Les COLLINES de GARCHES
8 et 16 km

REGLEMENT DES EPREUVES

Document créé le 06 juillet 2026 - dernière modification 22 octobre 2026

Toute inscription aux épreuves de Les Collines de Garches© 2026 implique l'acceptation tacite du présent règlement.

Ce règlement est susceptible d'être modifié afin de l'adapter aux exigences de l'administration le jour de la course dans le but d'assurer la sécurité de tous.

1. EPREUVE

Des épreuves chronométrées en ville et sur un circuit forestier (bitume ou chemins en dur) empruntant en grande partie les rues des villes de Garches et Vaucresson, ainsi que les chemins de la forêt domaniale de la Malmaison ("Bois de Saint-Cucufa"). Les distances des 2 épreuves de Les Collines de Garches© sont de 8,3 km et 16,2 km environ. Les épreuves se déroulent en une seule étape, à allure libre, en un temps limité et couplé à des barrières horaires strictes.

	Les 5 Collines (16,2 km)	Les 2 Collines (8,3 km)
Date	*Dimanche 22 novembre 2026*	
Heure de départ*	9h	9h30
Dénivelé positif	275 D+	120 D+
Lieu de départ	*Rue de Suresnes, au niveau de la piscine*	
Lieu d'arrivée	*Le stade Léo-Lagrange*	

**Les heures de départ sont susceptibles d'être modifiées à tout moment par l'Organisateur pour des raisons propres à l'organisation de l'événement.*

2. PARTICIPATION

Les épreuves sont ouvertes à toute personne, licenciée ou non dont l'âge minimum requis dépend de l'épreuve choisie.

	Les 5 Collines (16,2 km)	Les 2 Collines (8,3 km)
Né(e) avant le	31 décembre 2008	31 décembre 2009
Catégorie	Juniors à vétérans	Juniors à vétérans

3. ÉPREUVES EN SEMI AUTOSUFFISANCE

Le principe d'épreuve individuelle en semi autosuffisance est la règle retenue pour l'épreuve de 16km.

Sur le parcours, une zone de ravitaillement est approvisionnée en boissons et nourriture à consommer sur place. Seule l'eau (à l'exclusion des autres boissons) est destinée au remplissage des bidons ou poches à eau.

Chaque participant doit veiller à disposer, au départ de chaque zone de ravitaillement, de la quantité d'eau et d'aliments qui lui est nécessaire pour rallier le point de ravitaillement suivant.

Tous soins médicaux ou paramédicaux personnels sont strictement interdits.

4. CONDITIONS D'INSCRIPTION

- Certificat médical :

L'inscription à une compétition sportive autorisée par une fédération délégataire ou organisée par une fédération agréée est subordonnée à la présentation d'une licence dans la discipline concernée conformément au second alinéa du I de l'article L. 231-2 du Code du sport.

A défaut de présentation de cette licence, l'inscription est subordonnée à la présentation d'un PPS valide.

- Droit d'inscription :

Les droits d'inscription sont de :

- 33 € pour le 16 km dimanche matin

- 25 € pour le 8 km dimanche matin

- Tarification "Early bird" :

Un contingent de dossards est proposé à tarif préférentiel pour chacune des courses, dès l'ouverture à la vente des dossards, sans limite de temps, dans la limite des places mentionnée ci-dessous.

- Early bird 16 km: 23 € dans la limite de 50 dossards puis 28 € dans la limite de 50 dossards
- Early bird 8 km: 17 € dans la limite de 50 dossards puis 21 € dans la limite de 50 dossards

- Clôture des inscriptions :

La clôture des inscriptions est fixée au : 19 novembre 2026 à 20h

- Athlètes handisport :

Le parcours permet l'accueil des personnes à mobilité réduite, y compris les mal-marchants. Les personnes concernées sont invitées à se faire connaître auprès des organisateurs à l'adresse inscriptions@lescollinesdegarches.fr

- Dossard :

Les dossards pour toutes les courses sont à retirer :

- les vendredi 20 novembre et samedi 21 novembre, dans un lieu encore à déterminer.

