



REGLEMENT

Article 1 :	Organisation et objectif	p. 2
Article 2 :	Conditions Générales	p. 2
Article 3 :	Conditions d'admission d'une équipe	p. 2
Article 4 :	Calendrier d'Organisation	p. 3
Article 5 :	Respect du règlement	p. 3
Article 6 :	Direction de la Course	p. 3
Article 7 :	Sécurité	p. 3
Article 8 :	Assurances	p. 4
Article 9 :	Les équipes	p. 5
Article 10 :	Les dossards	p. 5
Article 11 :	Le road-book	p. 6
Article 12 :	Les véhicules	p. 6
Article 13 :	Le ravitaillement	p. 6
Article 14 :	Le déroulement de la Course	p. 7
Article 15 :	Le classement	p. 12
Article 16 :	Cartes « Switch »	p. 13
Article 17 :	Abandons et remplacements	p. 13
Article 18 :	Erreur de parcours, perte d'un concurrent	p. 14
Article 19 :	Les exclusions	p. 14
Article 20 :	Appels et réclamations	p. 15
Article 21 :	Accompagnateurs	p. 15
Article 22 :	Distribution d'Objets sur le parcours	p. 15
Article 23 :	Dopage	p. 16
Article 24 :	Publicité	p. 16
Article 25 :	Droits sur image : photo et vidéo	p. 16
Article 26 :	Trophées spéciaux, challenge de la communication	p. 16
Annexe :	Pénalités	p. 18

ARTICLE 1 : ORGANISATION ET OBJECTIF

TRANS-FORME, l'Association Fédérative Française des Sportifs Transplantés et Dialysés, organise la Course du Cœur, Paris-Les Arcs. **La Course du Cœur est une action nationale de sensibilisation au don d'organes.**

ARTICLE 2 : CONDITIONS GENERALES

La Course du Cœur est une course à pied et à vélo, parfois à roller, parfois autrement (!), par équipes et en relais.

Les étapes de relais classique (1 coureur par équipe) varient de 9 à 25,1 km si les conditions de course le permettent. Les autres étapes, relais volants (au cours desquelles les coureurs se relaient à leur convenance), étapes bike & run, étapes bike & bike, duatlons ou autres, peuvent être plus longues ou plus courtes (étapes « vive les greffés » ou hommes costumés par exemple)

La Course du Cœur se déroule sur quatre jours et quatre nuits. C'est une course officieuse réservée à des coureurs amateurs, licenciés ou non de la Fédération Française d'Athlétisme, qui participent dans un esprit convivial et un but caritatif.

ARTICLE 3 : CONDITIONS D'ADMISSION D'UNE EQUIPE

Les équipes remplissent les conditions d'admission suivantes :

3-A : Composition des équipes

Les équipes sont composées de 12 coureurs titulaires dont au moins une femme, et de 2 jokers. **Un bonus de 10mn par féminine est accordé à chaque équipe.**

Chaque membre de l'équipe doit être adhérent de TRANS-FORME et satisfaire aux conditions médicales requises par TRANS-FORME.

Les équipes sont composées de coureurs âgés de 16 ans au moins au moment du départ de la Course du Cœur sauf dérogation exceptionnelle accordée par TRANS-FORME.

3-B : Direction des équipes

Une équipe est dirigée par un capitaine qui est l'interlocuteur privilégié de TRANS-FORME, pour toutes les questions préalables à la course, et l'interlocuteur privilégié du Directeur de Course pendant la course.

Les capitaines sont considérés comme les gardiens de l'équité entre équipes au sein de la course du cœur. Il n'est pas acceptable que certaines équipes respectent le règlement et que d'autres cherchent à le contourner.

- * Il lui est **impératif** d'organiser un briefing des équipiers et des accompagnateurs
- * Il lui est recommandé de préparer l'équipe aux valeurs véhiculées par la course
- * Il est garant du respect des règles de la course par les accompagnateurs de son équipe
- * Il est garant du respect des règles de la course par les supporters rejoignant l'équipe
- * Il est garant du respect des règles de la course par les photographes et vidéastes de son équipe

Il est fortement recommandé aux équipes de nommer un vice-capitaine pour les étapes où le capitaine serait absent. Des consignes peuvent être indiquées à tout moment par le directeur de course : elles seront considérées comme assumées par chaque capitaine d'équipe dès lors qu'un coureur de son équipe en aura pris acte.

3-C : Conditions médicales requises

Se reporter au document « dossier d'inscription individuel - coureurs ».

3-D : Droits d'inscriptions et forfait

Se reporter au document « convention de participation à la course du cœur ».

ARTICLE 4 : CALENDRIER D'ORGANISATION

L'équipe doit respecter le calendrier d'organisation de la course : signature de la convention, retour des dossiers d'inscription et des certificats médicaux (tests d'effort), règlement des droits d'inscription, acompte et solde, participation aux réunions de préparation - et de bilan le cas échéant - et déroulement même de la course.

ARTICLE 5 : RESPECT DU REGLEMENT

L'équipe et tous ses membres s'engagent à respecter le présent règlement, du seul fait de leur participation à la Course du Cœur. TRANS-FORME, organisateur de la Course du Cœur, se réserve le droit de refuser la participation d'une équipe sans avoir à en donner les raisons (code sportif international).

ARTICLE 6 : DIRECTION DE LA COURSE

La Course du Cœur est placée sous l'autorité et la responsabilité d'un directeur de course. Le directeur de la Course du Cœur prend toutes les décisions qu'il juge utiles dans le cadre du présent règlement.

Plus généralement, le directeur de course a autorité pour prendre toutes les dispositions qui n'auraient pas été prévues dans le cadre du présent règlement.

ARTICLE 7 : SECURITE

La sécurité de la Course du Cœur est assurée par la Garde Républicaine de la Gendarmerie Nationale. **En matière de sécurité routière, toute la caravane de la course (coureurs, accompagnateurs, encadrement) est soumise à l'autorité des gendarmes de l'escorte.** Les voitures accréditées portent l'affiche officielle de la Course du Cœur sur le capot avant, et le cas échéant, sur certaines portières désignées préalablement. **En outre, les voitures d'accompagnateurs accrédités portent un sticker Trans-Forme sur le parebrise avant et arrière : en haut à gauche.**

Attention : En toutes circonstances, la caravane de la course du Cœur est tenue de respecter le code de la route.

Chaque concurrent(e) en course est suivi(e) obligatoirement par une et une seule voiture « suiveuse » de son équipe : la voiture du groupe en course (A, B, C ou J), et - quand c'est précisé - une autre voiture de l'équipe éventuellement, placée immédiatement derrière la voiture suiveuse (cas des MDC & SMVDC). La dite voiture roule impérativement feux de détresse allumés dans le convoi. Elle se place derrière le coureur qui progresse sur le côté droit de la chaussée, et la nuit dans la lumière des

phares. Elle protège ainsi le coureur d'éventuels dangers venant de l'arrière. Cette voiture peut se porter provisoirement et exceptionnellement à la hauteur du coureur pour le ravitailler : **Attention, dans ce cas, à vérifier la circulation venant d'en face... et à regarder dans le rétroviseur avant de déboîter ! La voiture n'abandonne sous aucun prétexte et à aucun moment le coureur** (à l'unique exception de passages spécifiques éventuellement expressément précisés dans le road book) : Dans le cas contraire, l'équipe concernée par ce manquement aux règles de sécurité encourt des pénalités (voit le tableau des pénalités en annexe).

