

Cann' & Jamb'

Samedi 19 septembre 2026

Règlement de la Marche nordique chronométrée de 12680 m et de l'épreuve de 8700m open (non chronométrée) organisées par Canéjan Athlétisme

Article 1 : cette épreuve est ouverte à tous les personnes licenciées ou non licenciées âgées de 18 ans et plus (catégories Juniors, Espoirs, Séniors et Masters). Elle se déroulera selon les règlements FFA du Marche Nordique Tour.

Article 2 :

- titulaires d'une licence Athlé-compétition, Athlé-entreprise, Athlé-running ou d'un Pass-running délivré(e) par la Fédération Française d'Athlétisme ;
- ou titulaires d'une licence sportive au sens de l'article L.131-6 du code du sport délivrée par une fédération uniquement agréée et sur laquelle doit apparaître, par tous moyens, la non contre-indication à la pratique de l'athlétisme en compétition, de la course à pied en compétition ou de la marche en compétition ;
- ou, pour les autres participants en possession d'un PPS de moins de six mois (lien sur le site d'inscription ou directement sur le site de la Fédération Française d'Athlétisme).

Article 3 : la licence Athlé-compétition est obligatoire pour le classement aux épreuves comptant pour le Marche Nordique Tour ou pour le challenge de LANA. Tout autre participant ne pourra apparaître dans les classements de ces championnats, même s'il a concouru sur l'épreuve.

Article 4 : Pour le 12,7km comptant pour le challenge de LANA, le départ sera donné à 9h00 sur le site du centre culturel Simone SIGNORET à Canéjan.
Pour l'épreuve de 8700m open (non chronométrée), le départ sera donné à 11h00, sur le site du centre culturel Simone SIGNORET, à Canéjan.

Article 5 : par le simple fait de son inscription, tout concurrent prend connaissance des informations suivantes :

- conformément aux dispositions de la loi n°78-17 du 11 janvier 1978 modifiée dite « informatique et libertés », chaque participant est informé de l'existence de fichiers contenant des informations personnelles et du droit d'accès et de rectification dont il dispose ;
- conformément aux dispositions de la même loi, et à la demande de la Commission Informatique et Libertés (CNIL), chaque participant est informé que ses résultats pourront être publiés sur le site internet de l'épreuve et sur celui de la FFA. Si des participants souhaitent s'opposer à la publication de leur résultat, ils doivent expressément en informer l'organisateur et, le cas échéant, la FFA (cil@athle.fr);
- l'organisateur se réserve le droit d'exploiter les éventuelles images prises lors de la manifestation, sous quelque forme que ce soit.

Article 6 : Le chronométrage sera assuré par la société ProTiming, sur l'ensemble de l'évènement.

- Article 7 :** Pour le 12,7km, les récompenses sont les suivantes : les trois premières féminines et les trois premiers masculins seront récompensés (scratch) en fonction de leur place respective. Seront, ensuite, récompensés la première et le premier de chaque catégorie.
Pour l'épreuve open de 8700m, il n'y aura pas de récompense décernée.

Les remises des récompenses se feront après l'arrivée du ou de la dernière concurrente du 12,7km et, une fois que les résultats seront rendus par le chronométreur.
- Article 8 :** la couverture médicale de l'épreuve sera assurée par la Croix Rouge de Gradignan.
- Article 9 :** Canéjan Athlétisme se réserve le droit de modifier le présent règlement, après avis de la FFA.
- Article 10 :** Le droit d'engagement au 12,7km est fixé à 16€00 par concurrent(e). Le droit d'engagement à l'épreuve open de 8700m est fixé à 10€ (individuel).
- Article 11 :** Pour l'épreuve chronométrée de 12,7km, chaque concurrent doit prendre le départ avec un dossard ventral et un dossard dorsal, les deux correctement épinglés avec, au minimum trois épingles de sûreté et placés de façon à être visibles, de face comme de dos, par tout signaleur ou juge. Tout manquement à cette règle imposera un arrêt provisoire servant à replacer le ou les dossards de façon à être visible(s) par tout signaleur ou juge. En cas de refus d'obtempérer, le concurrent peut se voir signifier une disqualification pure et simple.

