

FESTICAP – Marathon de Guécélard

28 octobre 2018

- La Foire aux Questions -

1. LES INSCRIPTIONS :

11. Quelles sont les limites d'âge pour les différentes courses ?

- ✓ Pour le marathon : il faut être né en 1998 et avant ; pour le semi-marathon être né en 2000 et avant.
- ✓ Pour le 10 km, il faut être né en 2002 et avant ; pour le 5 km être né en 2004 et avant.
- ✓ Pour la course enfants, il faut être né entre 2008 et 2003.
- ✓ Pour toutes ces courses il faut : ou la licence (FFA ou FFTRI) de l'année sportive en cours ou un certificat médical "de non contre-indication à la pratique de la course à pieds en compétition".
- ✓ La parade des Familles est un moment de plaisir, partagé sur 2 km environ, pour célébrer de façon festive et groupée la fin du Festival.
- ✓ La Marche Nordique et la Randonnée Pédestre sont ouvertes à tous.

12. Comment peut-on s'inscrire ?

- ✓ Jusqu'au 25 octobre 2018, par internet via le site "klikego.fr" (très facile : il suffit de créer un compte avec identifiant et mot passe).
- ✓ Avant le 20 octobre 2018, par courrier (à envoyer à : Comité des fêtes – Mairie, 72230 GUECELARD).
- ✓ Sur place les 27 et 28 octobre, si toutes les préinscriptions n'ont pas été réservées.
- ✓ Attention ! Le nombre de places pour chaque course est limité (400 pour Marathon, 600 pour Semi, 500 pour 10km et 500 pour 5km) ; les inscriptions seront closes dès que ces limites seront atteintes.
- ✓ Cas particulier des inscriptions gratuites « parade OUEST FRANCE » :
 - les participants à cette parade sont des individus, des membres d'une famille ou d'un groupe d'amis, de collègues, de voisins...
 - le groupe réunit tous les participants à la parade qui se présentent sous l'autorité d'un « leader ».
 - L'inscription de chaque membre reste nécessaire (et est gratuite).
 - Lors de l'inscription, le nom de chacun sera précédé du nom choisi pour le groupe, par exemple « Les Gaulois ».
 - M. Durand s'inscrira sous le nom « « Les Gaulois / Durand »
 - M. Cheval s'inscrira sous le nom « « Les Gaulois / Cheval »

- Il est demandé à chaque « leader » de se munir d'un signe distinctif et visible de loin, type « totem », identifiant son groupe afin de les regrouper autour de lui pendant la parade.

- Une récompense sera décernée au « groupe » le plus démonstratif de bonne humeur et d'originalité pendant la parade.

13. Y-a-t-il un tarif groupe ?

- ✓ Les tarifs sont ceux indiqués sur le bulletin d'inscription ; vous avez noté que plus vous attendez, plus les tarifs augmentent ...
- ✓ Un tarif préférentiel est réservé aux groupes (CE, clubs, familles, groupe informel, ...) : pour 7 inscriptions payées (n'importe quelles épreuves payantes), la 8° est gratuite (attribuée à l'épreuve la moins chère).
- ✓ Pour en bénéficier, n'hésitez donc pas à contacter l'organisation [« fesguelard@gmail.com »](mailto:fesguelard@gmail.com) qui vous indiquera la marche à suivre, en particulier en vous proposant un fichier Excel préformaté pour saisir facilement toutes vos inscriptions d'un coup.

14. Que comprend mon inscription ?

- ✓ La participation à la course choisie, la sécurisation du parcours et les ravitaillements, votre chrono via SMS à l'arrivée, la vidéo de votre arrivée, votre diplôme avec photo (via internet).
- ✓ L'intégration au classement officiel, les récompenses (telles que prévues au règlement), l'accueil à l'arrivée (ravito plus conséquent et lots partenaires).
- ✓ La médaille "finisher" pour les coureurs du marathon classés (moins de 5h30), l'accès aux douches, l'accès gratuit à l'Espace bien-être (kinés-ostéos), à la consigne gardée, au village, à la garderie enfants, et aux parkings.
- ✓ L'abonnement à la newsletter (envoi automatique si vous avez noté votre adresse mail à l'inscription).