Les autres voitures de l'équipe ne doivent en aucun cas suivre directement la voiture suiveuse du coureur et plus généralement se trouver dans le convoi : elles peuvent rester exceptionnellement en fin de convoi entre l'ambulance et la voiture « balai » fermant le convoi. **Mais elles doivent surtout - avant le départ d'une étape - se rendre directement à la fin de l'étape** : Dans le cas contraire, l'équipe concernée par ce manquement aux règles de sécurité encourt des pénalités (cf. le tableau des pénalités en annexe).

Une seule exception à cette règle de bon sens : les bike & bike et bike & run, voire les duathlons, où tous les équipiers disponibles peuvent être sollicités par le Directeur de Course en renfort des commissaires pour assurer la sécurité d'un carrefour : cf. road-book.

Si pour une raison de force majeure (panne, accident, etc.), la voiture qui protège un coureur doit s'arrêter ou ne peut assurer sa protection, le dit coureur s'arrête aussitôt jusqu'à ce qu'il soit rejoint par le concurrent qui le suit et bénéficie ainsi de la protection de la voiture de celui-ci. Le coureur dont la voiture a dû s'arrêter pour une raison impérieuse peut éventuellement repartir si et seulement s'il est protégé par une voiture de commissaires ou tout autre véhicule de la caravane (voiture suiveuse d'un autre coureur, par exemple).

Lors des relais volants, les voitures des équipes sont obligatoirement à l'arrêt pour déposer le relayeur qui démarre et récupérer le relayeur qui s'arrête. Lors des relais volants, les transmissions de témoins se font sur le côté droit de la chaussée : en aucun cas les portes avant et arrière gauches ne doivent être ouvertes, du début jusqu'à la fin de l'étape. Cette disposition est valable pour toutes les étapes durant toute la course. Dans le cas contraire, l'équipe concernée par ce manquement aux règles de sécurité encourt des pénalités (voit le tableau des pénalités en annexe).

Lors des courses en ligne, les coureurs ne courent en aucun cas sur le côté gauche de la chaussée. Par ailleurs, les véhicules doivent assurer un minimum d'espace sur la droite pour faciliter le passage d'un coureur qui les doublerait... exclusivement par la droite.

Quelles que soient les circonstances (embouteillages, accidents, feu rouge, autres causes ...), **les coureurs n'ont en aucun cas le droit de dépasser la voiture de gendarmerie (ou moto de gendarmerie) qui ouvre le parcours (ceci inclut le Prologue !)** : Dans le cas contraire, l'équipe concernée encourt des pénalités (voit tableau des pénalités en annexe).

De nuit, outre les dossards, les bandes fluo sont obligatoires et à la charge des coureurs. Le cas échéant, les lampes frontales également.

ARTICLE 8 : ASSURANCES

TRANS-FORME, organisateur de la Course du Cœur, souscrit un contrat d'assurance couvrant la responsabilité civile des organisateurs et des participants. TRANS-FORME souscrit également un contrat d'assistance pour les participants et l'encadrement du départ de la Course du Cœur jusqu'à leur départ des Arcs (date explicitement annoncée par les intéressés de fin de séjour aux Arcs). Cette assurance assistance inclut les frais de sauvetage et de recherche en montagne.

Les conditions d'assurance peuvent être demandées à TRANS-FORME avant et pendant la Course.

Les équipes participant à la Course du Cœur assurent leurs participants et leurs véhicules contre les risques inhérents au déroulement de la course.

ARTICLE 9 : LES EQUIPES

Les équipes participant à la Course du Cœur sont inscrites sous la dénomination qui leur convient, à condition que celle-ci soit agréée par l'organisation. Cette dénomination peut être celle d'un club, d'une ville ou de toute autre collectivité locale, d'une entreprise, d'un comité d'entreprise, ou d'un parrain (sponsor, mécène, commanditaire, partenaire). Elles peuvent être internationales.

Les équipes gèrent elles-mêmes leur composition, leur préparation, leur promotion et leur déplacement jusqu'au lieu et à l'heure du départ de la Course du Cœur, ainsi que leur retour des Arcs après la course.

Les quatorze coureurs titulaires d'une équipe sont répartis en quatre groupes (appelés groupes A, B, C et J) de 4 coureurs (A, B et C) et 2 coureurs (J). **Les quatre ou deux coureurs par groupe sont solidaires durant le déroulement de toute la course. Ils se présentent ensemble au départ de l'étape les concernant, et restent ensemble, dans le même véhicule, durant tout son déroulement. Tout changement de groupe par un coureur est strictement interdit pendant la course (sauf exception ponctuelle de type « switch » - cf. article 16).**

ARTICLE 10 : LES DOSSARDS

Chaque équipe se voit attribuer un numéro de dossard. L'attribution aux équipes des numéros de dossards se fait par tirage au sort lors de la réunion des capitaines d'équipe. Les capitaines d'équipe reçoivent au total quatorze dossards.

Les coureurs de la Course du Cœur portent **en toute occasion et de façon visible** le dossard officiel de la course (les vélos ou/et les casques aussi lors des bike & run et bike & bike ou duathlons ou triathlons).

Les dossards de l'équipe des transplantés sont de couleur différenciée. Et leur dossard est le n° 1.

Ce dossard est impérativement fixé sur la poitrine ou le ventre des coureurs. Il doit être visible à tout moment et en toutes circonstances (pluie, froid, etc.), et également pendant le déroulement des étapes.

A défaut de dossard, les coureurs ne peuvent prendre le départ de l'étape ou du relais qui est prévu(e). L'article des pénalités concernant les forfaits et les abandons est appliqué à l'équipe concernée.

Le défaut de dossard est susceptible également de fausser le chronométrage à l'arrivée d'une étape : L'article des pénalités concernant les forfaits et les abandons est appliqué à l'équipe concernée.

ARTICLE 11 : LE ROAD-BOOK

La Course du Cœur se déroule selon un itinéraire obligatoire. Cet itinéraire, complet et détaillé, est consigné dans un road-book. Le dit road-book est remis aux capitaines d'équipe avant le départ.

Les équipes se réfèrent au sommaire du road-book pour composer leurs groupes A, B et C, J et du road-book pour diriger leurs coureurs. Elles s'assurent par la consultation permanente du dit road-book qu'elles sont sur le bon itinéraire et anticipent ainsi les difficultés éventuelles (certificats de passage, relais interdits, ...) ou les points kilométriques de référence (jalons gardés, etc.). **Le fléchage du parcours est effectué notamment lors du franchissement de passages délicats : Il n'est qu'indicatif. Sauf indication contraire expresse des commissaires ou des gendarmes, le road-book est la référence unique.**

Le directeur de la Course du Cœur peut modifier le parcours consigné dans le road-book si les circonstances l'imposent. Les commissaires mettent alors en place un fléchage sous l'autorité du directeur de course, et préviennent les concurrents de la modification de l'itinéraire.

Le directeur de la Course du Cœur peut décider de la neutralisation d'une partie du parcours, voire de l'annulation d'une ou de plusieurs étapes, lorsque les circonstances l'imposent : Il en informe alors les capitaines d'équipe sans délai.

