite d'arrivée **11h30**

Pour des raisons de sécurité (encadrement de la fin de course et retrait des dispositions après le VTT balai), un coureur arrivant après l'heure de départ de sa course ne sera pas autorisé à participer officiellement.

3 Inscriptions & dossards

Attention : aucune inscription sur place le dimanche 10 mai 2026, quelle que soit la course.
L'inscription via le site internet www.le-sportif.com est fortement recommandée.

3.1 Entre Dhuis et Marne (12 km et 22 km)

Participation ouverte à toutes les personnes, licenciées ou non, des catégories Juniors, Espoirs, Seniors et Masters. Les cadets peuvent participer uniquement à la course nature de 12 km.

Frais d'inscription à la course nature Entre Dhuis et Marne (**12 km**) : **12 € (1)**

Frais d'inscription au trail Entre Dhuis et Marne (**22 km**) : **15 € (1)**

(1) Pour chaque inscription, 1 € est reversé à l'association « Handmirable ».

Une majoration est appliquée dans le cas d'une inscription par le site internet www.le-sportif.com avec un coût réduit par rapport au tarif standard.

Nombre limite de participants toutes catégories confondues :

- Course nature Entre Dhuis et Marne (12 km) : 450/500 (2)
 - Trail Entre Dhuis et Marne (22 km) : 450/500 (2)

- (2) Le nombre des participants est limité à 1000 sur le cumul des 2 courses. La progression des inscriptions guidera l'ajustement de chaque maximum.

Une offre spéciale groupe (club affilié FFA, association, entreprise ou équipe) est reconduite cette année avec le 10^{ème} dossard offert pour 9 inscriptions groupées (offre disponible uniquement par mail) pour ces 2 courses. Cette offre est valable sur le cumul des 2 courses et applicable à celle recueillant le plus d'inscriptions.

3.2 Packs courses 2026

Pour des questions de facilités de gestion, **les packs sont accessibles uniquement pour des inscriptions individuelles et en ligne.**

L'inscription à un pack est **individuelle et non cessible**.

Le tableau ci-dessous reprend les différents tarifs selon les packs proposés avec les courses « Entre Dhuis et Marne » :

	Virées FunRun		Entre Dhuis et Marne		Mara-Trail Marne et Gondoire		
	10 km	20 km	12 km	22 km	12 km	42 km	
	15 €	23 €	12 €	15 €	20 €	40 €	
							Total (*)
Pack 2 courses	13,0 €		10,5 €				23,5 €
10-12 km			10,5 €		17,5 €		28,0 €
	13,0 €				17,5 €		30,5 €
Pack 2 courses		20,0 €		13,5 €			33,5 €
18-22-42 km				13,5 €		35,0 €	48,5 €
		20,0 €				35,0 €	55,0 €
Pack 3 courses	12,0 €		9,5 €		15,0 €		36,5 €
		18,0 €		12,0 €		30,0 €	60,0 €

Le mode d'emploi

- Le mode d'emploi :

 1. Choix préalable du pack avec 2 ou 3 courses.
 2. Connexion (obligatoire) sur le site d'inscription en ligne de la 1^{ère} course qui se déroulera.
 3. Inscription en ligne pour cette 1^{ère} course suivant les modalités définies par son organisateur. Il est impératif de renseigner correctement le **nom**, le **prénom**, la **date de naissance**, le **sexe** et une **adresse mail valide** pour le participant.
 4. Paiement du montant dû en fonction du pack choisi.
 5. Accusé de réception de l'inscription qui peut encore nécessiter de valider l'aptitude médicale pour cette 1^{ère} course.
 6. Information, au plus tard 2 jours ouvrables après, des organisateurs partenaires par l'organisateur de cette 1^{ère} course de l'inscription et du choix des autres courses retenues par le participant.
 7. Envoi au participant, par chaque organisateur partenaire concerné, d'un code lui permettant de s'inscrire gratuitement sur leur site d'inscription en ligne pour la course retenue dans le pack souscrit.

8. Inscription en ligne pour cette 2^{ème} et/ou 3^{ème} course suivant les modalités définies par son organisateur.
9. Accusé de réception de l'inscription (ou des deux...) qui peut encore nécessiter de valider l'aptitude médicale.