15. Le certificat médical est-il vraiment obligatoire ?

- ✓ Conformément à l'Instruction Ministérielle de juillet 2017 et au Règlement FFA, pour pratiquer la course à pieds en compétition, il faut une licence à jour.
- ✓ A défaut, il faut un certificat médical datant de moins d'un an le jour de la course, et stipulant SANS AMBIGUITE "la non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition".
- ✓ **Nous n'accepterons pas d'autre formulation.** Privilégiez le modèle de certificat joint au règlement à l'intention de votre médecin.

16. Je suis mineur. Puis-je m'inscrire seul ?

- ✓ Pour la participation d'un mineur à une course chronométrée, il faut impérativement une autorisation parentale (voir l'exemplaire à remplir en annexe du règlement), en plus du document licence ou certificat médical.
- ✓ Pour les autres épreuves (marche, rando, parade) :

- les mineurs âgés de moins de 14 ans devront être accompagnés d'un adulte et présenter une autorisation parentale (cf. exemple dans règlement).
- les mineurs de plus de 14 ans devront présenter une autorisation parentale.

17. Ma licence est valable jusqu'au 31 aout 2018.

- ✓ Votre inscription préalable, avec les références de votre licence 2017, est possible et souhaitable (et même nécessaire si vous voulez assurer votre réservation).
- ✓ Il vous suffira en septembre 2018 d'actualiser avec la licence 2018. Prenez soin de bien rentrer les données telles qu'elles figurent sur votre carte : Nom du club, N° FFA du club, N° de licence.
- ✓ Vous recevrez systématiquement un avis de validation de votre inscription.

18. A quelles conditions puis-je être remboursé ?

- ✓ Les annulations d'inscriptions ne sont pas acceptées. Les sommes versées restent quoi qu'il arrive, acquises à l'organisation.
- ✓ Aucun transfert de dossard n'est autorisé, pour quelque motif que ce soit.

2. LES DOSSARDS :

21. Comment récupérer mon dossard ?

- ✓ Tous les dossards sont à retirer au village officiel, chemin du dauphin à Guécélard, le samedi 27 oct. de 15 h à 18 h et le dimanche 28 oct. dès 08 h jusqu'à 1 heure avant le début de votre course.
- ✓ Afin de ne pas être "piégé" par l'affluence du dimanche, il est fortement conseillé de retirer son dossard le samedi.
- ✓ Pour cela, si vous êtes seul, il faut vous présenter :
 - soit avec votre licence, ou une copie.
 - à défaut : **une pièce d'identité AVEC photo** (CI, permis, ...) ou une copie. et avec les pièces éventuellement manquantes de votre dossier d'inscription.
- ✓ Pour les Groupes (clubs, CE, partenaires ...), un guichet spécial sera réservé aux membres qui auront été inscrits dans un groupe clairement identifié (nom du club, de l'entreprise, ...)
- ✓ Sur votre dossard (que vous conserverez après la course) seront collées les puces de chronométrie et le n° de tél du PC Sécurité.
- ✓ Chaque dossard est repéré par le code couleur de la course : **Marathon= ROUGE** ; **Semi = VERT** ; **10 KM = BLEU** ; **5 KM= JAUNE** ; **Enfants = CYAN** ; **Parade = ROSE.**

22. Puis-je récupérer le dossard d'un ami ?

- ✓ Pour retirer le dossard d'un ami (ou tiers) il faut :
 - Une procuration (datée et signée) en votre nom, votre pièce d'identité avec photo, et la pièce d'identité ou licence (copies acceptées) du coureur inscrit.

23. Puis-je connaître le numéro de mon dossard à l'avance ?

- ✓ Le numéro de dossard est visible sur le site Klikego.com dès le vendredi en fin d'après-midi.
- ✓ Sur place, le 28 octobre, les listes " inscrits - dossards " sont affichées près du gymnase (zone de retrait des dossards) pour chaque épreuve.

24. Comment dois-je accrocher mon dossard ?

- ✓ Le dossard doit obligatoirement être porté sur la poitrine, de manière visible, fixé aux 4 coins. Attention à ne pas le plier, ni à le percer au niveau des « puces de chronométrage ». Prévoyez vos épingles !
- ✓ Les porte dossards sont tolérés s'ils satisfont aux contraintes ci-dessus.

