



RÈGLEMENT

APÉRO TRAIL D'ESPALION

12/09/2026



ARTICLE 1 : ORGANISATION

L'Apéro Trail d'Espalion est une épreuve sportive et conviviale organisée pour la quatrième année consécutive par l'association Espalion Apéro Trail (EAT).

Cette manifestation est inscrite au calendrier des Courses Hors Stade de l'Aveyron et donc soumise au règlement de la Commission Nationale des Courses Hors Stade.

La participation à l'Apéro Trail d'Espalion 2026 implique l'acceptation expresse par chaque concurrent de ce présent règlement figurant, comme toutes les informations relatives à cette épreuve (Carte et profil du parcours, partenaires, soirée...), sur le site de notre association : www.espalionaperotrail.fr

ARTICLE 2 : CADRE DE L'ÉPREUVE

L'Apéro Trail d'Espalion est un trail nature comportant des portions semi-urbaines se tenant sur la commune d'Espalion. Les concurrents suivent un parcours balisé. En cas d'interruption de balisage, revenir au dernier point de balisage et le cas échéant, prévenir l'organisation.

ARTICLE 3 : LES COURSES

- **Apéro 17° Solo : 17 km et 600 m D+**

Limité à 400 coureurs

- **Apéro 17° Relais : Relayeur 1 : 8,5 km et 360 m D+
Relayeur 2 : 8,5 km et 240 m D+**

Limité à 300 coureurs (150 binômes)

- **Apéro 32° Solo : 32 km et 1100 m D+**

Limité à 150 coureurs

- **Apéro 32° Duo : 32 km et 1100 m D+**

Limité à 150 coureurs (100 binômes)

- **Randonnée libre : 8,8 km et environ 345 m D+.**

Non chronométrée, parcours fléché sous la responsabilité des participants.

Les chiens ne sont pas acceptés pendant la randonnée. Retour prévu par itinéraire bis ou en bus, depuis le château de Calmont jusqu'au Foirail dès 18h.

La visite du Château de Calmont est proposée aux randonneurs à 16h30.

- **Bambino Trail :**

- Course 400 m pour les enfants nés en 2020-2019,
- Course 800 m pour les enfants nés en 2018-2017,
- Course 1500 m pour les enfants nés en 2016-2015,
- Trail de 3 km (70 m D+) pour les enfants nés de 2014 à 2011.

ARTICLE 3BIS : TARIFS

Le montant de l'inscription (hors frais de plateforme) est de :

- **Apéro 17° Solo : 19 €** (1 verre de bière inclus).
- **Apéro 17° Relais : 29 €** (2 verres de bière + A/R en bus inclus).
- **Apéro 32° Solo : 29 €** (1 verre de bière inclus)
- **Apéro 32° Duo : 58 €** (2 verres de bière inclus)
- **Randonnée : 7 €** (Goûter d'arrivée + Visite du Château de Calmont + retour en bus inclus si besoin).
- **Bambino trail :** participation libre entièrement reversée aux APE d'Espalion.
- **Repas coureur ou randonneur :** Farçou-Saucisse-Truffade-Tarte - 15 €
- **Repas accompagnant :** Farçou-Saucisse-Truffade-Tarte - 15 €
- **Repas enfant (Jusqu'à 10 ans) :** Farçou-Saucisse-Truffade-Tarte - 8 €

ARTICLE 4 : DATE ET HORAIRES

La 4eme édition aura lieu le **samedi 12 septembre 2026**. Les départs s'effectueront à la salle des fêtes d'Espalion (Centre Francis Poulenc, 21 avenue d'Estaing, 12500 Espalion) et au foirail.

Au préalable, un briefing où la présence de chacun est obligatoire sera effectué par l'organisation :

- **Apéro 17° Solo et Relais :**

17h15 Briefing au centre Francis Poulenc

17h20 Échauffement collectif jusqu'à l'arche de départ au Foirail

17h30 Départ de la course au Foirail et des bus pour les Relais 2.

Retour Relais 1, libre par itinéraire bis ou navette dès 18h

- **Apéro 32° Solo et Duo :**

15h45 Briefing au centre Francis Poulenc

15h50 Échauffement collectif jusqu'à l'arche de départ au Foirail

16h Départ de la course au Foirail et des bus pour les Relais 2.

