

26^{ème} édition des Foulées de la Norges

dimanche 21 septembre 2025

Information essentielle (page 1 / 2)

INSCRIPTIONS

jusqu'au
samedi 20 septembre 2025
18H00



uniquement par internet

LES EPREUVES

Epreuve	Label	Ouverte aux catégories	né en	Horaire départ	Tarif tout compris frais bancaires + frais de gestion + don 1€ Léo
Animation Eveil Athlé	Réglementation FFA épreuve d'endurance non chronométrée limitée à 5' sur un parcours de 500m	U7 Baby Athlé U10 Eveil Athlé	2017 et après	10h15	3,00 €
Animation Poussins	Réglementation FFA épreuve d'endurance non chronométrée limitée à 8' sur un parcours de 1000m	U12 Poussins	2016 2015	10h00	3,00 €
Course 2000 m	Réglementation FFA chronométrée Label Challenge de l'Etoile Echelle cotation jeunes	U14 Benjamins	2014 2013	9h30	3,00 €
	Réglementation FFA chronométrée	U16 Minimes	2012 2011		
Course 5,2 km	Réglementation FFA chronométrée Label Challenge de l'étoile échelle 50 points	U16 Minimes U18 Cadets U20 Juniors U23 Espoirs SE Séniors MA Masters	2012 et avant	10h30	11,00 €
Course 10,0 km	Réglementation FFA chronométrée Label Challenge de l'étoile échelle 100 points	U18 Cadets U20 Juniors U23 Espoirs SE Séniors MA Masters	2010 et avant	10h30	15,00 €
Marche 5,0 km	Réglementation FFA chronométrée	U16 Minimes U18 Cadets U20 Juniors U23 Espoirs SE Séniors MA Masters	2012 et avant	10h40	11,00 €

Les années de naissance prennent en considération le changement de catégorie effectif au 1^{er} septembre 2025

INFORMATION COMPLEMENTAIRE

Pour tout savoir

Site officiel

<https://www.joggersvaldenorge.fr/>

Pour rester informés



Instagram

[#foulesdelanorges](https://www.instagram.com/foulesdelanorges)



facebook

Foulées de la Norges

Pour tout comprendre

Règlement complet

Page 3 à 8 du présent document

26^{ème} édition des Foulées de la Norges

dimanche 21 septembre 2025

Information essentielle (page 2 / 2)

JUSTIFICATIFS DEMANDES A L'INSCRIPTION

si mineur au 21/09/2025



Déposer obligatoirement 1 des 4 documents :

- Questionnaire santé sans rubrique négative datant de moins de 1 mois
- Certificat médical de moins de 6 mois
- Licence valide délivrée par la FFA : Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running, Pass' J'aime Courir
- Licence valide délivrée par une fédération partenaire FFA
- +
- une autorisation parentale signée par 1 représentant légal

si majeur au 21/09/2025



Déposer obligatoirement 1 des 2 documents :

- Attestation de la réalisation du PPS (Parcours de Prévention Santé) datant de moins de 3 mois. L'attestation peut être délivrée après visionnage de vidéos de sensibilisation d'une durée de 3' et disponibles en lien sur notre site d'inscription ou sur <https://pps.athle.fr/>
- Licence valide délivrée par la FFA : Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running, Pass' J'aime Courir

RETRAIT DES DOSSARDS

vendredi 19 septembre 2025		samedi 20 septembre 2025		dimanche 21 septembre 2025	
		MATIN	de 10h00 à 13h00 chez notre partenaire 	MATIN	à partir de 09h00 à la salle des Fêtes de Bretigny
FIN APRES MIDI	de 16h30 à 19h00 à la salle des Fêtes de Bretigny 	MIDI			
		APRES MIDI	de 14h00 à 18h00 à la salle des Fêtes de Bretigny 		

ACCESSIBILITE DU SITE RETRAIT DOSSARD/DEPART LE DIMANCHE

Suivre le fléchage pour se rendre sur les parkings

Parkings disponibles

Commune de Bretigny

dont 1 parking réservé famille nombreuse		à 200m du départ
dont 1 parking réservé PMR		à 200m du départ

Respecter l'environnement et les parcours

	ne pas se garer sur des espaces verts de la commune que des panneaux soient présents ou non
	respecter les consignes d'interdiction de stationner sur les sections des épreuves

26^{ème} édition des Foulées de la Norges

dimanche 21 septembre 2025

Règlement complet

RESPECT DU REGLEMENT

La participation à l'épreuve implique l'acceptation du présent règlement.

