

REGLEMENT DU 5 & 10km de SAINT MARTIN D'HERES

Article 1 : organisation

L'ESSM Athlétisme, avec le soutien de la ville de Saint Martin d'Hères, organise le dimanche 27 septembre 2026, la huitième édition du « 5 et 10 km de Saint Martin d'Hères ».

Article 2 : présentation

Les 2 courses 5 et 10km bénéficient du label bronze délivré par la Fédération Française d'Athlétisme et se déroulent en conformité avec la réglementation des courses hors stade.

Tout le parcours des deux courses est sur la commune de Saint Martin d'Hères. Des courses enfants non chronométrées viennent compléter le programme.

L'organisation peut faire évoluer le règlement entre l'ouverture des inscriptions et le jour des courses pour accueillir les coureurs en toute sécurité.

Le parcours est constitué d'une boucle de 5 km à travers les rues de la ville, à parcourir une fois pour la course des 5 km et deux fois pour la course des 10 km.

Article 3 : conditions de participation

Les deux courses 5 km et 10km sont ouvertes à tous, licencié(e)s ou non licencié(é)s nés en 2010 et avant : catégories Cadet, Junior, Espoir, Senior et Master hommes et femmes.

Pour participer les coureurs devront :

- Présenter une licence compétition délivrée par la Fédération Française d'Athlétisme. Attention, les autres licences Santé, Dirigeant, et Découverte ainsi que celles des autres fédérations ne sont pas acceptées.
- **Présenter un certificat du « Parcours Prévention Santé » (PPS) obtenu sur la plateforme web dédiée : pps.athle.fr et datant de moins d'un an à la date de la course.**
- Pour les mineurs : le sportif et les personnes exerçant l'autorité parentale renseignent conjointement un questionnaire relatif à son état de santé dont le contenu est précisé par arrêté conjoint du ministre chargé de la santé et du ministre chargé des sports. Les personnes exerçant l'autorité parentale sur le sportif mineur attestent auprès de la fédération que chacune des rubriques du questionnaire donne lieu à une réponse négative. A défaut, elles sont tenues de produire un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de la pratique concernée datant de moins de six mois.

IMPORTANT : LES PARTICIPANTS QUI N'AURONT PAS FOURNI UNE LICENCE CONFORME OU UN CERTIFICAT DU « PARCOURS PREVENTION SANTE » (PPS) VALIDE NE SERONT PAS AUTORISES A COURIR ET NE RECEVRONT DONC AUCUN DOSSARD.

Article 4 : horaires et départs

9h00 : 5km départ avenue Benoit Frachon

9h30 : 10km départ avenue Benoit Frachon

11h15 : courses enfants autour et dans le centre commercial Neyrpic

Le rassemblement des concurrents aura lieu sur la ligne de départ, 15 minutes au plus tard avant le départ de chaque course.

Si besoin une information pourra être communiquée sur le site internet du club www.essmathletisme.fr la semaine avant la course.

Article 5 : ravitaillements et balisage kilométrique

Deux postes de ravitaillements seront assurés au 5ème kilomètre et à l'arrivée.

Un balisage kilométrique visuel sera installé.

Article 6 : sécurité

L'épreuve empruntera les voies de circulations, les pistes cyclables et les trottoirs. La circulation sera neutralisée au niveau des intersections. Les coureurs sont soumis au code de la route.

La sécurité des coureurs sur le parcours sera assurée par l'organisateur (signaleurs), ainsi que par la police municipale. Ils seront notamment positionnés aux intersections et aux points sensibles. En outre, des contrôles pourront être réalisés durant l'épreuve, afin de garantir son bon déroulement, dans le respect des règles.

Les participants à la course des 5 km seront aiguillés vers l'arrivée par les signaleurs, au terme de la première boucle.

La limite de temps pour boucler la totalité du parcours est fixée à 2 heures par les organisateurs, quelle que soit la course (5 km ou 10 km). Au-delà, la sécurité ne sera plus assurée.

En application du règlement de C.N.C.R., tout accompagnateur à bicyclette ou en roller est interdit sous peine de disqualification.

La décision d'un commissaire de course est sans appel.

Article 7 : secours médical

Une assistance médicale sera assurée durant tout le déroulement de l'épreuve. Un poste de secours sera installé à proximité de la ligne d'arrivée.

Article 8 : assurance

Les organisateurs sont couverts en responsabilité civile par une police d'assurance.

Les participants licenciés bénéficient des garanties accordées par leur licence.

Il incombe aux non-licenciés de s'assurer personnellement.

Par son engagement, chaque coureur déclare être personnellement assuré et dégage la responsabilité des organisateurs pour tout problème de santé qui surviendrait pendant la course ou qui pourrait en découler.

Article 9 : modalités d'inscription et tarifs

Pour le 5 et 10km inscriptions en ligne via le site www.essmathletisme.fr jusqu'au jeudi 24 septembre 2026 à 23h59.