ARTICLE 12 : LES VEHICULES

Chaque équipe participant à la Course du Cœur transporte ses équipiers dans ses propres véhicules (ou le cas échéant dans des véhicules mis à disposition par Trans-Forme avant la course).

Trans-Forme n'accrédite pas plus de quatre véhicules par équipe, sauf dérogation expresse pour un éventuel unique véhicule accompagnateur: **Si cette dérogation est accordée, les véhicules concernés doivent scrupuleusement respecter le présent règlement.**

Les véhicules doivent être équipés de feux de détresse ... et de chaînes (ou de pneus neige). Les capitaines d'équipe s'assurent que leurs équipiers sont titulaires du permis de conduire B.

ARTICLE 13 : LE RAVITAILLEMENT

Un véhicule utilitaire appelé « la Roulante » ou « la Popote », assure le ravitaillement léger des coureurs et de la caravane en continu pendant la journée et la nuit.

Chaque jour de la course, un déjeuner chaud est servi à tous les participants de la Course du Cœur : coureurs et encadrement.

Si les coureurs ne bénéficient pas du service de déjeuner, ils se ravitaillent à la Roulante qui tient à la disposition des participants des fruits, sucreries, boissons, fromage, ... Pendant les étapes de nuit, la roulante assure le même service, et ce à partir du départ de la première étape de nuit.

ARTICLE 14 : LE DEROULEMENT DE LA COURSE

La Course du Cœur est une course pédestre symbolique (et un peu cycliste ou roller ou canoé !).

Elle comporte : un prologue, des courses en ligne, des épreuves spéciales, un épilogue.

- **14-1 : LE PRE-PROLOGUE « Jean Mamère »**
Les équipes sont convoquées sur le site du départ. Les voitures seront garées dans les emplacements prévus à cet effet.
Le pré-prologue de la Course du Cœur est une étape symbolique collective non chronométrée de 5 minutes environ durant lesquelles les équipes courent un certain nombre de tours. *Un pré-prologue réservé aux enfants peut précéder éventuellement le pré-prologue couru par les coureurs de la course.*
- **14-2 : LES COURSES EN LIGNE**
Les courses en ligne se disputent selon plusieurs formules figurant ci-après.
- **14-2-A : les relais classiques** : 1 relayeur permanent (ils peuvent être plusieurs au départ, mais cela n'est pas imposé par le sommaire), course à pied, départ de tous les coureurs des équipes ensemble.

Ce sont des étapes de course à pied dont la distance peut varier significativement. Chaque équipe aligne un coureur au départ d'une étape. Il y a donc sur la ligne de départ autant de coureurs que d'équipes engagées. Chaque coureur effectue intégralement le parcours de l'étape qui lui a été assignée par son groupe. Le directeur de course enregistre le temps mis par le dit coureur pour effectuer la dite étape et totalise les temps mis par les relayeurs de chaque équipe **pour établir un classement dit « officieux ».**

A la fin de chaque étape, la course est neutralisée jusqu'à l'arrivée du dernier concurrent, sauf dépassement du temps limite mentionné. Le directeur de course donne le départ de l'étape suivante aussitôt après l'arrivée du dernier coureur de l'étape précédente.

Le directeur de course peut décider d'appliquer strictement **la règle du « temps limite »** (récupération par son véhicule du coureur hors délai et application d'une pénalité calculée en fonction de son rang au moment de son arrêt), s'il juge que la course a pris un retard préjudiciable à son bon déroulement. Le « temps limite » est une disposition applicable uniquement aux relais classiques, excluant les étapes « lourds » par exemple, et ce temps est calculé sur la base d'un temps moyen de 10km/h pour parcourir l'étape auquel est rajouté un crédit de 5 mn. **Dans le cas d'un arrêt dans de telles conditions, le coureur et son véhicule suiveur doivent regagner l'arrivée sans délai.**

Parmi les étapes de course en ligne sont prévues des étapes atypiques ou décalées, notamment :

- L'étape « **Le plus lourd** » (**sans pesage**) : Le concurrent présenté par l'équipe doit être de façon flagrante, le plus lourd relayeur du groupe courant l'étape. Une évaluation « visuelle » sera effectuée par le Directeur de Course. Toute tricherie (ou tentative de tricherie) avérée sera dûment rapportée, vérifiée (éventuellement pesée) et moquée publiquement.
- L'étape « **Filles** ». C'est un relais couru obligatoirement par une fille... Toute tricherie (ou tentative de tricherie) avérée sera dûment rapportée, vérifiée par le directeur de course (☺) et sanctionnée.
- L'étape de **Laurent - Etape Filles neutralisée** (en mémoire de Laurent Le Rouzic, greffé du cœur) : Le départ est donné après le prologue. La course est

neutralisée et les coureurs sont en peloton derrière le véhicule de gendarmerie. Pas de véhicule suiveur.

- L'étape « **Lourd avec pesée** » : Le Lourd présenté par l'équipe est pesé en public. Le handicap est de 30 secondes par kilo. *Le plus lourd part en premier, le plus léger en dernier* : En 2016, les coureurs partent groupés et le handicap est consolidé dans le classement officiel en fin d'étape. **Les lourds de moins de 80kg seront soumis à la moquerie publique et livrés à la vindicte populaire.**

En outre, une pénalité est prévue de 30 secondes, par kilo inférieur à 80kg.

- **14-2-C : l'étape « Duathlon » : Run + Bike ou Bike + Run**

Un seul coureur alterne une partie de l'étape à pied, et une partie à vélo (dans l'ordre Bike puis Run, ou inversement selon le sommaire). Le point de changement imposé Bike/Run ou Run/Bike est jalonné par les commissaires, et le vélo gardé provisoirement par les commissaires.

Le casque est obligatoire pour la partie « Bike ».

Dans le cas d'une d'un duathlon avec une partie bike nocturne, l'éclairage des vélos doit être renforcé.

- **14-2-D : l'étape « Bike & Bike » : 2 relayeurs à vélo par équipe, toujours liés ensemble.**

Chaque équipe aligne au départ deux cyclistes (obligatoirement casqués) qui devront impérativement rester ensemble liés du départ à l'arrivée. Ils sont absolument indissociables (même en cas d'incident), **sous peine de disqualification immédiate sur l'étape** (classement à la dernière place de l'étape, temps des derniers aggravé de 15 mn de pénalité).

Durant cette étape, les cyclistes en course sont suivis et protégés par un et un seul de leurs véhicules, qui se tient prêt à les dépanner en cas d'incident mécanique ; *Les autres coureurs de l'équipe sont éventuellement mis à contribution pour assurer la sécurité des carrefours, sur décision uniquement du directeur de course, pour aider à la sécurité de la course, en coopération avec les commissaires.*

Les coureurs seront tenus de s'arrêter complètement parfois durant leur parcours, sur ordre des commissaires, afin de signer un **certificat de passage** : Un contrôle non effectué entraîne la **disqualification** (classement à la dernière place de l'épreuve, temps des derniers aggravé de 15 mn de pénalité). Attention : les concurrents sont tenus de respecter strictement le code de la route (en particulier, les stops, les feux, etc.) sauf signal contraire par les gendarmes de la garde républicaine, voire les indications des commissaires.