3. LE JOUR DE LA COURSE :

31. Quand faut-il se présenter au départ ?

- ✓ Les horaires des épreuves sont définis dans le règlement. Il est demandé aux participants de se présenter au départ (arche près du podium, bien visible) au moins 10 min avant.

32. Y-aura-t-il des « sas » au départ ? des meneurs d'allure ?

- ✓ Nous aurons, comme en 2017, des meneurs d'allure. Ils seront organisés en fonction des demandes et ... de leurs possibilités !
- ✓ Un « SAS » sera réservé, en tête de chaque départ de course chronométrée, pour ceux qui ont l'intention de courir dans les temps suivants (prenez contact avec nous lors de votre inscription) :
 - marathon : moins de 3h.
 - semi : moins de 1h30.
 - 10 km : moins de 40 minutes.
 - 5 km : moins de 20 minutes.
- ✓ Les sas sont matérialisés par des flammes.
- ✓ Les meneurs d'allure sont identifiables avec des ballons « références temps » : il vous suffit de vous positionner par rapport à eux au départ.

33. Peut-on déposer un sac en lieu sûr avant le départ ?

- ✓ Une consigne sécurisée et gratuite est à votre disposition, à proximité du lieu de retrait des dossards.

34. Ou sont les sanitaires ?

- ✓ Des sanitaires ainsi que des douches (Femmes et Hommes) sont signalés et à votre disposition.

4. LA COURSE :

41. Puis je courir avec une caméra, un baladeur ou tout autre appareil ?

- ✓ Le bureau fédéral FFA a décidé d'autoriser l'utilisation des lecteurs type MP3 et autres supports électroniques permettant l'écoute de la musique, mais sous la responsabilité exclusive du coureur pour tout ce qui pourrait arriver de ce fait.

42. Et la chronométrie, ça fonctionne comment ?

- ✓ Deux puces sont collées sur le dos du dossard que vous devez donc porter sans interruption pendant la course ; il ne faut donc ni plier, ni détériorer le dossard.
- ✓ Pour le marathon et le semi, il y a deux tapis chrono : 1 au départ/arrivée et un intermédiaire vers la mi-parcours.
- ✓ Pour les autres courses chronométrées, il n'y a qu'un tapis départ/arrivée.
- ✓ Veuillez également à bien passer sur les tapis afin que votre classement soit effectif.

43. Quelle est la position des ravitaillements ?

- ✓ Les ravitaillements sont tous les 5 km environ.

44. De quoi sont composés les ravitos ?

- ✓ Sur le parcours : épongeage, eau, alimentation légère (sucré, salé)
- ✓ A l'arrivée, épongeage, eau, alimentation plus conséquente, ...

45. les courses sont-elles labellisées ?

- ✓ Le semi, le 10 km, le 5 km et le marathon sont inscrits au challenge départemental.
- ✓ Un processus de labellisation du circuit du semi et donc du marathon sont lancés pour une obtention du label FFA avant la course 2018.
- ✓ Pour 2018, le marathon de Guécélard servira de support au championnat départemental de marathon de la Sarthe.

46. Quel est le profil des parcours ?

Voici les liens pour visualiser les profils avec dénivelé pour les deux parcours 21km et 5 km :

- ✓ 21 km = <https://www.visugpx.com/amGHPV9H3D>
- ✓ 5 km = <https://www.visugpx.com/2ELdxV2DYG>

47. Avez-vous modifié des tracés ?

- ✓ Effectivement, pour tenir compte des observations des participants 2017 :
 - sur le parcours 21/42 km,
 - Il n'y a plus la côte de Parigné au 3° km.

- La descente (abrupte) des vignes et la zone « sableuse » sur la commune d'Yvré Le Polin sont supprimées
 - Le circuit traverse désormais une zone de vergers et une zone urbaine sur la commune d'Yvré le Polin.
- le 10 km se court sur deux tours du nouveau tracé 5 km (plus urbain).
- ✓ Les parcours Randonnée Pédestre et Marche Nordique ont été également modifiés.
 - ✓ Tous les parcours sont visibles sur notre site « guecelardenfetes.com » et ils seront balisés au cours du premier trimestre 2018.

