

# REGLEMENT DU RAID SUR LES TRACES D'HERCULE

**Article 1 :** Le RAID **SUR LES TRACES D'HERCULE** élaborée par le **GNT\_EVENTS** est constitué d'un parcours de 33 km qui débute et se termine à LEUCATE PLAGE.

**Article 2 :** **SUR LES TRACES D'HERCULE** est composé de plusieurs disciplines. Au départ de PORT LEUCATE, les concurrents courent sur un **SWIMRUN** découpé en 9 sections (5 sections « course à pied » d'une distance totale additionnée d'environ 7km et 4 sections « natation » d'une distance totale additionnée de 2,5 km). Ce **SWIMRUN** les amènera à LEUCATE-PLAGE où ils enchaîneront sur un **BIKE AND RUN** de 11 km sur le plateau de Leucate avec retour à LEUCATE PLAGE. Là, ils devront effectuer une **NATATION** de 1500m avant de repartir sur un **TRAIL** de 10,5km qui les mènera de LEUCATE-PLAGE à LEUCATE-PAGE avec un passage à LEUCATE VILLAGE.

**Article 3 :** **GNT\_EVENTS** a choisi **SUR LES TRACES D'HERCULE** comme étant le support du *Challenge Entreprises et du Challenge Collectivités*.

**Article 4 :** Les concurrents doivent obligatoirement s'inscrire par équipe de 2 et ont trois possibilités d'inscription :

- **Equipe de 2** (*Deux personnes nominativement citées lors de l'inscription*)
- **Relais : 4 équipes de 2** (*Nominativement citées lors de l'inscription sur chaque parcours*)
- **Relais Challenge Entreprises et Challenge Collectivités : 4 équipes de 2** (*Nominativement citées lors de l'inscription sur chaque parcours*)

*Particularité : Une personne effectuant un relais peut s'inscrire sur un autre relais.*

## **Article 5 : MODALITES COMMUNES A TOUS LES TYPES D'INSCRIPTION**

Pour tous : **AUTONOMIE TOTALE** (seuls des ravitaillements en liquide pourront être mis en place en quelques points du parcours).

## **Article 6 : CONCURRENTS EN EQUIPE DE 2**

S'organiser pour déposer son matériel sur le site de transition (VTT, Chaussures, alimentation...)

**Article 7 : CONCURENTS EN RELAIS (CHALLENGES OU NON)**

- Les équipes de relayeurs sont constituées librement au moment de l'inscription.
- Chaque équipe doit assurer elle même la mise en place de ses relayeurs au départ.
- Le relais se fera entre les équipes par le passage **de la puce et de chaque dossard** aux relayeurs suivants, sur les lieux du passage à la section suivante.

**Article 8 :** Les inscriptions se font de manière progressive de leur ouverture à leur clôture. Leur tarif sera fixe jusqu'à une date déterminée par le GNT\_EVENTS. Il augmentera ensuite en deux phases à deux dates prédéfinies. Les détails sont consultables sur le site du GNT : <http://grandnarbonnetriathlon.org> rubrique GNT EVENTS

**Article 9 :** Aucune inscription ne sera prise sur place.

**Article 10 :** Les horaires de départ sont consultables sur le site de la course. <http://grandnarbonnetriathlon.org> rubrique GNT EVENTS

