



## Article 1 Organisation générale

Le « Festicap 72 » est organisé par l'US Arnage Athlétisme et le Comité des Fêtes de Guécélard. Les coordonnées de l'organisation sont précisées sur les documents de promotion et sur le site Internet du Comité des Fêtes de Guécélard : [www.guecelardenfetes.com](http://www.guecelardenfetes.com).

## Article 2 Acceptation du règlement

La participation à une des épreuves proposées implique la connaissance et l'acceptation du présent règlement. En conséquence, le participant s'engage à adopter une attitude « éco-responsable » durant l'ensemble de sa participation à l'évènement, et à mettre en avant les valeurs éthiques du sport. **Tout manquement aux règles édictées, constaté par un membre de l'organisation, sera sanctionné par la disqualification de son auteur (aucune réclamation ne sera possible).**

## Article 3 Respect du milieu naturel

Le participant s'engage à respecter l'espace naturel qu'il traverse en suivant scrupuleusement le parcours qui lui est proposé, sans couper et sans occasionner de dégât quelconque, ni laisser de trace de son passage.

## Article 4 Détail des épreuves

Le « Festicap 72 » propose :

### Le samedi 29 octobre,

#### ▪ un Ekiden,

- L'Ekiden est ouvert à tous, licenciés ou non, nés avant le 1er septembre 2007 (au moins 16 ans le 31 août 2023).
- Le délai maximum pour **parcourir les 42,195 km est fixé à 5h00.**
- L'Ekiden se dispute avec des équipes comportant 6 relayeurs sur une boucle de 5 km (cf. distances indiquées ci-dessous).
- L'abandon d'un compétiteur entraîne l'abandon de son équipe.
- La zone de relai est positionnée au niveau de la zone de départ. Le dernier relayeur effectuera une boucle spécifique de 7,195 km.
- Le relai s'effectue par transmission d'un porte dossard ou d'un bracelet ou d'un relai (muni d'une puce) fourni par l'organisation.

**Les distances par relai sont les suivantes :**

- **1<sup>er</sup> relai = 5 km (1 boucle)**
  - **2<sup>ème</sup> relai = 10 km (2 boucles)**
  - **3<sup>ème</sup> relai = 5 km (1 boucle)**
  - **4<sup>ème</sup> relai = 10 km (2 boucles)**
  - **5<sup>ème</sup> relai = 5 km (1 boucle)**
  - **6<sup>ème</sup> relai = 7,195 km (1 boucle spécifique)**
- Les équipes peuvent être masculines (6 hommes), féminines (6 femmes), mixte officiel, mixte. Une équipe mixte officielle doit respecter la parité exacte (3 hommes, 3 femmes).
  - Une équipe bénéficie du statut de licenciée si tous les athlètes la composant sont licenciés.
  - Un coureur, quel que soit son âge, ne peut effectuer qu'un seul relais et pour une seule équipe.

## Règlement du « FESTICAP 72 » des 29 et 30 octobre 2022 à Guécélard.

### ○ un Ekiden Kids +,

L'Ekiden Kids + se dispute sur 4,25 km avec des équipes comportant 6 relayeurs sur une boucle de 0,25 km qui devra être effectuée deux, trois ou quatre fois par le participant en fonction du relai (cf. distances indiquées ci-dessous).

- Une équipe est composée de 6 individus dont :
  - au moins un adulte, capitaine de l'équipe (18 ans révolus le jour de la course),
  - au moins 4 enfants nés entre le 1er septembre 2007 inclus et le 31 août 2013 inclus (moins de 16 ans le 31 août 2023 et au moins 10 ans le 1er septembre 2022).
- L'abandon d'un compétiteur entraîne l'abandon de son équipe.
- La zone de relai est positionnée au niveau de la zone de départ.
- Le dernier relai (3 tours) est effectué par le capitaine.
- Le relai s'effectue par transmission d'un porte dossard ou d'un bracelet ou d'un relai (muni d'une puce) fourni par l'organisation.

#### Les distances par relai sont les suivantes :

- 1<sup>er</sup> relai = 0,5 km (2 boucles)
  - 2<sup>ème</sup> relai = 1,0 km (4 boucles)
  - 3<sup>ème</sup> relai = 0,5 km (2 boucles)
  - 4<sup>ème</sup> relai = 1,0 km (4 boucles)
  - 5<sup>ème</sup> relai = 0,5 km (2 boucles)
  - 6<sup>ème</sup> relai = 0,75 km (3 boucles)
- Les équipes peuvent être masculines, féminines, mixte officielle, mixte. Une équipe mixte officielle doit respecter la parité exacte (3 garçons, 3 filles).