La ligne d'arrivée doit être passée à deux, liés, ... avec les vélos. En cas d'incident mécanique (crevaison, etc.) chaque équipe assure la réparation. Les coureurs ont encore la possibilité de terminer à deux en courant, en poussant ou portant leurs vélos. Les cyclistes d'une équipe qui n'arrivent pas ensemble encourent des pénalités.

Les vélos ou/et casques doivent porter le numéro de dossard de leur équipe. Chaque équipe fournit et transporte ses propres vélos.

- **14-2-E : les relais volants : Un « Marathon du Crépuscule » - 4 coureurs, un « Super Marathon Volant des Cimes » - 6 coureurs puis 6 coureurs dont 2 coureurs communs.**

Quatre coureurs (Marathon du Crépuscule) à six coureurs (Super Marathon Volant des Cimes) des groupes A ou B ou C + J selon l'étape, y participent et se relaient.

Un chauffeur fixe est affecté par l'équipe au(x) véhicule(s) qui participe(nt) en sus des 4 à 6 coureurs.

→ MDC : 4 coureurs en course + 1 véhicule, 1 chauffeur qui ne participe pas. Un seul véhicule participe aux relais. **Attention : Le renfort de bénévoles ou d'accompagnateurs en tant que coureurs est strictement interdit sous peine de pénalités.**

→ SMVDC : 6 coureurs en course + 2 véhicules max., 2 chauffeurs fixes qui ne participent pas aux relais. **Attention : Le renfort de bénévoles ou d'accompagnateurs en tant que coureurs est strictement interdit.**

– **Départs échelonnés**

Les départs des relais volants s'effectuent équipe par équipe de façon échelonnée dans l'ordre inverse du classement général provisoire (l'équipe classée dernière part en premier, l'équipe première part en dernier), ou dans l'ordre du classement général provisoire si le directeur de course le décide ainsi.

– **Passage du relais, coureurs titulaires et jokers**

Les quatre ou six coureurs du groupe en course et jokers éventuels parcourent la distance du marathon en se passant un témoin à leur guise. Au moment du passage de témoin, la voiture suiveuse vient à son niveau et **s'arrête impérativement. Son remplaçant en sort impérativement par la portière de droite, prend le témoin et continue.**

– **Obligation pour une équipe rattrapée**

Impératif : **une équipe rattrapée s'arrête durant environ 20 secondes et laisse passer en applaudissant (et en souriant sincèrement !) ses ex-poursuivants. Une équipe est considérée comme rattrapée lorsque le coureur poursuivant est au plus à 50 mètres de la voiture qui suit le coureur le précédant.**

Les règles de sécurité doivent être particulièrement respectées à l'occasion du changement de coureur (article 07) : Dans le cas contraire, l'équipe concernée par ce manquement aux règles de sécurité encourt des pénalités (cf. le tableau des pénalités en annexe).

Une attention particulière doit être apportée par les chauffeurs de véhicules lors des traversées des villages, tout au long des relais volants : la traversée des villages est règlementée. Entre le panneau d'entrée et le panneau de sortie de certains villages, les relais volants sont interdits. Cette disposition doit être strictement respectée. Dans le cas contraire, l'équipe concernée par ce manquement aux règles de sécurité encourt des pénalités (cf. le tableau des pénalités en annexe).

- **14-3 : les spéciales** : 2 concurrents ou plus par équipe, coureurs à pied, liés du départ à l'arrivée. **Attention : La règle de galanterie s'applique le cas échéant...**

Les spéciales sont obligatoires.

- **Spéciale 1 : PROLOGUE - L'étape de GUS - Etape neutralisée** (en mémoire d'Auguste Delorme, greffé du coeur). Tous les coureurs en peloton. Chaque équipe doit aligner de 8 à 20 coureurs, dont au moins 4 qui courent ensemble du départ à l'arrivée. La course est neutralisée à 8 km/h fixe **et les coureurs de toutes les équipes courent en peloton impérativement derrière le véhicule de gendarmerie**. Un coureur lâché, et dépassé par l'ambulance de fin de convoi, abandonne définitivement l'étape et rejoint l'arrivée par ses propres moyens. Il ne peut en aucun cas être ramené dans le peloton des coureurs. **Aucun véhicule suiveur n'est autorisé.**
- **Spéciales 2 & 5 : Full Mix « vive les greffés » et "vive les greffés"** Chaque groupe A, B, C d'équipe prévoit un coureur et l'équipe tire au sort un coureur greffé. Les coureurs d'équipe courent avec « leur » greffé(e), liés du départ à l'arrivée. Les greffés en surnombre se joignent aux coureurs de leur choix. L'étape n'est pas chronométrée mais un bonus de 15" x rang d'arrivée est accordé à chaque équipe. Le temps de l'équipe des greffés est aligné sur le temps du premier.

Dans le cas de plusieurs étapes « vive les greffés », un même coureur greffé ne peut courir deux fois avec la même équipe.

- **Pyramide à 2** : 1 point de jonction. Le coureur 1 court jusqu'au point de jonction à partir duquel un coureur 2 le rejoint. Les 2 coureurs finissent l'étape liés jusqu'à la ligne d'arrivée qu'ils doivent franchir ensemble.
- **Pyramide à 2 + Bike** : 2 points de jonction. Le coureur 1 court jusqu'au point de jonction à partir duquel un coureur 2 le rejoint. Les 2 coureurs courent liés jusqu'au 2^{ème} point de jonction où ils sont remplacés par un biker qui finit l'étape.
- **BikeRun** : Un Runner et un Biker courent liés jusqu'à la fin de l'étape. Ils alternent sur le vélo à leur convenance. **Attention : La règle de galanterie s'applique le cas échéant...**
- **Spéciale 4 : « Hommes costumés »** : Un jury de 5 femmes choisies parmi les commissaires, la Roulante, les kinés ou les médecins, ... décidera du classement du mieux (!!) au pire (!) costumé. Le classement donnera lieu à des « bonifications » données en minutes. Le nombre de minutes sera inversement proportionnel au rang de l'équipe et viendra en déduction du résultat de l'étape (par exemple pour 16 équipes : le 1^{er} = moins 16', le 2^{ème} : moins 15', etc.). Les critères d'évaluation qui guideront la décision du jury sont les suivants : originalité du modèle, qualité de la matière, réalisation technique, look de l'individu, maquillage et peinture corporelle.

La mise en place du show et le show ne doivent pas excéder 3 mn : au-delà de ce délai, des pénalités sont appliquées à l'équipe (max. 2 mn par show).

- **Spéciale 6 : Top Grimpeurs : spéciale « Freddy Klopfenstein »** en mémoire de Freddy, greffé du cœur) : 2 coureurs au moins, groupés du départ à l'arrivée. Pour disputer valablement cette spéciale, une équipe doit aligner au départ au moins 2 coureurs. Durant toute la course, les 2 coureurs au moins figurant au départ doivent rester liés et doivent franchir ensemble la ligne d'arrivée. **Attention : La règle de galanterie s'applique le cas échéant...**
- **Spéciales 7 & 8 : L'étape Run 2 ou "Relais Run - Run" :** 2 coureurs sont relayés par 2 autres coureurs durant l'étape au point kilométrique imposé indiqué dans le roadbook. 2 coureurs au moins toujours en course.
- **Spéciale 9 : Spéciale "Pascal Mercier "** (en mémoire de Pascal, capitaine exemplaire) : Les équipes partent en échelonné selon l'ordre du classement général. Toute équipe rattrapée doit impérativement se laisser doubler sans effectuer de relais. Quatre coureurs par équipe sont concernés avec un véhicule au maximum de l'équipe. Un chauffeur (coureur) ne prend pas part à la course. Les 3 autres coureurs se passent le témoin en relais volant dans la montée à partir du point km indiqué (le premier tronçon est couvert par le même coureur sans passage de témoin : Pas de relais volant pendant 500m). Un changement de chauffeur au sommet de la montée est autorisé. Une fois le col franchi, et rejoints par les coureurs de la spéciale 11, les coureurs descendent groupés à 6 coureurs max., les chauffeurs ne prenant pas part à la course. Les 6 coureurs en course doivent franchir ensemble la ligne d'arrivée pour que leur temps soit pris en considération. Dans le cas contraire, les pénalités prévues s'appliquent.