Il est expressément indiqué que les participants aux courses comme les participants aux animations le font sous leur propre et exclusive responsabilité. La participation à l'épreuve se fera sous l'entière responsabilité des coureurs avec renonciation à tout recours envers les organisateurs quel que soit le dommage subi ou occasionné. Les concurrents renoncent expressément à faire valoir des droits à l'égard des organisateurs. Les concurrents s'engagent à n'exercer aucune poursuite envers les organisateurs pour tout incident pouvant résulter de leur participation à cette manifestation.

Les participants aux Foulées de la Norges s'engagent à respecter rigoureusement l'interdiction de dopage ainsi que les dispositions concernant les contrôles antidopage, telles qu'elles résultent des lois et règlements en vigueur, notamment les articles L. 230-1 et suivants du Code du Sport.

Ce présent règlement a été établi en date du 30/06/2025. Il pourra être adapté jusqu'au 20/09/2025 à l'initiative des organisateurs pour prendre en compte toutes les recommandations et exigences exprimées par les services de l'Etat. L'acceptation du règlement au moment de l'inscription vaut pour le règlement diffusé au moment de l'inscription comme pour toutes les mises à jour éventuelles.

FEDERATION SPORTIVE DELEGATAIRE

Les Foulées de la Norges sont organisées par l'Association des Joggers du Val de Norge (AJVN) sis Marie de Bretigny, 2 rue de la Marie, 21490 BRETIGNY. L'organisation dépend de la fédération sportive délégataire de la Fédération Française d'Athlétisme (FFA). A ce titre, l'organisation respecte les règles techniques et de sécurités de la FFA volet réglementation des manifestations running 2025. Les participants aux épreuves des Foulées de la Norges devront également se conformer à cette réglementation FFA.

ORGANISATION

Les courses pédestres « Les Foulées de la Norges » auront lieu le dimanche 21 Septembre 2025. La manifestation comporte 3 courses distinctes ouvertes à tous, 2 animations et 1 marche. Les 3 courses, les 2 animations et la marche sont soumises à des limites d'âge suivantes précisées ci-après.

A noter, que les années prennent en considération le changement de catégorie demandé par la FFA au 01/09/2025 :

- Animation éveil athlétisme : participants nés en 2020 et après (U7/BB Baby athlé)
participants nés en 2019, 2018, 2017 (U10/EA Eveil Athlé)
Cette animation s'apparente à une épreuve d'endurance inférieure à 5 minutes et limitée à 500m maximum. Elle est non compétitive. Pas de podium.
- Animation poussins : participants nés en en 2016, 2015 (U12/PO Poussins)
Cette animation s'apparente à une épreuve d'endurance inférieure à 8 minutes et limitée à 1000m maximum. Elle est non compétitive. Pas de Podium.
- Course 2 000 m : coureurs nés en 2014, 2013(U14/BE Benjamins)
coureurs nés en 2012, 2011 (U16/MI Minimes)
- Course 5,2 km : coureurs nés en 2012, 2011 (U16/MI Minimes)
coureurs nés en 2010, 2009 (U18/CA Cadets)
et avant 2009 (U20/JU Junior, U23/ES Espoirs, Séniors, Masters)

- Course 10 km : coureurs nés en 2010, 2009 (U18/CA Cadets) et avant 2009 (U20/JU Junior, U23/ES Espoirs, Séniors, Masters)
- Marche 5,0 km : coureurs nés en 2012, 2011 (U16/MI Minimes) coureurs nés en 2010, 2009 (U18/CA Cadets) et avant 2009 (U20/JU Junior, U23/ES Espoirs, Séniors, Masters)

Compte-tenu de la simultanéité des épreuves du 5,2 et 10km, il est précisé qu'aucune personne physique de la catégorie Cadet à Master ne peut prétendre concourir pour les 2 courses du 5,2km et 10km à la fois même s'il a produit 2 dossiers d'inscriptions valides pour chacune de ces 2 épreuves : Ses 2 participations seront considérées comme annulées sans prétendre à aucun remboursement.