3.3 Courses enfants

Pour l'Ecole Athlétisme (600 m) : participation ouverte aux enfants de 7 à 9 ans (nés entre 2017 et 2019 inclus).

Pour les Poussins (1 km) : participation ouverte aux enfants de 10 à 11 ans (nés en 2015 ou en 2016). Frais d'inscription aux courses enfants : **1 € (reversé à l'association « Handmirable »)**

Une majoration est appliquée dans le cas d'une inscription par le site internet www.le-sportif.com avec un coût réduit par rapport au tarif standard.

L'inscription aux courses enfants nécessite l'accord du représentant légal de l'enfant pour être valable.

Pour des raisons logistiques, le nombre de participants est limité à **40 enfants par course**.

Pour des raisons de sécurité, les enfants courront sans être accompagnés par un adulte. Une exception pourra être faite pour les enfants en situation de handicap.

Un encadrement des deux courses pourra être mis en place à l'initiative de l'organisateur.

3.3 – Inscriptions

L'inscription par le site internet « www.le-sportif.com » est fortement recommandée et possible jusqu'au 08 mai 2026 à 17h00.

Le bulletin d'inscription « Entre Dhuis et Marne » peut être téléchargé sur le site de l'association. Paiement possible par chèque à l'ordre de « Association CAP ».

Inscriptions exceptionnelles dans la limite des dossards encore disponibles :

- Le samedi 9 mai 2026 de 10h00 à 18h00 au hangar H4 - 4 rue Louis Matin à Thorigny.
Les dossards seront disponibles pour les dossiers validés :
- Le samedi 9 mai 2026 de 10h00 à 18h00 au hangar H4 - 4 rue Louis Matin à Thorigny.
- Le dimanche 10 mai 2026 de 7h15 à 8h15 (pour le 22 km) ou 9h00 (pour le 12 km) - sur place.

D'autres dates et d'autres sites pourront être proposés pour les inscriptions (sous réserve des dossards encore disponibles) et pour le retrait des dossards.

Tout engagement est personnel et aucun transfert d'inscription n'est autorisé.

Toute personne disposant d'un dossard acquis en infraction avec le présent règlement sera disqualifiée. Le dossard doit être entièrement visible le jour de la course.

Un coureur doit participer uniquement à la course à laquelle il s'est inscrit. Tout coureur identifié sur une course différente de celle pour laquelle il s'est inscrit, sera disqualifié. Attention, l'inscription à une des 2 courses 12 km ou 22 km est définitive. Il n'est pas possible de changer de course après l'inscription.

Aucun remboursement suite à désistement personnel n'est prévu, ni en cas de non-respect des obligations décrites à l'article 6.

Aucun remboursement n'est également prévu dans le cas d'une annulation contrainte de la course (obligation faite à l'organisateur notamment pour prévenir le risque d'attentat ou cas de force majeure).

En cas d'annulation de la 14^{ème} édition en rapport avec le contexte COVID, le remboursement de l'inscription est prévu.

L'inscription suppose la connaissance préalable du présent règlement et son acceptation.

Le chronométrage des courses Entre Dhuis et Marne (12 km et 22 km) est réalisé avec une puce électronique placée sur le dossard. Celle-ci doit être manipulée avec précaution et ne doit faire l'objet d'aucune détérioration physique pour conserver sa fonctionnalité.

4 Accueil & services

Départ et arrivée sur le chemin du Moulin à Vent au niveau du hangar H4 situé 4 rue Louis Martin à Thorigny sur Marne (77). Un parking est notamment accessible depuis la rue du Moulin à Vent (entre le collège et le stade).

Le stationnement des véhicules doit respecter la circulation en sécurité des piétons et laisser le libre passage aux éventuels véhicules de secours. Il doit également respecter les propriétés privées, les sorties de garage et autres passages de circulation.

Les conducteurs des véhicules des participants sont tenus de respecter les consignes données par les bénévoles qui gèrent le stationnement.

Des toilettes sont disponibles ainsi qu'un lieu ouvert mais couvert permettant aux coureurs qui le souhaitent, de se changer dans les limites de la capacité d'accueil.

Excepté si le contexte ne le permet pas, une consigne est proposée pour les sacs et petits objets de valeurs. Une consigne sera dédiée uniquement aux clés de voiture, portefeuilles et téléphones portables (petits objets de valeurs).