### Le dimanche 30 octobre :

- un **Marathon** individuel, ouvert à tous, licenciés ou non, nés avant le 1er septembre 2003 (au moins 20 ans le 31 août 2023). **Le délai maximum pour parcourir les 42,195 km, est fixé à 5h00. Le délai maximum pour parcourir la première boucle est fixé à 2h15.**
- un **Semi Marathon**, ouvert à tous, licenciés ou non, nés avant le 1er septembre 2005 (au moins 18 ans le 31 août 2023). **Le délai maximum est fixé à 2h30.**
- une **Randonnée Pédestre** ouverte à tous (environ 10 km),
- une **Marche Nordique** ouverte à tous (environ 10 km).

Les horaires sont repris dans le tableau du chapitre 7.

Pour toutes les épreuves, les concurrents sont attendus au point de départ pour un briefing 15 minutes avant chaque départ.

*Chaque participant s'engage à présenter aux organisateurs le ou les documents que les autorités gouvernementales imposeraient pour tenir compte d'une situation particulière.*

## Article 5 Parcours et balisage

Le parcours du semi-marathon (à parcourir 2 fois pour le marathon) est sur routes et sur sols durs et homogènes.

Le parcours de l'Ekiden est constitué de différents revêtements dont des chemins forestiers.

Le parcours de l'Ekiden kids+ est sur bitume.

Ils seront balisés afin de faciliter le suivi de l'itinéraire, et sécurisés par des signaleurs. Aucune réclamation ne sera possible en cas d'erreur de trajectoire. Toute forme d'accompagnement extérieur à l'organisation est interdite. Tout passage répété sur les tapis de mesurage (y compris après l'arrivée) peut entraîner une disqualification.



Par mesure de sécurité, chaque participant s'engage à ne pas quitter le parcours des courses ou à en sortir même temporairement sans avis d'un signaleur, à respecter le code de la route sur les voies éventuellement ouvertes à la circulation et les consignes des signaleurs.

## Article 6 Ravitaillements

L'organisation des ravitaillements sera conforme aux règles sanitaires particulières (COVID..) édictées par la FFA.

La course s'effectue en **semi auto-suffisance**. Ce qui signifie que chaque participant doit être en mesure de satisfaire par lui-même ses besoins hydriques et énergétiques entre deux ravitaillements.

- 4 postes de ravitaillement approvisionnés en liquide et nourriture sont prévus sur le circuit commun du marathon (2 boucles) et du semi-marathon,
- 1 poste de ravitaillement approvisionné en liquide et nourriture est prévu après la ligne de relai sur le circuit du 5 km (Ekiden),
- 1 poste de ravitaillement supplémentaire est disposé au niveau de la zone arrivée / départ pour les Marathon et Semi-Marathon.

Toute assistance extérieure effectuée hors des zones de ravitaillement est interdite.

## Article 7 Participation

### 7.1 Généralités

Les inscriptions s'opèrent exclusivement sur Internet sur le site [www.klikego.com](http://www.klikego.com). La limite des inscriptions est fixée au **24 octobre à 20h00**.

### 7.2 Inscriptions Licenciés

Toute participation à une compétition est soumise à la présentation obligatoire par les participants à l'organisateur :

- d'une licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running délivrée par la FFA,
- ou d'un «Pass' J'aime Courir» délivré par la FFA et complété par le médecin, en cours de validité à la date de la manifestation. Attention : les autres licences délivrées par la FFA (Santé, Encadrement et Découverte ne sont pas acceptées).
- ou d'une licence sportive, 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).

### 7.3 Inscriptions Non Licenciés

Toute participation à une compétition est soumise à la présentation obligatoire par les participants à l'organisateur :

- **pour les majeurs**, d'un **certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition ou de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, datant de moins de un an** à la date de la compétition, ou de sa copie (modèle en annexe 2).  
Afin de faciliter le travail de contrôle des bénévoles, chacun voudra bien s'assurer, lors de sa visite médicale d'aptitude, que son médecin rédige son certificat médical strictement conformément au règlement FFA (modèle en annexe), en utilisant en particulier les termes de « **non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition** ».



- pour les mineurs, un certificat médical de moins de 6 mois avec l'autorisation parentale ou l'autorisation parentale qui a aussi valeur de certificat médical telle qu'elle est définie par l'arrêté ministériel du 7 mai 2021 dans son annexe II-23 (modèle en annexe 1)

## 7.4 Validation des inscriptions

Pour valider l'inscription, l'organisation s'assurera que les participants auront fourni ou présenté soit :

- Le document ou la copie du document justifiant d'une des dispositions ci-dessus en cours de validité, pour les épreuves de course,
- La randonnée pédestre et la marche nordique n'étant pas chronométrées, aucun justificatif médical ou autre n'est réclamé.