- **14- 4 : Le pré-épilogue & l'épilogue**

- **14-4-A : Le pré-épilogue « Denneville - Aussant »** (en mémoire de Henri Denneville, greffé du cœur et Denis Aussant, greffé du rein) est un contre la montre en montagne et par équipe. De 6 à 14 coureurs, relais imposés tous les kilomètres ! Les balisages sont inversés du jalon 13 au jalon 1.

L'équipe des greffés part en premier, et s'arrête à l'arrivée, et accueille les autres équipes.

Puis les équipes partent en échelonné selon l'ordre du classement général provisoire. Toute équipe rattrapée doit impérativement se laisser doubler sans effectuer de relais. Le directeur de course juge les écarts de temps à l'arrivée pour l'établissement du classement général final dit classement général « officieux ».

La montée de Bourg St Maurice aux Arcs 1800 se court avec les 14 coureurs de chaque équipe, accompagnés **par un véhicule suiveur. 3 voitures suiveuses peuvent alterner pour assurer la sécurité du coureur en course.**

Les coureurs se relaient environ tous les kilomètres à des jalons indiqués et imposés. Les chauffeurs ne courent pas durant la montée, le passage du témoin s'effectue dans le respect du règlement et des règles de sécurité. **Les chauffeurs garent les véhicules comme indiqué par les commissaires.**

- **14-4-B : L'épilogue.** En marchant jusqu'à la place d'arrivée en passant sous l'arche d'arrivée. Les greffés passent sous l'arche en dernier sur le front de neige d'arrivée ! ☺

ARTICLE 15 : LE CLASSEMENT

La Course du Cœur est une course à pied symbolique et officieuse réservée à des coureurs amateurs qui participent à la dite Course du Cœur dans un esprit convivial et un but caritatif.

Un classement quotidien « décalé » donnera lieu à la remise à une équipe de 14 casquettes de couleur au cours de 3 déjeuners et du dîner de gala.

La Course du Cœur ne donne lieu à aucune récompense autre que symbolique et à aucun privilège autre qu'un séjour optionnel aux Arcs qui est le même pour tous. Un classement officieux est tenu par le directeur de course qui chronomètre les étapes. Ce classement se fait par addition des temps réalisés par chaque concurrent de chaque équipe, total qui comptabilisera également - sans aucune mansuétude - les pénalités éventuelles encourues et constatées pendant la course.

Un deuxième classement officieux dit se fait par addition des points attribués à chaque fin d'étape : 1 pour l'équipe arrivée première (pénalités éventuelles décomptées), 2 pour l'équipe arrivée deuxième (pénalités éventuelles décomptées) et ainsi de suite... c'est le classement par points.

Les pénalités constatées et les sanctions infligées ne font pas toujours l'objet d'une promotion publique. En effet, la décision du directeur de course en matière de pénalité n'est pas forcément portée à la connaissance des capitaines autrement que via les tableaux de consolidation des temps. Elle est sans appel.

Il sera néanmoins possible aux capitaines, et à eux seulement, d'obtenir renseignement et explication sur les dites pénalités auprès du directeur de course.

- **La chanson de la Licorne**

Un contrôle inopiné de chaque équipe sera effectué une fois et une seule durant le parcours : le coureur sollicité par le Directeur de Course devra chanter la chanson de la Licorne, hymne de la Course du Cœur ; si la chanson est correctement chantée, le dé sera lancé et seront attribuées des minutes de bonus à l'équipe, sur la base de 1' de bonus par point de dé.

- **Le quiz « don d'organes »**

Les coureurs de la course du cœur doivent être informés des questions relatives au don d'organes (documentations de l'agence de la biomédecine et autres documentations de référence, indiquées par le directeur de course).

Un quiz surprise sur la thématique du don sera proposé à un coureur de chaque équipe pendant la course. Le quiz sera effectué une fois et une seule durant le parcours : le coureur sollicité par le Directeur de Course devra répondre à la question posée ; si la réponse est une bonne réponse, le dé sera lancé et seront attribuées des minutes de bonus à l'équipe, sur la base de 1' de bonus par point de dé.

- **Le quiz « les greffés dans la course »**

Les coureurs de la course du cœur doivent apprendre à connaître les coureurs greffés...

Un quiz surprise sera proposé à un coureur de chaque équipe pendant la course : le coureur devra indiquer le prénom et la nature de la greffe du greffé dont la photo sera désignée par le directeur de course. Les photos des greffés constituant l'équipe Transforme se trouvent en page spécifique dans le road-book.

Le quiz sera effectué une fois et une seule pour une équipe durant le parcours : le coureur sollicité par le Directeur de Course devra répondre à la question posée ; si la réponse est

une bonne réponse, le dé sera lancé et seront attribuées des minutes de bonus à l'équipe, sur la base de 1' de bonus par point de dé.

- **Le stop « road-book »**

Les coureurs de la course du cœur doivent apprendre à utiliser le road-book...

Un stop surprise sera proposé à un groupe coureur de chaque équipe pendant la course : le groupe devra indiquer en moins de 30'' l'endroit exact où il se trouve sur le parcours.

Le stop sera effectué une fois et une seule pour une équipe durant le parcours : si la réponse est une bonne réponse, un bonus de 5' sera attribué à l'équipe.

ARTICLE 16 : CARTES « SWITCH »

La possibilité est donnée au capitaine - deux fois exceptionnellement - de remplacer un coureur par un autre - quel qu'il soit de son équipe - à l'occasion du départ d'une étape durant la Course du cœur. **Ce remplacement est unilatéral** et ne vaut que pour l'étape considérée.

Les conditions sont les suivantes :

1/ en informer le DC (remise d'une carte switch en début d'étape)

2/ possibilité limitée à 2 fois : 2 cartes « switch »

3/ ne concerne **le remplacement d'un coureur uniquement par un coureur du même genre**

ARTICLE 17 : ABANDONS, REMPLACEMENTS

Un coureur qui abandonne (sauf lors d'une spéciale), quelles qu'en soient les raisons, est mis hors course. Le coureur hors course ne participe plus aux courses en ligne (relais classiques, bike & run, etc.). Toutefois, il peut encore participer aux spéciales, aux marathons du crépuscule, au Super Marathon Volant des Cimes et aux Epilogues.

Chaque équipe comprend deux jokers : Lorsque dans des circonstances exceptionnelles à l'appréciation du directeur de la Course du Cœur, un membre d'une équipe doit quitter la course, un joker peut prendre sa place.

