



DERNIER DROIT AVANT LA
COURSE!!!

Guide du participant



Dernier droit avant le jour J!

Merci de bien lire les consignes et instructions!

ADRESSE

Centre Écologique Fernand-Seguin

257 rue Fernand-Seguin, Châteauguay, Qc, J6K 0K3

COMMODITÉS

Stationnement

- 👉 Vous pouvez laisser un véhicule dans le stationnement pour la nuit (auto, campeur...)
- 👉 Cependant personne n'est autorisé à dormir sur le site de la course le vendredi 4 octobre. Vous le pourrez les jours suivants lors de l'événement.
- 👉 Pour ceux qui partent de loin, **Le manoir d'Youville** vous offre 15% de rabais sur la location de votre chambre avec le code promo **backyard**.
 - <https://manoiryouville.ca/>

Chalet Fernand-Seguin

- 👉 Toilettes, douches, abreuvoirs, remplisseurs de bouteilles d'eau
- 👉 3 micro-ondes, 1 réfrigérateur, évier de cuisine
- 👉 Aire commune chauffée (foyer)
- 👉 Foyer extérieur, tables à pique-nique, chaises Adirondack





HORAIRE

Vendredi 4 octobre

- 👟 16h à 20h : récupération des dossards (bracelet crew) & dépôt des effets personnels
- 👟 20h : Fermeture du site

Samedi 5 octobre

- 👟 7h : Ouverture du site
- 👟 8h30 : Fin de la remise des dossards
- 👟 9h : DÉPART - *un retard entraîne automatiquement un DNF*

Dimanche 6 octobre

- 👟 8h : Déjeuner (vous pourrez encourager les derniers coureurs)
- 👟 9h : Fin de la dernière boucle
- 👟 12h : Fermeture du site

ENREGISTREMENT ET REMISE DE DOSSARD (4 & 5 octobre)

Ne pas arriver avant 7h00 le matin de la course, le site et la période d'enregistrement ne seront pas ouverts

- 👟 Venez avec votre Crew (1 personne par coureur) pour la remise du bracelet obligatoire;
- 👟 Vous serez accompagné dans l'aire commune des coureurs et Crew pour vous installer. Nous sommes une cinquantaine de coureurs, il y aura de la place pour tous, merci d'être indulgent;
 - Sur le site 10 abris 10' x 10' seront déjà installés et à dispositions des participants;
 - Si vous souhaitez installer votre propre abri (10' x 10' maximum), veuillez s.v.p. vous regrouper avec un autre coureur (min 2 pers.) par emplacement.
 - Premier arrivé, premier servi





MATÉRIEL OBLIGATOIRE QUI SERA VALIDÉ LORS DES ENREGISTREMENTS : (Pas ce matériel, pas de course!)

- 👟 Chaise de repos
- 👟 Couverture de survie (min 160x200cm)
- 👟 Nourriture et hydratation (4 litres d'eau min) – on se souvient que c'est une course autonome
- 👟 Lampe frontale avec batterie de rechange (min 150 lumens)
- 👟 Veste coupe-vent ou imperméable
- 👟 Petite tuque ou casquette
- 👟 Gants
- 👟 **Bâtons de marche – non permis**

Fortement suggéré, mais non-obligatoire :

- 👟 Vêtements chauds de rechange (technique multicouches)
- 👟 Souliers de rechange
- 👟 Crème solaire
- 👟 Chasse moustique

RÈGLEMENTS

1. Départ

- 1.1. Le port du dossard est obligatoire à chaque tour. Le retrait entraîne une disqualification.
- 1.2. Tous les coureurs ne réussissant pas à finaliser un tour complet en 1 heure ou ne repartant pas pour la prochaine boucle auront un DNF.
- 1.3. Tous les participants devront être dans la zone de départ délimitée au lancement du tour sans quoi il y a disqualification

2. Parcours

- 2.1. Les participants ne doivent en aucun cas quitter le parcours.
- 2.2. *The slowest participants let the fastest ones pass.* Laisser passer les coureurs plus rapides devant.





Disqualification immédiate dans les cas suivants :

- 2.3. *Crew* présent sur le parcours
- 2.4. *Crew* ou une autre personne apportant du soutien après le lancement d'une boucle.
- 2.5. Participant ne respectant pas le tracé (parcours) ou ne passant pas la ligne d'arrivée (check-point)
- 2.6. Toute personne ne respectant pas l'environnement et qui sera surpris à jeter des débris avant, pendant ou après la course sera immédiatement sanctionné par l'organisation

3. *Crew* (personne de soutien)

- 3.1. L'assistance du *Crew* est autorisée uniquement sur le site autour du départ. Le *Crew* est autorisé à apporter toute l'aide qu'il souhaite dans cette zone, mais ne pourra en aucun cas aller sur le parcours.
- 3.2. Le *Crew* est autorisé à se reposer dans l'aire commune du chalet ou l'aire de repos extérieure.
- 3.3. Le *Crew* est responsable du matériel sur le site près du départ. Aucune obstruction au départ et à l'arrivée ne sera tolérée
- 3.4. Les bracelets du *Crew* devront être portés en tout temps pour circuler sur le site.

Une fois éliminé (DNF), le *Crew* et son coureur pourront désinstaller leur tente et mobilier entre les départs des coureurs restants. Ils ne doivent en aucun cas gêner les autres participants. Ils peuvent, cependant, rester pour encourager les autres participants s'ils le souhaitent.

