

LES FOULEES DOUCES

« Courir pour la santé mentale »

11 octobre 2026

Règlement de la course



L'association HARFANG Santé mentale organise en partenariat avec le Centre Hospitalier de Montfavet, la ville d'Avignon, l'association ATHOM, le comité des sports adaptés de Vaucluse, la maison sport santé du Grand Avignon, l'association Vivre Doux'heureux au quotidien, et le conseil local de santé mentale d'Avignon, la troisième édition d'une course pédestre le 11 octobre 2026 intitulée : « les foulées douces, courir pour la santé mentale ».

Cet **évènement sportif et inclusif** prend place dans le programme de la 37^{ème} édition des **Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM)** dont le thème est « pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts ». Il s'agit d'une **épreuve solidaire visant à sensibiliser le grand public et rassembler des participants de tous horizons et de tous niveaux sportifs autour des enjeux de santé mentale**.

Pièces à fournir pour l'inscription des parcours chronométrés :

Pour les majeurs :

- Un Parcours Prévention Santé (PPS), datant de moins de 3 mois à la date de la course,
Ou
- Une licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running délivrée par la FFA et complétée par le médecin, en cours de validité à la date de la manifestation.

Pour les mineurs :

- Une licence Athlé Compétition, Athlé Running délivrée par la FFA et complétée par le médecin, en cours de validité à la date de la manifestation.
ou
- Un questionnaire relatif à son état de santé renseigné conjointement par l'athlète et les personnes exerçant l'autorité parentale. Les personnes exerçants l'autorité parentale sur le mineur attestent auprès de l'organisateur que chacune des rubriques du questionnaire donne lieu à une réponse négative. A défaut, elles sont tenues de produire un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique de l'athlétisme ou de la discipline concernée datant de moins de six mois.

Départ et arrivée : Centre hospitalier de Montfavet, 2 avenue de la pinède 84200 Avignon (signalétique sur place). Parkings disponibles : à l'intérieur du Centre hospitalier de Montfavet ou sur le site Agroparc, parking de la salle polyvalente de Montfavet.

Catégories : 5 kms et 10 kms à partir de la catégorie CADET (2010/2011)

Horaires :

- 9h00 : course 10 kms
- 9h15 : course 5 kms
- 09h30 : marche 5 kms (non chronométrée)

Inscriptions :

- Uniquement en ligne sur **www.jf-chronotrail.fr**
- Date limite d'inscription le vendredi 9 octobre
- Possibilité de s'inscrire en équipe de 2 coureurs sur le 5 kms
- Les binômes sport adapté bénéficient d'un tarif spécifique : « un dossard pour deux » et acquittent le paiement d'une seule inscription pour deux participants sous réserve que le binôme soit constitué dans

le respect des valeurs du sport adapté. Les binômes ne correspondant pas à ce critère acquittent le prix de deux dossards.

Remise des dossards : uniquement le jour de la course

- Pour les 10 kms de 7h30 à 8h45
- Pour les 5 kms et la marche de 7h30 à 8h45

Assurances :

- Les organisateurs sont couverts par une assurance responsabilité civile : Contrat souscrit à la MAIF sous le N° 4764388R
- Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance de leur licence
- Les participants se déclarent couverts par une assurance individuelle ou collective en responsabilité civile

Responsabilités :

- Chaque participant se déclare en condition physique pour effectuer la distance du parcours choisi et dégage les organisateurs de toutes responsabilités en cas d'accident ou de défaillance.
- L'encadrement des participants mineurs n'est pas assuré par l'organisateur et reste sous la responsabilité de ses responsables légaux. Ils devront les accompagner.
- L'organisation décline toute responsabilité en cas de vols, accident ou défaillance physique, immédiate ou future, consécutive à un mauvais état de santé.

Sécurité : Le circuit n'étant pas totalement fermé à la circulation, les coureurs devront respecter les signalisations. Le code de la route prime. L'épreuve est encadrée par les organisateurs et par le service de sécurité.

Assistance médicale : Un poste de secours sera installé à l'arrivée. Des secouristes (PSC1) se placeront sur le parcours.

Civisme : Le participant s'engage à adopter un comportement respectueux de l'environnement, des autres participants et des organisateurs. Toute attitude contraire à cette éthique engagera la disqualification du participant (jet de ravitaillement usagé sur le parcours, circulation en dehors du parcours balisé, dégradation volontaire de la flore).

Ravitaillements : 1 point de ravitaillement gratuit sera en place et une restauration payante à la cafétéria La Parenthèse. Buffet confectionné par la brigade des colombes (espace social et culturel de la Croix des Oiseaux).

Récompenses : Seront récompensés les trois premiers participants femmes et hommes, 1^{ère} équipe, et 1^{ers} duos de chaque distance de course.

Participation : Paiement uniquement en ligne

- Marche : 6 euros
- Course solo 5 kms : 9 euros
- Course binôme 5 kms 18 euros
- Course binôme sport adapté 5 kms 9 €
- Course 10 kms : 11 euros

Le prix de l'inscription vise uniquement l'équilibre budgétaire de l'évènement sportif. En cas de bénéfice, celui-ci sera intégralement reversé à une ou plusieurs associations de patients ou d'aidants.

Droit à l'image : Le participant, du fait de son engagement, donne l'autorisation aux organisateurs d'utiliser d'éventuelles photos pouvant être prises dans la limite de la communication relative à l'évènement ou à des fins de sensibilisation en rapport avec les Semaines d'Information sur la Santé Mentale.