Retour Relais 1, libre par itinéraire bis ou navette dès 18h

- **Randonnée 8.8 km :**

12h15 Rdv au Foirail (possibilité d'inscription rando et repas)

12h50 Briefing

13h00 Briefing et départ de la randonnée

16h00 Visite du Château de Calmont

Retour libre itinéraire bis ou navette dès 18h

- **Bambino Trail :**

A partir de 13h00 Rdv au foirail pour les inscriptions

14h00 : départ du 400m

14h15 : départ du 800m

14h30 : départ échelonné du 1500 et du 3 km

ARTICLE 5 : INSCRIPTIONS ET RETRAIT DES DOSSARDS

Pour l'Apéro 17° et 32°, les inscriptions se feront exclusivement sur le site internet :

<https://chronometrage.com/events/aperotraildespalion2026>

La date limite d'inscription en ligne est fixée au **mercredi 9 septembre, 23h59**.

Pas d'inscription internet après, ni d'inscription papier !

Retrait des dossards :

- **Au magasin L'Ambassade du Trail de Rodez (Jeudi 10/09 de 10h à 12h et de 14h à 19h)**
- **Le Vendredi 11/09, de 16h30 à 19h à la salle Francis Poulenc (Espalion)**
- **Le samedi 12/09, de 13h30 à 17h00 à la salle Francis Poulenc (Espalion)**

Concernant la randonnée, les inscriptions s'effectuent en ligne et sur le lieu de départ (Foirail d'Espalion) le jour même à partir de 12h30.

Concernant le Bambino Trail, les inscriptions s'effectuent sur :

<https://www.helloasso.com/associations/espalion-apero-trail/evenements/bambino-trail-2026>

OU sur le lieu de départ (Foirail d'Espalion) le jour même à partir de 13h00

ARTICLE 6 : LES CONCURRENTS

Les courses Apéro 17° SOLO et Apéro 32° est ouverte à tous, hommes, femmes, licencié(e)s ou non, âgés de **plus de 18 ans** (Juniors, Espoirs, Séniors et Masters), et médicalement aptes à la pratique de la course à pied en compétition.

La course Apéro 17° RELAIS est ouverte à tous, hommes, femmes, licencié(e)s ou non, âgés de **plus de 16 ans nés en 2010** (Cadets, Juniors, Espoirs, Séniors et Masters), et médicalement aptes à la pratique de la course à pied en compétition.

Pour pouvoir s'inscrire, vous devez obligatoirement justifier de :

- **Une attestation PPS (Parcours Prévention Santé) authentique ou Numéro PPS valable le jour de la course,**
- OU une licence délivrée par la FFA (Compétition, Athlé Running, Athlé Entreprise, Pass-Running).
- **Pour les mineurs, un questionnaire de santé et une autorisation parentale.**

Toute personne qui s'inscrit à une épreuve, assure d'être suffisamment entraînée. Les organisateurs déclinent toute responsabilité pour les accidents physiques, psychologiques et physiologiques, immédiats ou ultérieurs, qui pourraient survenir aux participants au cours de l'épreuve et suite à l'épreuve.

Le Bambino Trail est ouvert à tous les enfants nés entre 2011 et 2020. Participation des enfants après signature d'une autorisation parentale et validation d'un questionnaire de santé, si réponse négative sur un seul point, certificat médical obligatoire, disponibles sur www.espalionaperotrail.fr

ARTICLE 7 : PARCOURS

Les parcours Apéro 17° RELAIS et SOLO sont identiques.

Le parcours Apéro 32° SOLO et DUO emprunte des variantes mais également l'intégralité du 17°. Ils sont disponibles sur : www.espalionaperotrail.fr

La randonnée emprunte sensiblement le même parcours que le relais 1 de l'Apéro 17° jusqu'au château de Calmont, où les randonneurs pourront suivre s'ils le souhaitent une visite du château à 16h30, puis redescendre à la salle polyvalente par la navette mise à leur disposition ou par leurs propres moyens, par un itinéraire bis fléché jusqu'au point de départ.

Les parcours du Bambino trail sont balisés différemment des courses adultes. Un meneur d'allure guidera les enfants.

Les parcours sont à 70 % nature. Les épreuves empruntant parfois des courts passages ouverts à la circulation routière, les concurrents doivent impérativement se soumettre au code de la route. L'organisation mettra en place des signaleurs. Pour des raisons de sécurité et/ou en cas d'intempéries, les organisateurs se réservent le droit de modifier le parcours.

ARTICLE 8 : EQUIPEMENTS

Chaque concurrent fixera son dossard afin qu'il soit parfaitement identifiable.

Il n'y a pas de liste de matériel obligatoire ; les concurrents doivent être équipés convenablement pour ce genre d'épreuve.

L'organisation demande à chaque participant d'être en possession d'une réserve d'eau minimale de 250 ml, d'une lampe frontale (relais 2 Apéro 17° et coureurs Apéro 32°), d'un sifflet et d'une couverture de survie.