2 ou 3 ravitaillements sont prévus :

- Dampmart (chemin des Garances - uniquement pour le trail) : km 8 (eau + sucre).
- Carnetin (chemin de l'Entonnoir) : km 6,5 pour la course nature et km 16,4 pour le trail.
- Thorigny (zone hangar H4).

En cas de forte chaleur, il est recommandé à chaque participant de courir avec une petite réserve d'eau et une casquette.

5 Parcours

La course nature de 12 km (200 m D+) permet de découvrir le haut de la forêt des Vallières et d'autres belles surprises notamment sur Carnetin.

Le tracé du trail de 22 km (450 m D+) permet de profiter encore plus du territoire. Il s'appuie essentiellement sur le parcours de la course nature qu'il enrichit en restant très nature et trail.

Chaque coureur doit être bien vigilant lorsque le parcours du trail de 22 km se sépare de celui de la course nature de 15 km à 2 endroits différents. La traversée en partie haute de la forêt des Vallières nécessite également un peu d'attention pour suivre le bon chemin.

Les tracés et les descriptifs des parcours 12 km et 22 km sont disponibles sur le site :
« www.couriravecgomponne.com ».

En fonction des conditions météorologiques, certains passages peuvent être glissants (présence de boue).

Il est conseillé aux coureurs d'être particulièrement attentifs aux parcours qui peuvent présenter quelques obstacles naturels, au sol ou sur les côtés voire en hauteur (branches).

Il leur est expressément demandé de respecter la nature et de ne rien jeter sur les parcours.

La forêt des Vallières étant située dans une zone Natura 2000, les participants sont invités à lire la note d'information disponible sur le site de l'association qui précise le contexte de cette zone protégée et les recommandations associées.

Les différentes distances et le dénivelé n'ayant pas été mesurés officiellement mais uniquement à partir de relevés GPS, ces données sont indicatives.

6 Assurance & Aptitude physique

L'association Courir Avec Pomponne est assurée auprès de la MAIF dans le cadre de ses obligations en matière de responsabilité civile pour l'organisation de cette course.

Il est conseillé à chaque coureur de souscrire un contrat d'assurance couvrant les dommages corporels qu'il pourrait subir à l'occasion de sa course.

Chaque coureur, adulte et enfant, doit être en bonne santé et communique, au plus tard lors du retrait du dossard, une photocopie :

- Soit d'une licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running délivrée par la FFA (Fédération Française d'Athlétisme) ou d'un « Pass J'aime Courir », délivrés par la FFA et complétés par le médecin, en cours de validité à la date de la manifestation. Les autres licences délivrées par la FFA (Santé, Dirigeant et Découverte) ne sont pas acceptées.
- Soit d'une licence sportive, en cours de validité à la date de la manifestation, délivrée par une fédération uniquement agréée, sur laquelle doit apparaître, par tous moyens, la non contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition.
- Soit d'une attestation à l'issue du Parcours de Prévention Santé (PPS) proposé par la FFA et disponible sur « <https://pps.athle.fr/> ».
- Pour les mineurs, un questionnaire santé peut remplacer le certificat médical excepté si les réponses conduisent à un examen médical.

La présentation lors du retrait du dossard, de la licence en cours de validité, est possible sous réserve que son numéro soit bien indiqué sur le bulletin d'inscription (papier ou Internet) et qu'elle concerne bien le coureur inscrit.

7 Sécurité et assistance médicale

Dans le cadre du plan Vigipirate, des mesures de prévention pourront être mises en œuvre. Chaque coureur est alors convié à les respecter. La circulation routière, le stationnement et les sacs, sont particulièrement concernés.

Les coureurs sont invités à ne pas quitter les parcours officiels et à porter une attention particulière aux obstacles naturels (cailloux, trous et branches par exemple) qui peuvent jaloner le tracé.

Des signaleurs sont situés aux principaux points du parcours de façon à offrir un confort maximal pour les coureurs.

Il est expressément demandé aux coureurs de respecter le code de la route, les indications et consignes des signaleurs.