Il est possible de retirer ou faire retirer des dossards par un tiers sous réserve de présenter un justificatif et/ou preuve d'inscription. L'athlète doit porter le dossard fourni par l'organisation intégralement visible durant la totalité de la compétition, et le restituer à l'issue de l'épreuve.

Un mail sera transmis à chaque participant afin de préciser le lieu de retrait des dossards.

- Matériel de sécurité :

Aucun matériel de sécurité n'est exigé. Néanmoins il est conseillé d'emporter une réserve d'eau. De l'eau sera proposée au remplissage des réserves d'eau des coureurs au ravitaillement à mi-course et à l'arrivée. Mais aucune bouteille d'eau jetable ne sera distribuée.

- Rétraction :

Tout engagement est ferme et définitif et ne donne lieu à aucun remboursement en cas de non-participation.

Une assurance annulation payante est disponible au moment de l'inscription du coureur : il pourra la mettre en œuvre dans le respect des conditions de vente précisées sur l'application Protiming.

Il n'est pas possible d'annuler son inscription et de prétendre à un remboursement hors assurance annulation.

- Cession de dossard:

Un module de "bourse aux dossards" est proposé aux coureurs qui souhaitent revendre leur dossard, accessible depuis la plateforme de vente des dossards Protiming.

La revente n'est toutefois pas garantie, elle sera possible dans la limite des demandes de dossards reçues.

Toute revente ou cession hors plate forme dédiée mise à disposition par Protiming est formellement interdite. Une cession dégage de fait la responsabilité de l'organisation en cas d'accident subi ou provoqué lors de l'épreuve. En cas d'accident, le cédant et le repreneur du dossard verront leur responsabilité engagée.

- Acceptation du présent règlement :

Le concurrent accepte sans réserve le présent règlement au moment de régler son inscription.

5. ACCEPTATION DU REGLEMENT ET DE L'ÉTHIQUE

La participation aux épreuves de Les Collines de Garches© entraîne de facto l'acceptation sans réserve du présent règlement et de la charte éthique de l'événement.

Il est formellement interdit de jeter quoi que ce soit sur l'ensemble des parcours de l'événement. Tout participant pris en train de jeter sciemment ses déchets sur le parcours sera immédiatement disqualifié. Des poubelles sont disposées en grand nombre sur la zone de ravitaillement et la zone de Départ / Arrivée et doivent impérativement être utilisées en vue d'un tri sélectif des déchets par l'organisation. Tout inscrit s'engage à emprunter dans leur intégralité les chemins balisés par l'organisation sans couper. Le non-respect de cette directive entraînera une disqualification du participant.

Par son inscription, chaque participant accepte expressément la charte éthique de l'événement ci-dessous :

A. RESPECTER LA NATURE
   • PRIVILÉGIER LES TRANSPORTS ÉCO RESPONSABLE (transports en commun, vélo, co-voiturage, autopartage…) pour vos déplacements.
   • EVITER LE GASPILLAGE, le suremballage, la surconsommation (alimentaire, équipements…) Ex. Gourde et non bouteille plastique.
   • NE RIEN JETER au sol, respecter la faune, la flore du parc.
   • Respecter scrupuleusement le TRI DES DÉCHETS.
   • UTILISER LES TOILETTES SECHES à mise à disposition.
   • SENSIBILISER les autres participants, les spectateurs et votre entourage aux ECO-GESTES.

B. RESPECTER LES PERSONNES
   • NE PAS GÊNER les participants.
   • NE PAS AIDER À TRICHER, ni avant, ni pendant, ni après l'épreuve, ce qui signifie que vous limitez votre aide aux participants sur les lieux de ravitaillements.
   • RESPECTER AUTRUI, qu'il s'agisse des participants, des bénévoles, des autres spectateurs / accompagnateurs que vous ne manque rez pas de rencontrer durant la manifestation.
   • Pour tous, la course Les Collines de Garches© doit être un MOMENT FESTIF.
   • EXPLORER SES LIMITES dans le respect de soi-même.