CHALLENGE DE L'ETOILE

Les Foulées de la Norges compte pour le Challenge de l'Étoile édition 2025. Le classement des coureurs et les récompenses se feront selon la réglementation en vigueur au sein de cette organisation. Les épreuves comptant pour le Challenge de l'Etoile sont :

- Le 2 km pour les benjamins
- Le 5,2 km pour les minimes avec une échelle de cotation jeune, et pour les cadets à masters avec une échelle de 50 points répartis entre le premier qui marque toujours 50 points et le dernier 1 point.
- Le 10 km pour les cadets à master avec une échelle de 100 points répartis entre le premier qui marque toujours 100 points et le dernier 1 point.

REGLEMENT DE LA MARCHÉ

Dans le cadre de l'événement Les Foulées de la Norges, une marche de 5,0 km est organisée afin de promouvoir la pratique du sport-santé pour tous. Cette marche est ouverte à tous licenciés ou non et peut être réalisée avec ou sans bâtons. La gestuelle de marche est libre, mais les participants peuvent, s'ils le souhaitent, adopter les techniques fondamentales de la marche nordique de compétition. Le pas de course est strictement interdit. L'épreuve est chronométrée pour permettre à ceux qui le souhaite d'établir un temps de référence. Toutefois, l'esprit de convivialité, de bienveillance et d'inclusion prime. Chaque participant s'engage à respecter les autres marcheurs et à favoriser la bonne pratique de tous tout au long du parcours. Les bénévoles de l'AJVN ne sont pas formés à l'encadrement technique de la marche et n'interviennent pas pour contrôler la gestuelle. Il appartient à chaque participant d'adopter un comportement sportif et respectueux du présent règlement de la marche.

HORAIRES DES COURSES & ANIMATIONS

Le départ et l'arrivée des épreuves auront lieu devant la salle des fêtes de Bretigny située 12 rue de la Mairie aux horaires :

- | | | |
|------------------------------|---------------------------|--------------------------|
| ▪ Course 2 000 m | : départ de la course à | 9h30, fermeture à 10h00 |
| ▪ Animation poussins | : départ de l'animation à | 10h00, fermeture à 10h08 |
| ▪ Animation éveil athlétisme | : départ de l'animation à | 10h15, fermeture à 10h20 |
| ▪ Course 5,2 km | : départ de la course à | 10h30, fermeture à 12h15 |
| ▪ Course 10 km | : départ de la course à | 10h30, fermeture à 12h15 |
| ▪ Marche 5,0 km | : départ de la marche à | 10h40, fermeture à 12h15 |

Le départ de chacune des animations, courses et marche se fait groupé. Chaque participant doit respecter les consignes des bénévoles de l'organisation.

TARIF DES INSCRIPTIONS

Le tarif de l'inscription pour l'édition 2025 est fixé à :

- Pour l'animation éveil athlé : 3,00 € par internet avec frais bancaires, frais de gestion et don « Léo » inclus.
- Pour l'animation poussins : 3,00 € par internet avec frais bancaires, frais de gestion et don « Léo » inclus.
- Pour la course du 2000 m : 3,00 € par internet avec frais bancaires, frais de gestion et don « Léo » inclus.
- Pour la course du 5,2 km : 11,00 € par internet avec frais bancaires, frais de gestion et don « Léo » inclus.
- Pour la course du 10 km : 15,00 € par internet avec frais bancaires, frais de gestion et don « Léo » inclus.
- Pour la marche du 5 km : 11,00 € par internet avec frais bancaires, frais de gestion et don « Léo » inclus.

Sur demande lors de l'inscription, une confirmation d'inscription par SMS est possible : majoration de 1,00 €. Le retrait du dossard le dimanche le jour de la manifestation sera possible sans majoration. L'association versera 1,00 € sur chaque inscription à l'Association « Un avenir pour Léo ».