- **17-1 : courses en ligne**

- **17-1-A : au départ.**

Un coureur qui renonce à prendre le départ du relais qui lui est affecté, abandonne. Il est mis hors course (toutefois il pourra encore participer aux spéciales, aux marathons du crépuscule et des cimes et à l'épilogue). Il est remplacé jusqu'à la fin de la course par un joker pour les courses en ligne.

Pour les cas de simple retard, se reporter au tableau des pénalités Article 05.

- **17-1-B : en course.**

Un coureur qui abandonne, pour quelques raisons que ce soit, durant un relais classique est mis hors course (toutefois il pourra encore participer aux spéciales, aux marathons du crépuscule et des cimes et à l'épilogue).

Le remplacement s'effectue comme prévu au tableau des pénalités Article 06.

- **17-2 : Spéciales**

Un concurrent qui abandonne, pour quelque raison que ce soit, durant une spéciale n'est pas remplacé. Il n'est pas mis hors course. Il peut encore participer aux

courses en ligne (relais classiques, Duathlons, Bike & Run, Bike & Bike, Marathons). Il peut prendre le départ d'autres spéciales.

ARTICLE 18 : ERREUR DE PARCOURS, PERTE D'UN CONCURRENT

- **Les erreurs de parcours**

Un coureur victime d'une erreur de parcours est ramené par son véhicule suiveur sur la route officielle de la Course du Cœur à l'endroit précis où il l'a quittée. C'est le seul cas où un concurrent en course est autorisé à monter en voiture sans être ipso facto mis hors course, sauf franchissement de Route Nationale sur injonction expresse des commissaires ou des gendarmes.

Pour éviter les erreurs de parcours, les équipiers du coureur en course veillent minutieusement à ce que le dit coureur suive le parcours consigné dans le road-book qui fait foi.

Si l'erreur de parcours est imputable à une erreur avérée du road-book, le directeur de course peut déclarer nul le relais concerné et éventuellement donner un nouveau départ.

- **La perte d'un concurrent**

Si la voiture d'assistance d'un concurrent en course perd le dit coureur, l'équipe concernée est rétrogradée à la dernière place de l'étape avec 15 minutes de pénalité.

ARTICLE 19 : LES EXCLUSIONS

Outre les mises hors course, le directeur de la Course du Cœur a le droit d'exclure un concurrent de l'épreuve :

- si le dit concurrent ne se conforme pas au règlement de la course, n'obtempère pas aux instructions des commissaires de course, déroge aux règles de sécurité ;
- si la tenue ou le comportement du dit concurrent sont de nature à nuire à l'image et à la respectabilité de la Course du Cœur ;
- si les médecins de la course jugent que le dit concurrent ne peut poursuivre la course sans risque pour sa santé.

Dans tous les cas d'exclusion, à l'exception de la mise hors course par le service médical, les concurrents concernés se retirent de la caravane de la Course du Cœur.

ARTICLE 20 : APPELS, RECLAMATIONS

Les réclamations éventuelles doivent être portées par le capitaine d'équipe auprès du directeur de la Course du Cœur au plus tard le soir de l'étape justifiant la dite réclamation.

Le directeur de course examine la réclamation avec les commissaires de course et, le cas échéant, consulte les capitaines d'équipe.

La décision du directeur de course à la suite d'une réclamation est portée à la connaissance des capitaines. Elle est sans appel. Lorsqu'elle concerne une éventuelle tricherie (sans précédent à ce jour), la sanction est l'indifférence et le mépris.

ARTICLE 21 : ACCOMPAGNATEURS

Un relayeur peut être accompagné en course par un ou plusieurs coureurs de son équipe, liés. Dans ce cas, seul le relayeur en course est porteur du dossard de la Course du Cœur.

Toute personne non inscrite en tant que coureur et faisant partie d'une équipe sera considérée comme accompagnatrice. **Ces accompagnateurs seront considérés comme ayant reçu les consignes de sécurité données aux capitaines d'équipe, et devront observer toutes les règles de sécurité de la Course du Cœur, et en particulier celles relatives à la sécurité et au positionnement des véhicules accompagnateurs dans le convoi et celles de nature à garantir à la Course son bon déroulement.**

La présence des véhicules accompagnateurs (hors accréditation) est prohibée dans les étapes, sauf dérogation expresse et notamment si elles s'avèrent nécessaires pour la sécurité. La seule possibilité accordée aux supporteurs est de partir avant le départ de l'étape et de rejoindre l'arrivée ou de suivre l'ambulance jusqu'à l'arrivée. Une tolérance pourra être accordée pour les supporteurs partant avant le départ de l'étape, pour se poster à un carrefour pour attendre le passage de l'ambulance en fin de convoi, avant d'en bouger et de suivre ensuite l'ambulance jusqu'à la fin de l'étape.

ARTICLE 22 : DISTRIBUTION D'OBJETS SUR LE PARCOURS

Il est exigé des équipes de ne jamais jeter par les fenêtres des véhicules ni d'objet ni cadeau aux enfants rencontrés, et mobilisés par l'équipe de sensibilisation de Trans-Forme sur le passage de la Course du Cœur.

Il est conseillé aux accompagnateurs désirant remettre de tels objets aux enfants, de se rendre tôt sur les lieux de rendez-vous avec les classes. La remise des objets doit se faire dans le cadre d'un échange direct avec les enfants qui ont préparé des cœurs en papier à l'adresse des coureurs, et ce sans aucune idée de contrepartie à leur geste. Il est demandé également aux entreprises d'adapter les objets à la course du cœur, à ses messages et à la cause du don d'organes.

ARTICLE 23 : DOPAGE

La participation à la Course du Cœur implique l'engagement moral des concurrents à n'utiliser aucune substance interdite, telles qu'elles sont nommément désignées par le Comité International Olympique.

ARTICLE 24 : PUBLICITE

Les équipes sont libres du choix de leur parrain (partenaire, sponsor, commanditaire, mécène) dans le cas de non opposition expresse de l'organisation : Les sigles, logos, dénominations des dits parrains peuvent apparaître sur les maillots, vêtements et véhicules des équipes dans la mesure où ceux-ci n'entrent pas en concurrence avec les intérêts des partenaires principaux de la Course du Cœur.

Néanmoins, les dits sigles ne doivent pas empiéter sur les espaces obligatoirement réservés à l'organisation de la Course du Cœur :

- le dossard qui est porté sur le ventre ou la poitrine des coureurs de façon visible pendant tous les relais,
- les capots avant des véhicules accrédités par la direction de la Course du Cœur.

- les portières droites et gauches de tous les véhicules accrédités par la direction de la Course du Cœur.

ARTICLE 25 : DROITS SUR IMAGES - PHOTO ET VIDEO

Tout support photo ou vidéo pendant la Course du Cœur ne pourra être utilisé par les participants qu'à des fins privées (sauf autorisation particulière concédée par TRANS-FORME, sur demande expresse, ceci afin de ne pas nuire aux éventuels accords de partenariat contractés ou à la simple loi relative à la protection de l'image des coureurs ou bénévoles impliqués). De même les photos réalisées et images tournées pendant la Course du Cœur appartiennent à TRANS-FORME et sont réputées libres de droit à des fins privées.