C. RESPECTER LES VALEURS DE SOLIDARITÉ
   • VENIR EN AIDE à toute personne en situation dangereuse, ou en difficulté.
   • ENCOURAGER l'ensemble des participants.

6. NOMBRE MAXIMUM DE PARTICIPANTS PAR EPREUVE

	Les 5 Collines - 16,2 km	Les 2 Collines - 8,3 km
Nombre maximum de participants*	700	400

**Le nombre de participants est donné à titre indicatif*

7. EQUIPEMENTS POUR LES ÉPREUVES

		5 Collines	2 Collines
Obligatoire	*Gobelet personnel 15cl ou gourde*	*x*	*x*
	Téléphone mobile *=> ne pas masquer son numéro* *=> ne pas oublier de partir avec des batteries chargées*	*x*	*x*
Recommandé	*Réserve d'eau*	x	x
	Réserve alimentaire	x	

	Veste imperméable contre le mauvais temps	x	

Pour votre sécurité et celle des autres participants, l'utilisation d'écouteurs est fortement déconseillée tout au long du parcours. Elle peut nuire à l'écoute de votre propre environnement pendant les épreuves. L'utilisation de ces supports est sous la responsabilité exclusive du participant.

8. CHRONOMÉTRAGE, PUCES ET BALISES DE GÉOLOCALISATION

Les règles de chronométrage sur la course Les Collines de Garches©. qui s'appliquent sur toutes les épreuves sont les suivantes : **Temps réel** (déclenchement du chronomètre au passage sur le tapis).
Le chronométrage sera effectué grâce à un système de puces collées au dossard.
Tous les inscrits se verront remettre un dossard avec une puce collée qui servira à mesurer le temps du participant sur la totalité de la distance.
Des balises seront installées sur les différents points du parcours. Un concurrent ne parcourant pas la totalité de la distance ne pourra être classé à l'arrivée. Le participant s'engage sur l'honneur à ne pas anticiper le départ et à parcourir la distance complète avant de franchir la ligne d'arrivée.

Chaque coureur est responsable de la bonne utilisation de la puce. Le participant ne pourra pas être chronométré dans les cas suivants :

- non port de la puce
- perte de la puce
- dégradation de la puce
- port de la puce non conforme

9. SECURITE ET ASSISTANCE MÉDICALE

Les signaleurs sont présents à des points stratégiques du parcours pour assurer la sécurité des participants. Chaque participant devra se conformer aux consignes données par les signaleurs

Un poste de secours est implanté à l'arrivée au village. Les postes de secours sont destinés à porter assistance à toute personne en danger avec les moyens propres à l'organisation ou conventionnés. Les secouristes sont habilités à faire évacuer par tout moyen à leur convenance les participants qu'ils jugeront en danger. En cas de nécessité, pour des raisons allant toujours dans l'intérêt de la personne secourue, il sera fait appel à la brigade de pompiers ou au SAMU, à ce moment-là, la direction des opérations mettra en œuvre tous moyens appropriés. Les frais résultant de l'emploi de ces moyens exceptionnels seront supportés par la personne secourue qui devra également assurer son retour du point où elle aura été évacuée. Elle pourra alors présenter un dossier auprès de son assurance individuelle accident personnelle. Tout participant faisant appel à un médecin ou un secouriste se soumet de fait à son autorité et s'engage à accepter ses décisions.

10. SOINS COUREURS

Des élèves podologues seront présents sur la zone d'arrivée ou à proximité de celle-ci pour apporter une aide aux coureurs après leur arrivée sur les épreuves. L'accès aux soins n'est possible que pour les participants porteurs d'un dossard. L'accès aux soins et leur nature sont laissés à l'appréciation du personnel soignant, notamment en fonction de l'affluence.