MODALITES D'INSCRIPTIONS

Inscription uniquement par internet sur le site Sport-up.fr

Les inscriptions par internet Sport-up.fr seront possibles jusqu'au samedi 20 septembre 2025 18H00 pour les inscriptions individuelles comme pour les groupes. Un moyen de paiement par CB est requis. Les frais bancaires, les frais de gestion et le reversement du don pour l'Association « Un avenir pour Léo » sont inclus dans le tarif. Le nombre de coureurs sur le départ du 10km & 5,2km est limité à 500 participants (cumul des 2 courses à 500).

Inscription sur place

Les inscriptions sur place le vendredi et samedi, individuelles ou groupes, sont possibles via vos propres moyens numériques. Un accompagnement par nos bénévoles est possible.

Inscription par courrier

Les inscriptions par courrier, individuelles ou groupes ne sont pas possibles.

Inscription via courriel ajvn@laposte.net

Les inscriptions groupes **pour les associations ne disposant pas de moyen de paiement par internet** seront possibles sur le site internet. Un virement bancaire devra être réalisé au préalable correspondant au montant de l'inscription. Contacter l'AJVN jusqu'au mercredi 17 septembre 2025 16H via l'adresse courriel ajvn@laposte.net pour disposer des modalités. Le paiement devra être constaté sur le compte AJVN avant le retrait des dossards. Toute autre inscription réceptionnée sur cette adresse ne sera pas considérée.

DOSSIER D'INSCRIPTION

Le dossier d'inscription devra être payé et présenté comme complet sur le site internet pour prétendre au retrait du dossard.

Pour les mineurs au 21/09/2025, toute participation à une des épreuves (animation éveil athlétisme, animation poussins, course 2000m, course 5,2km, course 10km, marche 5km) est soumise à la présentation obligatoire à l'organisateur :

- d'une autorisation parentale issue du modèle présent sur le site internet d'inscription et en complément :
- soit une licence, ou de sa copie, en cours de validité à la date de la manifestation, Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running délivrée par la FFA, ou d'un « Pass' J'aime Courir (Attention : les autres licences délivrées par la FFA (Santé, Encadrement et Découverte ne sont pas acceptées),
- soit une licence sportive, ou de sa copie, en cours de validité à la date de la manifestation, sur laquelle doit apparaître, par tous moyens, la non contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition et délivrée par une des fédérations suivantes :
 - o Fédération des clubs de la défense (FCD),
 - o Fédération française du sport adapté (FFSA),
 - o Fédération française handisport (FFH),
 - o Fédération sportive de la police nationale (FSPN),
 - o Fédération sportive des ASPTT,
 - o Fédération sportive et culturelle de France (FSCF),
 - o Fédération sportive et gymnique du travail (FSGT),
 - o Union française des œuvres laïques d'éducation physique (UFOLEP),
- soit un questionnaire de santé, daté de moins de un mois à la date de la manifestation par lequel le participant et les personnes exerçant l'autorité parentale renseignent conjointement un questionnaire relatif à son état de santé dont le contenu est précisé par arrêté conjoint du ministre chargé de la santé et du ministre chargé des sports. Les personnes exerçant l'autorité parentale sur le sportif mineur attestent auprès de la fédération que chacune des rubriques du questionnaire donne lieu à une réponse négative.

- soit un certificat médical, ou de sa copie, daté de moins de six mois à la date de la manifestation, attestant de l'absence de contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition.

Pour les majeurs au 21/09/2025, toute participation à une des épreuves (course 5,2km ou 10km) est soumise à la présentation obligatoire à l'organisateur :

- soit d'une licence, ou de sa copie, en cours de validité à la date de la manifestation : Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running délivrée par la FFA, ou d'un « Pass' J'aime Courir (Attention : les autres licences délivrées par la FFA (Santé, Encadrement et Découverte ne sont pas acceptées) ;
- soit d'une attestation du PPS relatif au Parcours Prévention Santé attestant que le participant a réalisé le Parcours de Prévention Santé (ou « PPS ») mis en place par la FFA via sa plateforme dédiée <https://pps.athle.fr/> ; Pour être valable, le PPS doit avoir été effectué au maximum trois mois avant la date de la manifestation à laquelle la personne souhaite s'inscrire.

