

LA CHUTE DU DIABLE 2024

RÈGLEMENTS

Tout événement sportif doit avoir certaines règles afin d'être équitable, plaisant et sécuritaire pour tous. Dans ce domaine, notre événement n'est pas différent!

Voici nos règlements :

1. **Bonne humeur obligatoire**, mais surtout **interdiction de chialer!**
2. Complétez le parcours en entier tel qu'indiqué. Il est **interdit de prendre un raccourci** ou de couper entre les « *switchbacks* ».
3. Portez fièrement votre **dossard à l'avant**. Il doit être visible en tout temps.
4. Assurez-vous que votre **numéro est noté par le bénévole** responsable à chaque station de ravitaillement.
5. **Laissez le passage** aux véhicules, ours, loups et autres créatures sauvages de la forêt mauricienne. Suivez attentivement les instructions des bénévoles responsables de la sécurité aux traverses de chemins. Les sentiers et les chemins seront ouverts au public le jour de l'évènement. **Veillez respecter les autres usagers.**
6. **Informez un bénévole responsable de la sécurité si vous abandonnez la course**. Remettez-lui votre dossard, vous ne pourrez malheureusement pas le garder et vous aurez une mention...DNF (Did Not Finish). Un transport jusqu'à l'Amphithéâtre vous sera fourni sur demande. Négliger d'avertir un responsable entrainera le déclenchement des opérations de recherche et sauvetage.
7. **Suivez les instructions des bénévoles** et **acceptez les décisions du personnel médical** aux stations de ravitaillement.
8. Si vous êtes **blessé(e) et incapable de poursuivre** jusqu'à la prochaine station de ravitaillement, **demeurez sur place** jusqu'au passage du « balais » (fermeur de parcours). Il pourra vous venir en aide ou avertir les responsables de la sécurité. **Ne prenez surtout pas un raccourci** pour vous rendre au prochain ravitaillement, ceci pourrait compliquer les opérations de recherche et sauvetage et retarder le moment où vous serez secouru(e).
9. La présence des **équipes de soutien est permise** uniquement aux stations principales de ravitaillement (Accueil Pins-Rouges, Lac Shawinigan et Lac en Croix). Les meneurs d'allure ou « **pacers** » **ne sont pas autorisés.**

10. **Temps limite** : Le temps alloué pour compléter chaque épreuve ainsi que les *cutoffs* à chaque station de ravitaillement sont disponibles sur la page d'accueil du site lachutedudiable.ca. Les coureurs doivent franchir la ligne d'arrivée avant 21h00. Ils doivent également **quitter** la station de selon les temps de passages maximums aux ravitos ("*hard cutoffs*"). *Hard cutoffs* ça veut dire qu'on n'a pas de pitié si tu arrives 2 minutes en retard. Vous devez être parti(e) à l'heure maximale indiquée sur le site Web, sinon vous serez disqualifié(e).
11. **Bâtons/pôles** : Permis pour les coureurs du 50 et du 75 km. Interdits aux coureurs du 35 km.
12. **Écouteurs** : Nous encourageons les gens à courir **sans écouteurs pour entendre les autres arriver** étant donné que les sentiers sont en majorité de type *single track*. Mettons que le Diable est à vos trousses, c'est quand même important de l'entendre arriver. Les **écouteurs à induction osseuse** (permettant d'entendre l'environnement autour de soi) ou le fait d'**utiliser 1 écouteur au lieu de 2** peuvent être des options alternatives intéressantes.
13. Tout coureur qui part du ravitaillement du **Lac-en-Croix après 16h30** doit **obligatoirement avoir une lampe frontale** avec lui, sous peine de disqualification.
14. Chaque station de ravitaillement sera en opération durant une période précise. Si vous décidez de **continuer après la fermeture d'une section du parcours**, vous ne serez plus considéré(e) comme participant(e) officiel de la course et le poursuivrez **à vos propres risques**.
15. **Laissez les sentiers exempts de déchets**. Nous devons laisser les sentiers aussi propres, sinon plus, que lorsque nous les avons empruntés. Faites-en également votre responsabilité! Le non respect de ce règlement pourrait mettre en jeu la tenue de l'évènement dans le futur. Portez une attention spéciale aux sachets de gel ainsi qu'aux emballages de barres énergétiques!!! Tout participant surpris à laisser des déchets sur le parcours sera sujet à une disqualification immédiate.
16. Si vous ne respectez pas les règlements décrits ci-haut... vous serez sujet à une **disqualification**. Vous devrez également vous justifier devant le Diable. Pensez-y!

Enfin, mais tellement important : **amusez-vous, ayez une super course et profitez des sentiers!**

Happy Trails!