ARTICLE 26 : TROPHEES SPECIAUX, CHALLENGE DE LA COMMUNICATION

Un jury est constitué pour décider de l'attribution des trophées dits "subjectifs" : Habituellement ce jury "innocent" est composé des 3 innocents chefs commissaires assistés par le Directeur de Course.

- Trophée de l'Exploit
Le « Trophée de l'Exploit » récompense l'exploit de la course.
- Coupe du Fair Play
La « Coupe du Fair Play » récompense l'athlète qui aura su se montrer le plus agréable, le plus ouvert... ou le plus drôle pendant le déroulement de la Course.
Le « Trophée de l'Exploit », la « Coupe du Fair Play » et le Toblerone d'Or sont attribués par le Jury de la Course du Cœur.
- Le Toblerone d'Or
Le Toblerone d'Or récompense le coureur ou l'équipe ayant réalisé malgré lui ou elle la « bêtise » la plus énorme de la course ...
- Coupe « Joël Da Col »
La « Coupe Joël Da Col » est attribuée par le Conseil d'Administration de TRANS-FORME et récompense le « coup de cœur » de la Course.
- Trophée « Top Sympa »
Un trophée « Top Sympa » est attribué à chacune des trois équipes arrivées première, deuxième et troisième au classement « Top Sympa » effectué par les Capitaines d'équipes. Chaque capitaine d'équipe devra attribuer 3, 2 ou 1 points aux 3 équipes qu'il aura jugées les plus « sympas » pendant la course. Le Capitaine ne pourra pas attribuer de point à sa propre équipe.
- Le « Cœur en Bronze » est également remis en jeu chaque année ; il est distribué à l'occasion du dîner de clôture. Il est attribué par le dernier lauréat du cœur en bronze.
- CHALLENGE DE LA COMMUNICATION
Il récompense les 3 équipes déclarées 1^{ère}, 2^{ème} et 3^{ème} par le jury « club cœur »
- PRIX DE LA MOBILISATION D'ENTREPRISE
Il récompense l'équipe déclarée vainqueur du « jeu des clics ». Un bonus post course de 10 mn est attribué.
- CHALLENGE BLOG ET COMMUNICATION DIGITALE
Le challenge est attribué par le directeur de course. Le challenge récompense l'équipe qui aura le plus, le mieux communiqué sur le don d'organes et la course du cœur, via les outils de communication digitale.

ANNEXE

TABLEAU DES PENALITES

Si un cas de force majeure obligerait un capitaine à contrevenir au présent règlement, il est fortement recommandé au dit capitaine de rechercher préalablement un agrément auprès de ses pairs pour une solution alternative et d'en discuter avec le Directeur de Course.

Art. 00 : Réclamation ou infraction non prévue au règlement

Un barème de pénalités sera défini par le Directeur de Course pour la dite infraction, et tiré au sort par un jet de dés par le Directeur de Course.

Art. 01 : Absence de dossard officiel visible

- au départ : départ refusé jusqu'à la mise en place du dossard, le délai étant considéré comme un retard au départ (art. 05 du tableau des pénalités)
- en course : arrêt du concurrent s'il ne porte pas son dossard de façon visible. En cas de refus, il est disqualifié de l'étape.

Art. 02 : Un concurrent est poussé par un accompagnateur à pied, à vélo, ou en auto

- première infraction : Avertissement.
- Deuxième infraction : 5 minutes de pénalité
- Troisième infraction : mise hors course du concurrent qui ne peut pas être remplacé. Son équipe est classée dernière de l'étape avec 5 minutes de pénalité.

Art. 03 : Conduite anti sportive, tricherie flagrante, manœuvre déloyale envers un concurrent ou un commissaire de la course

- acte individuel : mise hors course du concurrent qui peut être remplacé mais qui quitte la caravane ;
- acte collectif : mise hors course de l'équipe qui quitte la caravane.

Cas particulier 1 : Si un accompagnateur d'une équipe est surpris à participer à la place d'un concurrent, son équipe est instantanément mise hors course sur l'étape. Son équipe est classée dernière de l'étape avec 15 minutes de pénalité.

Cas particulier 2 : Si un coureur A, B ou C change de groupe sur une étape, une pénalité de 30 minutes est infligée à son équipe au classement général.

Art. 04 : Attitude désobligeante envers un adversaire, un commissaire de course, les habitants ou les sites des régions traversées

- acte individuel : mise hors course du concurrent qui peut être remplacé mais qui quitte la caravane ;
- acte collectif : mise hors course de l'équipe qui quitte la caravane.

Art. 05 : Retard d'un concurrent au départ d'une étape

- Dans la limite de 5 minutes : pénalité égale au retard effectif, sauf excuses préalables et cas de force majeure apprécié par le directeur de course.

- Au-delà de 5 minutes : le départ est donné sans le concurrent manquant et Le relais est assuré par un joker du groupe du concurrent manquant. Il prend le départ à la place du concurrent manquant : 3 minutes de pénalité.
 - L'équipe ne peut pas aligner un joker, le relais est effectué par :
 - Un relayeur du groupe du concurrent manquant : 5 minutes de pénalité.
 - Deux relayeurs du groupe concurrent manquant : 10 minutes de pénalité
 - Trois relayeurs du groupe du concurrent manquant : 15 minutes de pénalité
 - l'équipe ne peut aligner de joker aucun des trois relayeurs présents ne peut remplacer le concurrent manquant : L'équipe est rétrogradée à la dernière place de l'étape avec une pénalité de 15 minutes.

Art. 06 : Abandon d'un concurrent pendant une étape (course en ligne)

Le coureur est remplacé par un joker jusqu'à la fin de la course.
Néanmoins pour ce qui concerne l'étape :

- l'équipe peut aligner un joker qui prend la place du concurrent abandonnant : 3 minutes de pénalité.
- L'équipe ne peut pas aligner un joker, l'étape est continuée par :
 - Un relayeur du groupe du concurrent manquant : 5 minutes de pénalité.
 - Deux relayeurs du groupe concurrent manquant : 10 minutes de pénalité
 - Trois relayeurs du groupe du concurrent manquant : 15 minutes de pénalité
- l'équipe ne peut aligner de joker et les trois relayeurs présents ne parviennent pas à terminer le relais du concurrent manquant : L'équipe est rétrogradée à la dernière place de l'étape avec une pénalité de 15 minutes.

Art. 07 : Retard d'une équipe au départ d'une étape

- Dans la limite de 10 minutes : pénalité égale au retard effectif, sauf excuses préalables, et cas de force majeure apprécié par le directeur de course ou l'un de ses adjoints.
- Au-delà de 10 minutes : sauf cas de force majeure, le départ est donné sans l'équipe qui est classé dernière avec le temps du dernier concurrent de l'étape aggravé d'une pénalité de 30 minutes.
- Si l'équipe concernée n'est pas au départ du relais suivant, les pénalités prévues au paragraphe précédent sont à nouveau appliquées.
- Si l'équipe n'est pas au départ d'un troisième relais consécutif, elle est mise hors course, sauf cas de force majeure apprécié par le directeur de course.

Art. 08 : Non présentation du nombre de coureurs prévu par le règlement lors d'une spéciale

Une équipe est classée dernière avec une pénalité de 5' sur l'équipe précédemment classée dernière, lorsqu'elle ne présente pas le nombre de coureurs prévu par le règlement au départ et à l'arrivée d'une spéciale, ou lorsque ses concurrents ne courent pas groupés ou ne franchissent pas ensemble la ligne d'arrivée de la spéciale.