Nota Bene : Pour les mineurs comme les majeurs, les licences étrangères ne sont pas acceptées. Les participants étrangers sont tenus de fournir un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, même s'ils sont détenteurs d'une licence compétition émise par une fédération affiliée à World Athletics. Ce certificat doit être rédigé en langue française, daté, signé et permettre l'authentification du médecin, que ce dernier soit ou non établi sur le territoire national. S'il n'est pas rédigé en langue française, une traduction en français doit être fournie.

RETRAIT DES DOSSARDS

Le retrait des dossards sera possible selon les modalités suivantes :

- le vendredi 19 septembre 2025 de 16h30 à 19h00 à la salle des Fêtes de Bretigny
- le samedi 20 septembre 2025 de 10h00 à 13h00 chez notre partenaire Terre de Running Quétigny
- le samedi 20 septembre 2025 de 14h00 à 18h00 à la salle des Fêtes de Bretigny
- le dimanche 21 septembre 2025 à partir de 09h00 et jusqu'à 30 minutes avant le début des animations ou des courses à la salle des Fêtes de Bretigny.

CHRONOMETRAGE

Le chronométrage pour les épreuves du 2km, 5,2km, 10km et 5km marche se fera de manière électronique à l'aide d'une puce fournie avec le dossard.

- le dossard qui est remis devra être porté sur la face avant du corps (thorax ou abdomen) et bien visible des organisateurs.
- la performance du participant sera calculée en considérant un temps de démarrage du chronométrage calé sur celui du starter et un temps d'arrêt du chronométrage calé sur celui du passage du participant sous l'arche d'arrivée ;
- la puce devra obligatoirement être restituée en même temps que le dossard à l'arrivée.
- tout abandon de l'épreuve devra être signalé dans les plus brefs délais. Le dossard doit être rapporté au chronométreur qui sera situé au niveau de la ligne d'arrivée.
- une barrière de durée au-delà de laquelle le chronométrage et le classement ne sont plus assurés pour l'épreuve est mise en place (30' pour le 2km, 1h45 pour le 5,2 et 10km, 1h35 pour le 5,0 km marche).

ACCOMPAGNATEUR

Aucun accompagnateur notamment en vélo, trottinette ou autres moyens de locomotion n'est autorisé sur le parcours auprès des participants. Les participants en Joëlette ou poussette sont autorisés sous la responsabilité d'un tuteur désigné et doivent se signaler au moment de l'inscription auprès de l'organisation (mail à ajvn@laposte.net) avec qui sera concerté les dispositions à prendre pour faciliter leur participation fluide et sereine au sein du peloton.

RAVITAILLEMENT

Un poste de ravitaillement est prévu à l'arrivée de chacune des courses, animations et marche.

Un poste de ravitaillement – eau, sucre - est prévu au km 5,2 pour le 10km.

CHARTE ENVIRONNEMENT

L'organisation mettra à disposition des parkings le jour des épreuves. Les participants et leurs accompagnateurs s'engagent à utiliser de manière préférentiel les parkings mis à disposition. En outre, le respect de l'environnement et notamment des espaces verts de la commune de Bretigny pour le site départ/arrivée est exigé : Ainsi, le stationnement des véhicules sur les zones en herbes que celles-ci soient matérialisées ou non par des panneaux d'interdiction de stationnement est interdit. Cela s'applique notamment sur l'ensemble des zones en herbe autour de la rivière La Norges comme toutes les autres zones en herbe de la commune.

Les coureurs devront impérativement respecter l'environnement dans lequel ils évoluent. Aucun déchet d'aucune sorte ne devra être rejeté dans la nature. Tout concurrent ne respectant pas les règles minimales de propreté et de respect de la nature pourra être mis hors course.

L'organisation est également engagée dans la réduction des déchets ainsi que dans le tri sélectif des éventuels déchets. Il est demandé aux participants de respecter les consignes habituelles et d'utiliser les moyens relatifs aux déchets mis à disposition par l'organisation.

ASSURANCE

Responsabilité civile : les organisateurs sont couverts par une police d'assurance souscrite auprès de la MACIF.

Assurance individuelle accident : les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

DROIT A L'IMAGE

Du fait de son engagement, le participant autorise l'organisateur, les partenaires et les médias à utiliser les images sur lesquelles il pourrait apparaître : ceci dans le cadre de reportages ou de promotion de l'évènement.