L'assistance médicale (dispositif prévisionnel de secours) est assurée par un organisme agréé. En cas d'urgence, les secours habituels doivent être appelés (le 15 pour le SAMU ou le 18 pour les pompiers) par tout moyen à disposition et les premiers gestes de secours sont à prodiguer selon la situation rencontrée.

Il est conseillé à chaque coureur de s'équiper avec un téléphone portable, notamment les coureurs du trail de 22 km, et d'enregistrer les numéros de téléphone qui seront communiqués sur le site, lors des inscriptions ou sur place.

Un VTT balai ferme les courses adultes. Ces vététistes ont le pouvoir d'arrêter des coureurs qui sont dans l'incapacité de respecter les 2 barrières horaires (ravitaillement Carnetin et arrivée Thorigny) de les déclarer hors course en cas de refus de leur part de s'arrêter. Les vététistes sont alors conduits à relever le numéro du dossard.

Les barrières horaires pour les 2 courses : 10h40 Ravitaillement Carnetin et 11h30 Arrivée Thorigny.

Les coureurs qui n'ont pas franchi la ligne d'arrivée avant 11h30 sont considérés comme ayant abandonné sans prévenir. Tout abandon doit être indiqué à un signaleur pour faciliter le suivi des participants.

Un VTT peut ouvrir la course nature de 12 km et/ou le trail de 22 km. Cette présence, qui n'est pas garantie en permanence, ne doit pas se substituer à la nécessaire attention de chaque coureur qui doit en permanence être vigilant sur le balisage du parcours.

8 Classement et résultats

Les résultats seront publiés au fur et à mesures des arrivées. Ils seront consultables, après la course, sur le site de l'association et autres sites spécialisés (FFA par exemple) ou partenaires.

La participation à la course entraîne de fait l'acceptation, par chaque participant, de la publication de son classement. En cas de refus de voir publier son nom, le participant doit informer l'organisateur par écrit et s'assurer de la bonne réception de sa demande au plus tard le 4 mai 2026.

9 Lots et récompenses

Grâce à nos partenaires, plusieurs lots et récompenses sont prévus :

- ✓ Un lot est offert à tous les coureurs (12 et 22 km) lors de la remise des dossards.
- ✓ Une coupe et une récompense sont remises aux 3 premiers poussins et aux 3 premières poussines.
- ✓ Les 3 premiers hommes et les 3 premières femmes au classement scratch (toutes catégories confondues) sont récompensés pour la course nature de 12 km et pour le trail de 22 km.
- ✓ Les premiers hommes et les premières femmes de chaque catégorie (Cadets, Juniors, Espoirs, Seniors et Masters) sont récompensés pour la course nature de 12 km et pour le trail de 22 km excepté si déjà récompensés au classement scratch ou absents lors de la remise des récompenses. Dans ce cas, le suivant (ou la suivante) au classement de la catégorie concernée est récompensé(e).
- ✓ Les 3 premiers clubs affiliés FFA qui ont le plus de coureurs classés, pour l'ensemble des deux courses (12 et 22 km), sont récompensés. Les clubs FFA doivent être identifiés par un même nom ou acronyme lors des inscriptions.
- ✓ Les 3 premières associations, entreprises ou équipes, qui ont le plus de coureurs classés, pour l'ensemble des deux courses (15 et 22 km), sont récompensées. Les équipes doivent être identifiées par un même nom ou acronyme lors des inscriptions.
- ✓ Ces lots et récompenses sont précisés, voire enrichis, en fonction du soutien apporté par nos partenaires. Quelques récompenses pourront être aussi attribuées par tirage au sort parmi les arrivants, de la course nature ou du trail, dans le temps limite.

10 Communication

L'inscription à la course implique l'autorisation donnée à l'association d'utiliser les photos de la course dans le cadre uniquement de ses actions de communication en rapport avec cette manifestation sportive et/ou lors du reportage réalisé par le Photo Club de Pomponne. Cette autorisation concerne également la publication des résultats et la communication associée.

L'association Courir Avec Pomponne est seule destinatrice des informations nominatives communiquées lors de l'inscription. Conformément à la loi Informatique et Liberté du 6 janvier 1978, chaque participant a le droit d'accès et de rectification des informations personnelles le concernant. Il suffit pour cela de contacter l'association par mail et de s'assurer de la bonne réception de la demande.