Pour chaque inscription 2€ seront versés à l'association « Les Blouses Roses »

Inscriptions possibles le samedi 26 septembre 2026 au milieu du centre commercial Neyrpc à Saint Martin d'Hères, de 14h à 17h. **Pas d'inscriptions le jour de la course.**

Pour les courses enfants inscriptions uniquement sur place, centre commercial Neyrpc à Saint Martin d'Hères, de 9h à 10h30 le 27 septembre 2026.

Tarifs :

- 5km :
 - Non licenciés :12€ jusqu'au 31 août 23h59 et 15€ après
 - Licenciés FFA : 10€ jusqu'au 31 août 23h59 et 13€ après

- 10km :
 - 14€ jusqu'au 31 août 23h59 et 17€ après
 - Licenciés FFA : 12€ jusqu'au 31 août 23h59 et 15€ après

- Courses enfants : 2€

Important : le nombre de participants peut être limité. L'organisateur se réserve le droit de clôturer les inscriptions dès que ce nombre sera atteint.

TOUT ENGAGEMENT EST FERME ET DEFINITIF ET NE PEUT FAIRE L'OBJET D'AUCUN REMBOURSEMENT POUR QUELQUE MOTIF QUE CE SOIT. AUCUN TRANSFERT D'INSCRIPTION N'EST AUTORISE. TOUTE PERSONNE CEDANT SON DOSSARD A UNE TIERCE PERSONNE SERA TENUE POUR RESPONSABLE EN CAS D'ACCIDENT SURVENU OU PROVOQUE PAR CETTE DERNIERE LE JOUR DE L'EPREUVE. L'ORGANISATEUR DECLINE TOUTE RESPONSABILITE EN CAS D'ACCIDENT DANS CE TYPE DE SITUATION.

Article 10 : dossards et chronométrage

Le retrait des dossards se fera au centre commercial NEYRPIC à Saint Martin d'Hères.

- Le samedi 26 septembre 2026 de 14h à 17h
- Le dimanche 27 septembre de 7h30 à 8h30

Aucun dossard ne sera envoyé par la poste.

Une pièce d'identité et la confirmation d'inscription seront demandées au moment du retrait des dossards. **Seules les inscriptions complètes et validées donneront lieu à la remise d'un dossard.**

Les dossards seront différenciés selon la course et le sexe.

Le port du dossard est obligatoire **sur la poitrine et non plié**. Chaque coureur doit prévoir ses épingles pour attacher le dossard.

Le chronométrage sera réalisé électroniquement. Tous les inscrits se verront remettre un dossard muni d'une puce électronique RFID. Le système sera initialisé sur la ligne de départ et déclenché au coup de pistolet.

Article 11 : classements et récompenses

5 et 10 km : Un classement par catégorie pour chacune des deux courses sera réalisé. Cadeau souvenir pour chaque inscrit.

- Prime pour le record du 5km et du 10km

- Scratch :
 - 3 premiers des classements scratch garçons du 5 et 10 Km
 - 3 premières du classement scratch filles du 5 et 10 Km

- Par catégories garçons et filles pour le 5 et 10km :
 - Cadets, juniors, Espoirs : le premier de chaque catégorie
 - Séniors et Masters 0 : le premier des 2 catégories regroupées
 - Masters 1 et 2 : le premier des 2 catégories regroupées
 - Masters 3 et 4 : le premier des 2 catégories regroupées
 - Masters 5 et 6 : le premier des 2 catégories regroupées
 - Masters 7 et plus : le premier des catégories regroupées

Courses enfants

- Médaille à tous les arrivants.

La remise des récompenses est prévue à partir de 10h30.

Article 12 : Annulation de l'épreuve et remboursement

L'organisateur se réserve le droit d'interrompre ou d'annuler l'épreuve en cas de force majeure, catastrophe naturelle ou de toutes autres circonstances susceptibles de mettre en danger la sécurité des coureurs et le bon déroulement de la course. Dans ce cas, les participants ne pourront prétendre à un quelconque remboursement. Si l'annulation nous est contrainte et forcée nous procéderons au remboursement hors frais de la plateforme d'inscription en ligne.

Article 13 : droit à l'image

Les participants autorisent expressément les organisateurs de la course ainsi que leurs ayants-droits, à utiliser librement les images fixes ou montages audiovisuels, sur lesquels ils pourraient apparaître, pris à l'occasion de leur participation aux 5 et 10km de Saint Martin d'Hères ainsi qu'aux courses enfants, sur tout type de support de communication.

Article 14 : respect de l'environnement

Les organisateurs demandent à tous les concurrents et accompagnateurs de respecter l'environnement et de ne rien jeter sur la voie publique et sur les lieux traversés par la course.

Merci d'avance pour votre collaboration.