Les dossards (pucés) seront récupérés à l'issue de chaque épreuve.

Pour l'épreuve open de 8700m, chaque concurrent doit prendre le départ avec un dossard (non pucé) épinglé en ventral.
- Article 12 :** les participants pourront être contrôlés à tout moment par les signaleurs en poste sur le parcours. Tout manquement aux règles de la marche nordique en compétition (voir en annexe) amènera le signaleur à informer le ou la concurrente la faute constatée. Les juges présents sur l'épreuve chronométrée sont les seuls à pouvoir sanctionner les fautifs suivant le protocole établi par la commission nationale de marche. Le juge signifiera par un carton jaune et un carton avec le logo de la faute au concurrent et l'arrêtera 1mn. Si une faute est commise dans cette dernière ligne droite, la rétrogradation pure et simple du fautif ou de la fautive est appliquée afin de rétablir le classement initial (celui d'avant la faute).

Chaque concurrent peut être pénalisé 3 fois avant que la 4^{ème} faute reconnue entraîne la disqualification pure et simple du dit concurrent. Le chef juge, présent sur la ligne d'arrivée, signifiera par un carton rouge toute disqualification due à une ou des fautes lors de la compétition.
- Article 13 :** Lors de l'épreuve open, il n'y aura pas de sanction aux fautes constatées mais, les signaleurs pourront faire des remarques sur le manque de qualité technique des participants.

DEFINITION DE LA MARCHE NORDIQUE EN COMPETITION*

La Marche Nordique compétition reprend l'intégralité des gestes fondamentaux caractérisant cette discipline enseignée comme telle dans les clubs FFA en Loisir et Forme Santé

- L'utilisation de bâtons « marche nordique » est obligatoire.
- Elle consiste à propulser le corps à l'aide des quatre membres en exerçant une poussée au sol à l'impact du bâton. La pointe doit rester au sol jusqu'à la fin du mouvement de poussée.
- A chaque instant, on doit avoir un pied et un bâton en contact avec le sol, le bras et la jambe devant toujours être en opposition.
- Le pas de course est interdit.
- La main et le coude du bras d'attaque doivent passer devant le buste puis, derrière la fesse, en fin de poussée (amplitude du geste).
- Le pied qui avance doit attaquer le sol avec le talon. Le pas glissé qui consiste à allonger au maximum la foulée en attaquant le sol par la plante du pied est pénalisé.
- La jambe d'attaque ne doit pas être tendue lors de son passage à la verticale du bassin. L'alignement articulaire est obligatoire : pied, genou, bassin, épaule et tête doivent être alignés. L'abaissement du centre de gravité provoqué par le fléchissement des genoux est pénalisé.
- L'aide et l'accompagnement extérieurs en dehors des zones prévues sont interdits (ravitaillement, matériel...).

* Extraction du document « règlement Marche Nordique Compétition, MAJ du 06/07/2023 » élaboré par la FFA



Règlement Marche Nordique Compétition

Application 1er septembre 2023



POUSSÉE



Poussée avant



Poussée arrière



ALIGNEMENT



Abaissement du centre de gravité



Alignement articulaire



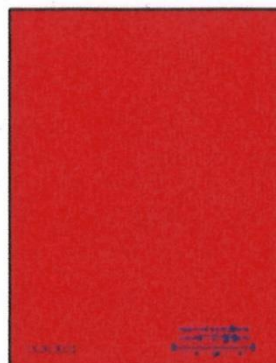
Oscillation des épaules



Pas glissé



Marche athlétique



Comportement anti-sportif



Pas de course



MARCHE NORDIQUE
COMPÉTITION