- Ouverture du poste de soins : 8h30

- Fermeture du poste de soins : 13h

11. POSTE DE CONTRÔLE ET ZONES DE RAVITAILLEMENTS

Des zones de contrôle « volants » sont mises en place à plusieurs endroits sur le parcours des épreuves. Leur localisation n'est pas communiquée par l'organisation et les moyens de contrôle seront spécifiés aux participants lors du briefing d'avant course. Seuls les participants porteurs d'un dossard visible ont accès aux zones de ravitaillement.
L'organisation se laisse la possibilité de contrôler le tracé des « Finishers »
IMPORTANT : Aucun gobelet ni aucune bouteille ne sera distribué sur les ravitaillements.

12. TEMPS MAXIMUM AUTORISE

Est considéré comme « Finisher » le participant ayant franchi TOUS les points intermédiaires et la ligne d'arrivée dans le temps maximal imparti. Les temps limites de mise hors course sont les suivants :

- ☐ **Les 5 collines 16,2 km** : Heure de départ 9h
  Sortie du Bois de St Cucufa : 10h30
  Heure limite : 11h30

- ☐ **Les 2 collines 8,3 km** : Heure de départ 09h30 - Heure limite : 11h15

En cas de mauvaises conditions météorologiques et/ou pour des raisons de sécurité, l'organisation se réserve le droit d'annuler et/ou d'arrêter l'épreuve en cours, voire de modifier les temps limites de mise hors course en liaison avec les autorités publiques.

13. ABANDON

Le participant désirant abandonner doit prévenir le responsable de la zone dans laquelle il se trouve. Ce responsable récupère la puce du participant abandonnant. Le participant conserve son dossard car c'est son laissez-passer pour accéder à l'air d'arrivée (vestiaire, ravitaillement, zone de soins éventuels etc.)

14. JURY D'ÉPREUVE

Sauf changement de dernière minute, il se compose :
• du directeur de l'organisation, Vincent Girard
• du directeur de la course, Jérémie Clévy
• de la directrice du village, Anne Lamiré

Le jury est habilité à statuer dans le délai compatible avec les impératifs de la compétition sur tous les litiges ou disqualifications survenus durant l'épreuve. Les décisions sont sans appel.

15. CLASSEMENTS ET RECOMPENSES

Seuls les coureurs des courses franchissant la ligne d'arrivée seront classés. Aucune prime en argent n'est distribuée. Tous les coureurs « Finishers » recevront la même dotation spécifique. On entend par « Finisher » tous les participants ralliant la ligne d'arrivée avant l'ultime barrière horaire en ayant franchi les points intermédiaires dans les délais impartis.

Un classement général homme et femme et un classement pour chaque catégorie homme et femme seront établis sur la base des règles de chronométrage évoquées dans l'article 8.
Rappel :
- Pour la course de 16 km : classement réalisé sur la base du temps réel
- Pour la course de 8 km : classement réalisé sur la base du temps réel

Sur la base du temps réel, la cérémonie protocolaire récompensera les 3 premiers hommes et les 3 premières femmes du classement général provisoire. Il est à noter qu'il n'y a pas de récompense particulière pour les catégories d'âge.

16. DROIT À L'IMAGE

Le concurrent renonce expressément à tout droit personnel à image et autorise l'organisateur ainsi que ses ayants-droits et partenaires à utiliser celle-ci sur tout support, pour une durée de 5 ans, dans l'Union Européenne.

17. ANNULATION

En cas d'annulation des épreuves, imposée par une autorité administrative ou bien décidée par les organisateurs placés dans l'impossibilité de se conformer aux mesures imposées, les participants ne pourront prétendre à aucun remboursement de leurs frais d'inscription ou toute autre indemnité.
En cas d'annulation pour cause d'un nombre insuffisant d'inscrits, fixé à 400 personnes, les frais d'inscription seront remboursés.

18. ACCEPTATION

Tout concurrent reconnaît avoir pris connaissance du présent règlement et en accepter toutes les clauses sous peine de disqualification. Les participants dégagent les organisateurs de toutes responsabilités pour tous les dommages subis ou causés par eux-mêmes avant, pendant et après l'épreuve. Nous comptons, amis coureurs et marcheurs, sur le respect du règlement et sur votre esprit sportif.