48. Imposez-vous des temps minima ?

- ✓ Le seul minimum imposé concerne le marathon ou **le temps de course maxi est de 5h30** pour ne pas être disqualifié.

5. **NOS « PLUS » POUR LE CONFORT DU COUREUR :**

51. Je viens de la région parisienne et souhaite arriver la veille :

- ✓ Le plus simple est de nous contacter (tel ou mail) et nous nous efforcerons de résoudre votre problème, comme nous l'avons fait en 2017 pour ceux qui nous ont sollicités.
- ✓ Un partenaire propose un hébergement de qualité à faible coût à Guécélard : <https://www.chambredhotemobile.com/>
- ✓ Un autre propose un hébergement hôtelier de prestige : <http://www.domainedebelair.net/>.

52. Peut-on manger sur place ?

- ✓ Le jour J, un espace restaurant est ouvert à la Salle des Fêtes : au menu, sauf problème de dernière minute, l'excellente "marmite sarthoise" qui a tant régalé les papilles en 2017 !
- ✓ Vous pouvez réserver votre repas (et ceux de vos accompagnateurs) dès votre inscription et bénéficier ainsi d'un tarif privilégié (13 € au lieu de 15€ sur place).
- ✓ Dans le village, vous trouvez en plus buvettes, commerces ...

53. Un ami m'a dit qu'il avait apprécié le massage après son marathon ?

- ✓ Vu le succès rencontré en 2017, l'Espace "Bien Etre" est reconduit avec intervention des Kinés et Ostéopathes avant et après les courses (priorité au marathon), et toujours gratuitement.

54. Où peut-on déposer un petit sac avant le départ ?

- ✓ Comme indiqué plus haut §33, la consigne surveillée est reconduite.

55. Est-il possible de donner RV à quelqu'un à un point particulier ?

- ✓ Un barnum identifié « Point de Rencontre » est à votre disposition pour donner rendez-vous, rencontrer d'autres coureurs ...
- ✓ Il est dans le village, près du départ, à proximité immédiate de l'Espace Enfants.

56. Qu'est-ce que le « village » ?

- ✓ C'est un ensemble de barnums mis à disposition des partenaires ou de commerçants, artisans ... pour vous accueillir, avec quelques points de réconfort : buvettes, ...
- ✓ Cette année, il a été déplacé pour se situer face au podium et près de la ligne départ/arrivée.

57. Avez-vous une garderie pour les enfants pendant que je cours ?

- ✓ Comme en 2017 un "Espace enfants" fonctionne sous forme de garderie, gratuite, sécurisée, avec des animateurs qualifiés et des activités adaptées (maquillage, jeux, dessins, ...).
- ✓ Cette année il a également été déplacé pour être près du « Point Rencontre ». Ses structures gonflables le rendent facilement repérable.

6. RESULTATS – RECOMPENSES – PODIUMS :

61. Comment puis-je connaître mon résultat ?

- ✓ Un chrono géant est installé sur la ligne d'arrivée. Si vous avez enregistré votre numéro de portable lors de l'inscription, vous recevez votre temps réel par SMS.
- ✓ Un tableau situé dans la zone d'arrivée affiche tous les résultats qui sont également visibles sur les sites Klikego et Breizh Chrono.

62. Les récompenses ont suscité quelques commentaires en 2017 ... que prévoyez-vous pour 2018 ?

- ✓ Pour cette année les choses sont clairement dites dans l'article 8 du règlement.
- ✓ Concernant les classements, notez bien que nous ne retenons que les catégories, pas les sous-catégories (par ex. les Masters et non Masters I, Masters II...).
- ✓ Pour les récompenses :
 - les primes ne concernent que les vainqueurs des classements scratch H et F du marathon.
 - pour toutes les autres épreuves, des lots partenaires sont distribués.
 - deux règles sont observées : pas de cumul et nécessité d'être présent sur le podium pour recevoir une récompense (pour le challenge du nombre, la présence d'un responsable suffit).

63. Quels sont les horaires des podiums ?

- ✓ A priori, sous réserve de modification toujours possible, il y aura un podium à 13 h (marathon, semi et course enfants) et un podium à 14h45 (10km, 5 km).