La licence FFTRI en cours de validité est acceptée pour bénéficier du tarif licencié si la non contre indication médicale à la pratique en compétition apparait sur le recto de la licence FFTRI ; Si cette condition n'est pas remplie, le certificat médical règlementaire est exigé.

Ces documents seront conservés par l'organisation en tant que pièces justificatives. Attention, aucun autre document ne pourra être accepté pour attester du certificat médical. Ceci vaut pour les certificats qui ne spécifieraient pas explicitement la « non contre indication à la pratique de la course à pied en compétition » et autres déclarations sur l'honneur.

## 7.5 Horaires et tarifs

Frais d'inscriptions incluant l'envoi des dossards et puces au domicile du capitaine.	Licencié	Non licencié / Pass Running	Licencié	Non licencié / Pass Running	Départ
	Avant le 15 octobre		Du 15 octobre au 24 octobre		
<b>Ekiden</b>	60 €	72 €	72 €	96 €	Samedi 29 octobre / 13h00
<b>Ekiden Kids +</b>	12 € (pour l'équipe)		18 € (pour l'équipe)		Samedi 29 octobre / 14h00
Frais d'inscriptions incluant l'envoi du dossard et puce au domicile du concurrent.	Licencié	Non licencié / Pass Running	Licencié	Non licencié / Pass Running	Départ
<b>Marathon</b>	28 €	33 €	39 €	46 €	Dimanche 30 octobre / 8h30
<b>Semi-marathon</b>	15 €	18 €	19 €	24 €	Dimanche 30 octobre / 11h00

Frais d'inscriptions sans envoi du dossard et de la puce au domicile du concurrent.	Licencié	Non licencié / Pass Running	Licencié	Non licencié / Pass Running	Inscription sur place	Départ
	Avant le 15 octobre		Du 15 octobre au 24 octobre		Le 30 octobre	
<b>Marche Nordique</b>	2,99 €	2,99 €	5 €	5 €	7 €	Dimanche 30 octobre / 9h30
<b>Randonnée Pédestre</b>	2,99 €	2,99 €	5 €	5 €	7 €	Dimanche 30 octobre / 9h00

Attention : Un «Pass - J'aime Courir» n'est pas une licence. Tarif «Pass' J'aime Courir» = tarif « Non licencié »  
(\*) Ces tarifs s'appliquent pour l'équipe de 2 concurrents.



**Sur les épreuves du dimanche, pour tout groupe de 7 inscriptions payantes, un engagement gratuit sera offert dans l'épreuve la moins onéreuse parmi celles choisies par les concurrents du groupe (7 dossards payants donnent droit à un huitième gratuit).**

## 7.6 Dossards et inscriptions sur place

**Pour toutes les courses, il n'y a pas d'inscription sur place ou après le 24 octobre. Les dossards, puces ... sont envoyés au domicile du participant.** L'adresse du participant ou du capitaine d'équipe (Ekidens) doit donc être saisie avec soin et vérifiée afin que les opérations d'envoi et la réception se déroulent au mieux.

**Pour la marche nordique et la randonnée, les inscriptions sur place sont possibles** le jour de l'évènement au plus tard 1 heure avant chaque départ.

Tout engagement est personnel. Aucun transfert d'inscription n'est autorisé. En cas de force majeure justifiée, l'organisation se réserve la possibilité d'autoriser exceptionnellement un transfert de dossard.

Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne, sans validation par l'organisation, sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve.

Toute personne disposant d'un dossard acquis en infraction avec le présent règlement pourra être disqualifiée. Le dossard devra être entièrement lisible lors de la course. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation.

Pour justifier, le cas échéant (en cas de litige par exemple), de son identité le jour de la manifestation, **la présentation d'une pièce d'identité avec photo est indispensable.**

Le dossard doit être porté sur la poitrine ou le ventre et doit être visible en permanence dans son intégralité pendant toute la course. Le nom et le logo des partenaires ne doivent être ni modifiés, ni cachés.

*Le nombre de participants ou d'équipes par épreuves n'est pas à priori limité. L'organisation se réserve la possibilité de fixer des limites en fonction des conditions sanitaires, des dispositions d'organisation liées aux surfaces disponibles ou pour toute autre raison qu'il jugerait utile de mettre en place.*

## Article 8 Classements et récompenses

Les classements seront disponibles sur le site Internet de l'épreuve. Ils pourront être transmis à certains sites Internet publiant les résultats des courses hors stades.