ARTICLE 9 : RAVITAILLEMENTS

ECOCUP OBLIGATOIRE. Pas de gobelet plastique sur les ravitaillements.

Nous conseillons à chaque concurrent d'être en autosuffisance et de prévoir son propre ravitaillement adapté à sa condition physique et aux conditions climatiques. Aucun ravitaillement n'est autorisé en course au moyen d'une aide extérieure.

- **Apéro 17°**

Un ravitaillement gourmand liquide et solide :

- Château de Calmont d'Olt km 8,5 (passage de relais).

Un ravitaillement liquide :

- Alayrac km 14

- **Apéro 32°**

Deux ravitaillement gourmands liquides et solides :

- Biounac km 14
- Château de Calmont d'Olt km 19

Un ravitaillement liquide :

- Alayrac km 25

A l'arrivée, un ravitaillement sera offert aux coureurs. Le repas suivra la remise des récompenses et la soirée se poursuivra par un apéro/concert ouvert à tous.

ARTICLE 10 : APERO 17° SOLO et RELAIS

L'Apéro 17° peut se courir en SOLO ou RELAIS (les coureurs **se relaient**, chacun fait une portion du parcours) :

Le Château de Calmont, qui accueille le passage de relais, étant à plusieurs kilomètres du lieu de départ et d'arrivée, l'organisation a mis en place une navette qui partira du foirail immédiatement après le départ des relayeurs n°1 et qui déposera les relayeurs n°2 au pied du château de Calmont.

La possibilité est toutefois laissé au relayeur n°2 de se rendre sur place par ses propres moyens, après le briefing général et le départ du relayeur n°1, et de transmettre la clé de la voiture ou d'un autre moyen de locomotion au relayeur n°1 qui devra revenir à la salle Francis Poulenc par ses propres moyens.

Une fois leur relais couru, les relayeurs n°1 profitent du ravitaillement gourmand et du point de vue sur Espalion, puis sont invités à reprendre la navette qui les ramène au centre Francis Poulenc où ils pourront assister à l'arrivée de leur co-relayeur et avoir accès aux douches.

ARTICLE 11 : APERO 32° SOLO et DUO

L'Apéro 32° peut se courir en SOLO ou DUO (les deux coureurs **courent ensemble du départ à l'arrivée** et franchissent la ligne d'arrivée à deux).

ARTICLE 12 : RESPONSABILITÉ DU COUREUR

Chaque concurrent doit respecter le milieu naturel et humain dans lequel il va évoluer. La responsabilité des concurrents peut être engagée en cas d'accident.

De nombreux sites et sentiers étant, ou communaux, ou privés, les concurrents s'engagent à ne rien jeter et à respecter l'environnement dans lequel ils évoluent.

Des zones de propreté sont mises en place par l'organisation et sont situées au niveau des ravitaillements.

Tout concurrent pris à jeter ou à laisser des déchets sur les parcours s'expose à une élimination immédiate de l'épreuve.

ARTICLE 13 : SÉCURITÉ ET ASSURANCE

Les concurrents doivent respecter le balisage (de couleur) et les consignes des responsables de l'épreuve. Des signaleurs seront présents sur le parcours. La couverture médicale sera assurée par un organisme compétent. Cette couverture médicale est présente pour porter assistance à toute personne en danger.

Il appartient au coureur en difficulté ou sérieusement blessé de faire appel au secours :

En se présentant à un membre de l'équipe de couverture médicale,

En appelant le PC course (au 06 83 34 57 47),

En demandant à un autre coureur de prévenir les secours.

Il appartient à chaque coureur ou marcheur de porter assistance à toute personne en danger et de prévenir les secours. Un coureur ou marcheur faisant appel à un médecin ou un secouriste se soumet de fait à son autorité et s'engage à accepter ses décisions.

Les médecins et secouristes sont habilités à mettre hors course (en invalidant le dossard) tout concurrent jugé inapte à continuer l'épreuve et/ou à faire évacuer par tout moyen les concurrents qu'ils jugeront en danger.

Responsabilité civile : les organisateurs sont couverts par une police souscrite.

Individuelle accident : Les licenciés bénéficieront des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

La possession d'une attestation PPS (Parcours Prévention Santé) **authentique de moins d'un an**, est obligatoire pour bénéficier de la couverture des assurances.

Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de défaillance due à un mauvais état de santé et en cas de vol.

ARTICLE 14 : CHRONOMÉTRAGE, DOTATIONS ET CLASSEMENTS

Le chronométrage des courses sera effectué par une entité spécialisée (Chronometrage.com). Chaque coureur se verra remettre un dossard comportant une puce personnelle.

