

Règlement Nordic Tonic 2019

Monclar d'Agenais (47) Lac de Magre

Le Comité Départemental de Randonnée Pédestre du Lot et Garonne, en association avec le club Castel Piétonics de Castelmoron sur Lot, organise une manifestation de marche Nordique nommée Nordic Tonic

dimanche 17 novembre 2019
à la salle des fêtes de Monclar d'Agenais située au Lac de Magre

Il s'agit d'une manifestation à allure libre, sans compétition ni classement, dans le strict respect du code de la route.

La Nordic Tonic est une manifestation 100% Marche nordique, ouverte uniquement aux marcheurs de plus de 12 ans équipés de bâtons spécifiques, du débutant aux confirmés, quelque soit son niveau, licenciés ou non, appartenant à un club ou pas, toutes fédérations confondues.

Cette manifestation non chronométrée n'étant pas compétitive, la loi n'oblige pas la fourniture d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la Marche Nordique.

Respect de l'environnement : ne rien jeter sur la voir publique ni sur les chemins.

Respecter les consignes de tri sélectif sur le site.

L'équipement du marcheur doit être adapté aux conditions climatiques.

Accueil et circuits

L'accueil se fait à la salle des fêtes à partir de 7h45.

3 circuits sont proposés : **Loisir 5 km**, **Confirmé 10 km**, **Sportif 15 km**.

Un ravitaillement vitaminé sera proposé sur les parcours Confirmé et Sportif ainsi qu'à la salle des fêtes pour le parcours Loisir.

Une initiation à la marche nordique avec prêt de bâtons est proposée et sera assurée par des Animateurs Marche Nordique diplômés.

Chaque parcours sera balisé.

Chaque participant choisit son parcours lors de l'inscription, en fonction de ses capacités physiques. Des serre-files fermeront les parcours.

Tarifs

6 € jusqu'au 15/11 à 12h inclus, 8 € ensuite. Réservation en ligne possible.

Aucune inscription ne sera prise en compte sans le règlement.

Droit à l'image

Tout participant autorise les organisateurs de Nordic Tonic ainsi que leurs ayants droits tels que partenaires et médias à utiliser les images fixes et audiovisuelles sur lesquelles il pourrait apparaître, sur tous supports y compris les documents promotionnels et publicitaires.

Sécurité

Les enfants mineurs sont sous la responsabilité de leurs parents.

Les organisateurs sont identifiables par le port d'un brassard rouge (organisateur CDRP47)

Le parcours reste ouvert à la circulation; chaque participant devra se conformer au code de la route et respecter les consignes des signaleurs chargés de faciliter les passages des traversées de route.

Les mairies et les pompiers auront reçu toutes les informations sur la manifestation (carte des parcours).

Un médecin du Comité sera présent à la manifestation.

Il est fortement recommandé d'emporter de quoi boire.