### 8.1 Classements sur les courses individuelles :

- Un classement scratch homme, scratch femme, sport adapté homme, sport adapté femme, handisport homme, handisport femme sera établi. Tout concurrent arrivant au-delà de l'heure fixée par le temps limite ne sera pas classé.
- Un classement par catégorie (Masters 0 à 10 ; Seniors ; Espoirs ; Juniors et Cadets) sera établi pour les Hommes et les Femmes.

Les classements seront disponibles sur le site Internet de l'épreuve. Ils pourront être transmis à certains sites Internet publiant les résultats des courses hors stades.

### 8.2 Classements et challenges sur l'Ekiden :

- Un classement scratch homme, scratch femme, scratch mixte officiel, scratch mixte sera établi. Tout concurrent arrivant au-delà de l'heure fixée par le temps limite ne sera pas classé.
- Un challenge « Clubs Sportifs » et un challenge « Entreprises-Associations »
- Un défi (Originalité)...

### 8.3 Classements sur l'Ekiden Kids+ :

- Un classement scratch garçon, fille, mixte officiel, mixte sera établi.
- Un défi (Originalité)...



## 8.4 Récompenses :

Les récompenses seront attribuées en fonction des paramètres suivants. Il ne peut y avoir de cumul de récompenses entre Scratch et Catégorie. Si un tel cas se présente, la règle du report de la récompense vers l'athlète (ou l'équipe) classé immédiatement après, non déjà récompensé, s'applique.

**La remise des récompenses sera adaptée aux conditions sanitaires du moment.  
Seules, les équipes présentes recevront leurs récompenses.**

<p>Récompenses monétaires</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pour la 1<sup>ère</sup> équipe du classement Scratch homme, femme, mixte officiel de <b>l'Ekiden</b>.</li> <li>➤ Pour les 1<sup>er</sup>, 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> Hommes et les 1<sup>ère</sup>, 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> Femmes du classement Scratch <b>du Marathon</b></li> </ul> <p>Si un contrôle antidopage est décidé sur la manifestation, les primes ne seront pas distribuées le jour de la manifestation mais seulement après les résultats officiels des contrôles antidopage.</p>
<p>Autres récompenses : trophées, coupes, médailles, lots...</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pour les 1<sup>er</sup>, 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> Hommes et les 1<sup>ère</sup>, 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> Femmes du classement Scratch, Sport Adapté, Handisport <b>du Marathon, du Semi</b>.</li> <li>➤ Pour le 1<sup>er</sup> Homme et la 1<sup>ère</sup> Femme de chaque catégorie (Masters ; Senior ; Espoir) représentée dans les courses suivantes : <b>Marathon, Semi</b>.</li> <li>➤ Pour la 1<sup>ère</sup> équipe de chaque classement scratch garçon, fille, mixte officiel de <b>l'Ekiden Kids+</b></li> <li>➤ Pour la 2<sup>nde</sup> et 3<sup>ème</sup> équipe des classements scratchs homme, femme, mixte officiel de <b>l'Ekiden</b></li> <li>➤ Pour la 1<sup>ère</sup> équipe de chaque classement scratch mixte de <b>l'Ekiden</b> et de <b>l'Ekiden Kids+</b></li> <li>➤ Pour les équipes vainqueurs des différents challenges <b>Ekiden</b> (Clubs Sportifs, Entreprises/Associations)</li> <li>➤ Pour les équipes vainqueurs des défis (<b>Ekiden, Ekiden Kids+</b>).</li> <li>➤ Une médaille « Finisher » sera distribuée à tout participant du <b>marathon</b> terminant dans les délais</li> </ul>

## Article 9 Sécurité, secours et assurances

Il est demandé à chaque participant d'être en bonne santé physique et suffisamment entraîné pour participer aux épreuves.

**Chaque participant a obligation de porter assistance à un concurrent en difficulté.**

Des équipes de secouristes seront présentes sur le parcours et/ou à l'arrivée, ainsi qu'un médecin.

Le participant qui abandonne en cours d'épreuve doit obligatoirement prévenir : soit un signaleur, soit un responsable du poste de secours, de ravitaillement ou de contrôle le plus proche, soit le PC course (numéro de téléphone disponible sur le dossard) et restituer son dossard.

Les organisateurs peuvent prendre la décision de stopper un concurrent sur avis médical. Dans ce cas, celui-ci devra restituer son dossard (équivalence abandon).

### Départ des participants handisport (épreuves individuelles).

Les concurrents « handisport » autonomes bénéficient d'un départ anticipé par rapport aux concurrents « valides ».

Les concurrents en fauteuil « tiré » et/ou « poussé » (type Joëlettes par exemple) sont positionnés au départ en arrière des concurrents « valides ».