ACCEPTATION DU RISQUE

-  Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de défaillance physique, psychique ou en cas de blessure survenue pendant l'épreuve ainsi qu'en cas de vol de matériels;
-  Les participants comprennent et entreprennent la course librement et en toute connaissance que la pratique sportive des courses de type *ultra* et *Backyard* comportent des risques pour la santé et ne tiendront responsable l'organisation de la course ou Héritage Saint-Bernard en cas de blessures, d'accident ou de décès lié à la participation au *Backyard Ultra Châteauguay- 24 heures*;





- Les participants se doivent secours et entraide. En cas de problème, ils devront alerter ou faire alerter l'organisation et ne laisser en aucun cas une personne blessée ou dans le besoin seule. Tout manquement à ces règles élémentaires de bonne conduite pourra être sanctionné.

DROIT À L'IMAGE

- Les participants acceptent que les images, photos et vidéos prises lors de l'événement soient utilisées par l'organisation du Backyard Ultra Châteauguay- 24 heures.

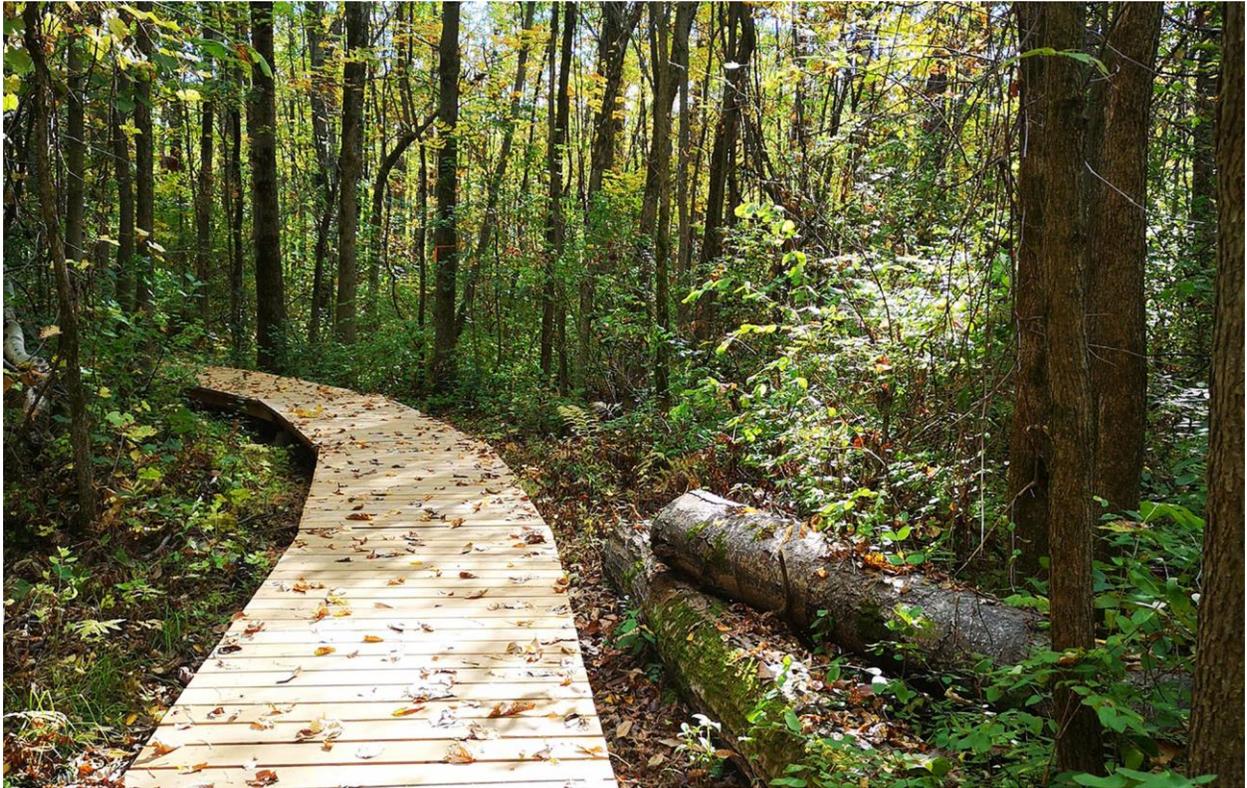
DÉJEUNER INCLUS

Le dimanche 6 octobre, dès 8h, un déjeuner sera servi. Ce sera un bon moment pour se recueillir et revivre tous ensemble l'expérience Backyard Ultra Châteauguay- 24 heures et partager toutes les anecdotes vécues au cours des dernières 24 heures.

PARCOURS

Le Backyard Ultra Châteauguay- 24 heures vous invite à sillonner les sentiers du Centre écologique Fernand-Seguin dans un décor unique et haut en couleur. Vous évoluez la majeure partie du parcours dans des sentiers boisés où la vigilance est de mise. Enlacés par des racines et des passerelles étroites, le parcours se veut sinueux, mais roulant. Bien que le tracé soit plus technique à certains endroits, il vous sera possible de courir la plupart du temps sur du plat, sauf quand vous attaquerez la portion de la bute à glisser. Attention, en cas d'averse les sentiers peuvent devenir très boueux et glissants. Prévoyez des chaussures en conséquence. Le parcours sera entièrement balisé par des **rubans roses**, des cônes et des flèches afin de minimiser le risque d'erreur.





BONNE PRÉPARATION !!!!