Une équipe qui ne présente aucun coureur au départ ou dont aucun concurrent ne franchit la ligne d'arrivée, est classée dernière de la spéciale et est pénalisée de 15'.

Art. 09 : Manquement aux règles de sécurité

- Relais volants pendant la traversée des villages
 - Première infraction : 10 minutes de pénalité.
 - Deuxième infraction : L'équipe est rétrogradée à la dernière place de l'étape avec une pénalité de 15 minutes.

- Concurrent qui n'est pas suivi par son véhicule d'assistance (après un maximum de 2 km après le départ, ou après un maximum de 10 mn)
 - Première infraction : arrêt du concurrent jusqu'à l'arrivée de son véhicule d'assistance et 15 minutes de pénalité.
 - Deuxième infraction : le concurrent est rétrogradé à la dernière place de l'étape avec une pénalité de 15 minutes.
- Concurrent qui dépasse la voiture de gendarmerie ou de commissaires ouvriers
 - Le concurrent est rétrogradé à la dernière place de l'étape avec une pénalité de 5 minutes.
- Equipe qui ne s'arrête pas lorsqu'elle est rattrapée lors d'un marathon du crépuscule ou des cimes, ou lors des étapes le mentionnant spécifiquement, ou lors de l'épilogue :
 - Première infraction : 10 minutes de pénalité.
 - Deuxième infraction : L'équipe est rétrogradée à la dernière place de l'étape avec une pénalité de 5 minutes.

Le directeur de course pourra accorder un bonus aux équipes particulièrement fair-play pris en flagrant délire d'applaudissement de l'équipe qui les dépasse.

- Equipe qui ouvre ses portières à gauche :
 - Première infraction : 15 minutes de pénalité.
 - Deuxième infraction : L'équipe est rétrogradée à la dernière place de l'étape avec une pénalité de 15 minutes.
- Runner ou Biker qui double à gauche des voitures ou véhicule ne facilitant pas le passage à sa gauche d'un Runner ou Biker :
 - Première infraction : 15 minutes de pénalité.
 - Deuxième infraction : L'équipe est rétrogradée à la dernière place de l'étape avec une pénalité de 15 minutes.
- Cycliste qui ne respecte pas le code de la route ou les injonctions des commissaires lors des bike & bike (contrôles ou certificats de passage) et des bike & run :
 - Le concurrent est rétrogradé à la dernière place de l'étape avec une pénalité de 5 minutes.
- Absence de bandes marquantes fluo la nuit :
 - Première infraction : 5 minutes de pénalité.
 - Deuxième infraction : L'équipe est rétrogradée à la dernière place de l'étape avec une pénalité de 5 minutes.

Art. 10 : Règle du « temps limite »

Le directeur de course pourra décider d'appliquer strictement la règle du « temps limite » : il s'agit sur injonction d'un commissaire mandaté par le directeur de course, de la récupération par son véhicule, d'un coureur qui s'est mis « hors délai » et de l'application d'une pénalité calculée en fonction de son rang au moment de son arrêt : le temps affecté au coureur sera celui du dernier auquel s'ajoutera une pénalité de 15mn par rang dans la course au moment de l'arrêt forcé (15 mn au coureur le moins éloigné de l'arrivée, 20 mn au deuxième plus éloigné de l'arrivée, etc.).

Le « temps limite » est une disposition applicable uniquement aux relais classiques, et calculé sur la base d'un temps moyen de 10km/h pour parcourir l'étape auquel est rajouté un crédit de 5 mn.

Art. 12 : Irrespect de l'environnement

Toute équipe surprise en flagrant délit d'irrespect de l'environnement est pénalisée de 15 minutes au classement général.

Infraction – tri des déchets

Une équipe de bénévole dédié au respect de l'environnement pourra relever les infractions relatives au tri des déchets mis en place aux ravitaillements. Un PV environnement sera établi par les bénévoles « environnement » : la première infraction occasionnera 1 mn de malus. Chaque nouvelle infraction de la même équipe occasionnera un malus doublé à chaque infraction.

Art. 13 : Manquement élémentaire aux règles de courtoisie

- Equipe qui lorsqu'elle est rattrapée lors d'un relais volant n'applaudit pas : jet de dé.
- Équipe dont la fille ne franchit pas la ligne avant le garçon, dans les étapes spéciales : jet de dé.

Le directeur de course pourra accorder un bonus aux équipes particulièrement courtoises.

Art. 14 : Manquement aux règles élémentaires de courage

Equipe qui ne présente pas de costumé pour l'étape des « hommes costumés » : malus de 10 mn départ de l'étape.

Art. 15 : Irrespect des conditions pré-requises de constitution d'équipe

Equipe qui ne présente pas de fille pour l'étape des Filles : L'équipe est classée dernière avec une pénalité de 5' ajoutée au temps de la dernière équipe arrivée.

Art. 16 : Défaut de mobilisation d'entreprise

Un malus de 10 mn est appliqué à toute équipe totalisant moins de 30 clics au « jeu des clics »

Tricherie avérée au « jeu des clics »

Toute tricherie identifiée donnera lieu à un malus de 10mn. Chaque nouvelle tricherie occasionnera un malus de 15mn supplémentaire.

Bonus vainqueur du prix de la mobilisation d'entreprise : Bonus de 10 mn.

Art. 17 : Présence interdite de véhicules d'équipe dans le convoi durant l'étape

La règle de présence dans le convoi, des véhicules suiveurs des coureurs, est clairement définie. A défaut d'avoir été spécifiquement demandé par le Directeur de Course pour des raisons de sécurité, s'il est observé au cours d'une étape que la présence d'un véhicule suiveur n'est pas en adéquation avec ce que prévoit la nature de l'étape (véhicule J présent lors d'une étape C par exemple, 3 véhicules suiveurs au lieu d'1 ou véhicules accompagnateurs non accrédités « reporters », ... une pénalité s'applique.

- Première infraction : 5 minutes de pénalité.
- Ensuite, à chaque infraction : 10 minutes de pénalité.

Le cas échéant, l'accréditation « reporter » d'un véhicule doit être visible, sous forme d'un sticker spécifique, positionné en haut à gauche sur le pare-brise arrière du véhicule.

Art. 18 : Accompagnateurs des équipes qui courent

Les accompagnateurs ne sont pas autorisés à courir. Si un accompagnateur est surpris à courir en lieu et place d'un coureur, l'équipe est rétrogradée à la dernière place de l'étape avec une pénalité de 5 minutes.

Art. 19 : show de l'étape costumée – présentation des hommes costumés

Le temps max. octroyé à chaque équipe est de 3 mn. En cas de dépassement de ce temps max, une pénalité correspondant au temps de dépassement est appliquée à l'équipe.

Art. 20 : Participation aux accueils de villes ou aux villes du cœur

Les coureurs spécifiquement sollicités doivent impérativement être présents pour honorer ces accueils. A défaut une pénalité de 60mn sera appliquée à chaque équipe contrevenant à ce principe.

Art. 21 : respect des décrochages « déjeuner »

Pour échelonner correctement l'accès au déjeuner, les coureurs libérés de toute participation à une étape avant le déjeuner rejoignent le lieu de déjeuner. A défaut l'équipe indisciplinée sera pénalisée de 15mn.