En outre, les images et résultats pourront être publiées par les organisateurs sur les réseaux sociaux à accès public tels que Instagram, Facebook ou encore sur les sites spécialisés de running tels que ceux de la FFA ou de notre partenaire sport-up.fr.

LOI INFORMATIQUE ET LIBERTE

Conformément à la Loi Informatique et Libertés du 6 janvier 1978, les concurrents disposent d'un droit d'accès et de rectification aux données personnelles les concernant. Du fait de son engagement, le participant autorise l'organisateur à utiliser ses coordonnées – courriel notamment – dans le cadre de diffusions d'information ou de promotion relatives à des évènements actuels et à venir organisés ou soutenus par l'Association des Joggers du Val de Norges comme ceux du Challenge de l'Etoile.

L'organisateur conservera, selon le cas, la trace de la licence présentée (numéro et fédération de délivrance), l'original ou la copie du certificat médical, le questionnaire médical et l'attestation parentale pour les mineurs, pour la durée du délai de prescription (10 ans).

ANNULLATION, INTERRUPTION, MODIFICATION

L'organisation se réserve le droit de modifier à tout moment le parcours et les emplacements des postes de secours et de ravitaillement, sans préavis. En cas de conditions météo trop défavorables le départ peut être reporté de quelques heures au maximum, au-delà, la course est annulée. En cas de force majeure (en particulier en cas de mauvaises conditions météorologiques et pour des raisons de sécurité), l'organisation se réserve le droit d'annuler la ou les épreuves sans préavis voire d'arrêter l'épreuve en cours.

En cas d'annulation d'une épreuve pour quelque raison que ce soit ou en cas d'interruption de la course, pour quelque raison que ce soit, aucun remboursement d'inscription ne sera effectué.

RECOMPENSES

Les récompenses sont données selon les modalités suivantes :

- Animation éveil athlétisme : Tous les coureurs participants recevront une médaille.
- Animation poussins : Tous les coureurs participants recevront une médaille.
- Course 2000m : Tous les coureurs arrivés recevront une médaille. Les 3 premières et 3 premiers des catégories benjamin recevront une coupe. Les catégories minimes ne recevront pas de coupe sur cette épreuve car la distance récompensée minimes est le 5,2 km.

- Course 5,2km : Chaque participant recevra un lot d'inscription. L'organisation récompensera au scratch les 3 premières et 3 premiers via une coupe et un bon d'achat d'une valeur de 60€ pour les 1^{ers}, 50€ pour les 2^{èmes} et 40€ pour les 3^{èmes}. Les 3 premières et 3 premiers des catégories minimes recevront une coupe. Les catégories cadet(te)s ne recevront pas de coupe sur cette épreuve car la distance récompensée cadet(te)s est le 10 km.

- Course 10km : Chaque participant recevra un lot d'inscription. L'organisation récompensera au scratch les 3 premières et 3 premiers via une coupe et un bon d'achat d'une valeur de 150€ pour les 1^{ers}, 100€ pour les 2^{èmes} et 50€ pour les 3^{èmes}. Les 3 premières et 3 premiers de la catégorie cadet recevront une coupe. L'organisation récompensera les premières et les premiers des catégories suivantes Juniors, Espoirs, Séniors, Masters M0, M1, M2 ... à M10. Les récompenses au scratch et catégorie ne sont pas cumulatives.

- Marche 5,0km : Chaque participant recevra un lot d'inscription. L'organisation récompensera au scratch les 3 premières et 3 premiers via une coupe. Un engagement public de ne pas avoir couru sera demandé avant de prétendre recevoir la coupe. La gestuelle adoptée durant l'épreuve n'est pas considérée.

- Challenge : Le groupe (club, association, amis, famille, ...) ayant le plus grand nombre de coureurs inscrits sous une dénomination commune sous l'ensemble des épreuves 500m, 1km, 2km, 5,2km, 10km et 5km marche recevra une coupe du Challenge des Foulées de la Norges.

La présence du récipiendaire est obligatoire pour pouvoir retirer sa récompense. Les podiums débiteront à 12h.