7. SECURITE – SANTE :

71. Avez-vous un médecin sur place ?

- ✓ Un médecin urgentiste est sur place pendant la durée des courses, en mesure d'intervenir rapidement en tous points du parcours.
- ✓ Il coordonne également l'action des secouristes de la Croix Blanche présents sur le terrain et à l'arrivée.
- ✓ Un réseau radio (Talkie-Walkie), doublé de tél portables, couvre l'ensemble du dispositif et permet au PC sécurité de savoir ce qui se passe sur le terrain, en temps réel.

72. Etes-vous concernés par des restrictions de circulation ?

- ✓ Comme pour tout évènement public, des dispositions particulières doivent être prises pour garantir la sécurité du public.
- ✓ Elles font l'objet de directives préfectorales actualisées et peuvent nous conduire, par exemple, à sécuriser les accès aux zones départ/arrivée, ou le stationnement du public (village ...), voire à interdire l'accès aux véhicules à ces zones à partir d'une certaine heure.

8. ACCES- STATIONNEMENT :

81. Quel itinéraire conseillez-vous pour venir sur place ?

- ✓ L'accès à GUECELARD est facile par la RD323 (route Le Mans -La Flèche- Angers).
Coordonnées GPS du parking = X : 47.87106 - Y : 0.12357.
- ✓ Que vous veniez du Nord ou du Sud, un balisage est en place pour vous orienter vers les parkings.
- ✓ Le samedi, vous pouvez emprunter facilement le chemin du Dauphin et ainsi être au plus près du lieu de retrait des dossards (parking peu éloigné du gymnase).
- ✓ Le dimanche cet itinéraire direct sera fermé dès 8h, mais un balisage sera en place pour vous diriger vers le parking.

9. HANDISPORT OU SPORT ADAPTE :

91. Je cours en Handisport (ou Sport Adapté), que prévoyez-vous pour moi ?

- ✓ Les règles de la pratique handisport / sport adapté telles qu'elles sont définies par votre fédération, sont appliquées (nous sommes en liaison étroite avec le comité départemental sur ce sujet).

- ✓ Si vous souhaitez participer, prenez contact avec nous dès votre inscription pour que nous organisions ensemble votre accueil, et en particulier votre placement au départ (quelques minutes avant le départ du peloton par exemple ...).
- ✓ Point particulier : un coureur "handi/mal-voyant" s'enregistre seul, sans son guide. Il n'y a donc qu'un dossard et un droit d'inscription. Le guide doit néanmoins être identifiable comme tel : chasuble, casquette "guide" ...
- ✓ Pour le cas d'un attelage type Joelette ... Seule, la Joelette (avec son occupant) est inscrite avec un N° de dossard. Les porteurs s'identifient comme ils le souhaitent (tee-shirt, casquette ...).
- ✓ Il est aussi rappelé que les chiens sont interdits sur les parcours.

10. NEWSLETTER :

- ✓ Tous les inscrits sont abonnés automatiquement à la newsletter (sauf avis contraire de leur part à exprimer lors de l'inscription).
- ✓ Cette lettre est un moyen de dialogue entre vous et nous.
 - Vous : pour nous faire part de vos idées, observations, besoins ...
 - Nous : pour vous donner les infos qui vous permettront de réaliser votre plus belle course.

11. DIVERS :

111. Communication :

- ✓ Des écrans géants sont disposés dans la zone « Espace Bien Etre », dans le Village et dans la Salle de Restaurant.
- ✓ La chaine YOU TUBE retransmet en direct les départs et la ligne d'arrivée.
- ✓ Des photos et vidéos sont prises à partir d'un DRONE par un partenaire « Prestat'Air DRONE » <https://www.facebook.com/prestatairdrone/>.
- ✓ Elles sont diffusées sur le site YouTube et disponibles sur notre site « guecelardenfetes.fr ».
- ✓ Au moins deux « murs des partenaires » sont mis en place sur la manifestation dont un en fond de podium

112. Partenaires :

L'engagement à nos côtés et le soutien de nos partenaires permet l'organisation de cette manifestation. Réservez-leur un accueil privilégié pour les encourager à maintenir leur présence dans le monde sportif.