A l'issue de la course, un classement sera édité pour les courses Apéro 17° Solo, Apéro 17° Relais, Apéro 32° Solo et Apéro 32° Duo. Ce classement sera mis à disposition des participants sous format papier sur place et pourra être consulté dès que possible sur le site internet : www.espalionaperotrail.fr

La remise des prix aura lieu à 20h. Les catégories récompensées seront :

- Apéro 17° Solo femmes et hommes
- Apéro 17° Relais femmes, hommes et mixtes
- Apéro 32° Solo femmes et hommes
- Apéro 32° Duo femmes, hommes et mixtes
- L'équipe (ou club/entreprise/association) le/la plus âgée gagnera le challenge JustDoEAT.

Des cadeaux supplémentaires sont susceptibles d'être distribués par les organisateurs.

Chaque participant recevra, en outre et dans la mesure des stocks disponibles, un cadeau coureur à la remise de son dossard.

Bambino Trail : Le chronométrage des courses sera effectué par les bénévoles. Un classement sera établi selon les catégories. La remise des prix aura lieu à 15h00.

ARTICLE 15 : ABANDON ET BARRIÈRES HORAIRES

Tout concurrent souhaitant abandonner devra obligatoirement se présenter à un poste de ravitaillement, de signaleurs, ou en dernier cas à l'arrivée, afin d'y remettre son dossard et sa puce personnelle et permettre ainsi de recenser tous les participants.

- Barrières horaires Château de Calmont :
 - Apéro 17° relais 1 : 19h30
 - Apéro 17° solo : 19h30
 - Apéro 32° solo et duo : 19h30

- Barrières horaires arrivée :
 - Apéro 17° relais 1 : 21h
 - Apéro 17° solo : 21h
 - Apéro 32° solo et duo : 21h30

ARTICLE 16 : CONDITIONS D'ANNULATION / ECHANGES DE DOSSARDS

L'inscription pourra être remboursée, sous présentation d'un justificatif faisant foi, pour les motifs suivants : maladie, accident, ou décès d'un membre de la famille ou un proche.

Toute modification ou remplacement d'un relayeur par un autre doit être signalé au plus tôt par mail à : inscription.aperotrail@gmail.com, et au plus tard la veille lors du retrait des dossards afin que le chronométreur puisse prendre en compte les modifications. Pas de modifications possibles le jour de la course.

ARTICLE 17 : CONDITIONS D'ANNULATION DE LA MANIFESTATION

En cas de dégradations importantes des conditions météorologiques (tempête, chutes de neige importantes, pluie intensive, orage, ...) les organisateurs se réservent le droit d'annuler les manifestations afin d'assurer la sécurité, et l'intégrité physique des participants et aucun remboursement ne pourra être exigé.

ARTICLE 18 : ANNULATION DE L'ÉPREUVE OU REPAS SUITE À DES ÉVÉNEMENTS EXTÉRIEURS

En cas d'annulation de l'épreuve ou du repas suite à des contraintes liées à la pandémie de COVID ou autres, un remboursement des droits d'inscriptions sera effectué sur demande. Ce montant sera fixé par l'association Espalion Apéro Trail de façon à permettre de faire face à l'ensemble des frais irrécupérables et déjà engagés à la date de l'annulation.

ARTICLE 19 : DROIT À L'IMAGE

Par sa participation à l'épreuve, chaque concurrent autorise l'organisation à utiliser ou à faire utiliser ou à reproduire son nom, son image, sa voix et sa prestation sportive dans le cadre de cette course en vue de toute exploitation directe ou sous forme dérivée de l'épreuve, et ce sur tout support dans le monde entier, par tous les moyens connus ou inconnus à ce jour, et pour toute la durée de protection actuellement accordée à des exploitations directes ou dérivées par les dispositions légales ou réglementaires.

ARTICLE 20 : RGPD : OBLIGATIONS LIÉES À LA LOI « INFORMATIQUE ET LIBERTÉS »

Conformément aux dispositions de la loi n° 78-17 du 11 janvier 1978 modifiée dite « informatique et libertés », chaque organisateur de courses Hors Stade s'engage à informer les participants à leur compétition que les résultats pourront être publiés sur le site internet de l'épreuve. Si des participants souhaitent s'opposer à la publication de leur résultat, ils doivent expressément en informer l'organisateur.

Conformément à la loi, chaque participant dispose d'un droit d'accès et de rectification aux données personnelles le concernant. Il suffit de nous écrire en nous indiquant vos nom, prénom, adresse complète, par mail à inscription.aperotrail@gmail.com.

Le terme "Apéro" promeut des valeurs épicuriennes de partage et de convivialité.

Il n'incite en aucun cas à la consommation d'alcool. L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération.

La Team EAT