## **Assurance :**

L'organisation a souscrit une assurance responsabilité civile pour la durée de l'épreuve, garantissant les conséquences pécuniaires de sa responsabilité, de celles de ses préposés et des participants.

Les licenciés bénéficient à titre individuel des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence.

Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

L'organisateur décline toute responsabilité en cas de vol ou perte.

## **Article 10 Annulation**

Si la manifestation devait être annulée, en tout ou en partie, pour cas de force majeure (conditions climatiques ou tout autre évènement pouvant nuire à la sécurité des concurrents...) ou pour un motif indépendant de la volonté de l'organisation, aucun remboursement ne sera alors effectué.

Si le concurrent annule sa participation avant le 1<sup>er</sup> octobre 2022, pour quelque cause que ce soit, il sera remboursé du montant de sa participation diminué d'une somme forfaitaire de 5 euros pour les courses individuelles.

Si le capitaine annule la participation de son équipe Ekiden avant le 1<sup>er</sup> octobre 2022, pour quelque cause que ce soit, il sera remboursé du montant de sa participation diminué d'une somme forfaitaire de 10 euros.

Si l'annulation intervient après le 1<sup>er</sup> octobre, il n'y a plus de remboursement, sauf pour raison médicale dûment justifiée à l'organisation (original du certificat médical établissant l'indisponibilité notamment). Dans ce seul cas, la pénalité pour frais de dossier est la même que ci-dessus.

## **Règles particulières**

L'expérience de la pandémie COVID qui sévit depuis plusieurs mois incite à la prudence. Notre souci principal est votre sécurité. Notre règlement sera donc régulièrement mis à jour pour prendre en compte l'évolution des directives gouvernementales qui régissent les activités sportives. En demandant son inscription, chaque athlète accepte donc sans restriction de se tenir informé et d'appliquer ces consignes le jour de son épreuve.

## **Article 11 Droit à l'image et CNIL**

En s'inscrivant à l'épreuve le participant abandonne son droit à l'image.

Du simple fait de leur participation, le concurrent, les accompagnateurs ou le public autorisent l'organisateur ainsi que ses ayants droits, tels que les partenaires et médias, à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles ils pourraient apparaître, prises à l'occasion de l'épreuve ou encore dans le cadre des animations mises en place, et ce sur tout support, y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires, dans le monde et pour la durée la plus longue prévue par la loi, les règlements, les traités en vigueur, y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée. Conformément à la loi Informatique et Liberté du 06/01/78, le participant dispose d'un droit de rectification des données personnelles le concernant. Par notre intermédiaire, il peut être amené à recevoir des propositions d'autres sociétés ou associations. S'il souhaite exercer ce droit, il suffit de le faire savoir à l'organisation par courrier.

## **Article 12 Evolution du règlement**

Les organisateurs se réservent le droit de modifier ce règlement à tout moment s'ils y sont contraints pour des raisons de sécurité ou qui leur seraient imposées par les autorités compétentes.

Dès lors que des règles seraient manquantes ou incomplètes dans ce règlement, la réglementation Running en cours s'applique.



## Annexe 1 :

### Autorisation de participation d'un mineur à une des épreuves du FESTICAP 72.

Je, soussigné(e) : .....,  
Père - Mère - Adulte mandaté

de l'enfant (Prénom - Nom) : .....

né(e) le : .....

- certifie avoir constaté qu'aucune réponse au questionnaire de santé joint (conforme à l'annexe II-23 de l'arrêté ministériel du 7 mai 2021), ne justifie une consultation complémentaire chez un médecin,
- autorise en conséquence l'enfant ci-dessus à participer les 29 ou 30 octobre 2022 à la course (préciser l'appellation de la course) : ..... dans le cadre du FESTICAP 72 de Guécélard.

Je donne l'autorisation de soins sur mon enfant si cela s'avérait nécessaire.

Je déclare avoir pris connaissance du règlement et des informations générales relatives à la course et décline toute responsabilité de l'organisateur en cas d'accident.

Fait à ..... Le ..... / ..... / 2022

SIGNATURE (père, mère ou adulte mandaté) :





Avertissement à destination des parents ou de la personne ayant l'autorité parentale : Il est préférable que ce questionnaire soit complété par votre enfant, c'est à vous d'estimer à quel âge il est capable de le faire. Il est de votre responsabilité de vous assurer que le questionnaire est correctement complété et de suivre les instructions en fonction des réponses données.

**Faire du sport : c'est recommandé pour tous. En as-tu parlé avec un médecin ? T'a-t-il examiné (e) pour te conseiller ? Ce questionnaire n'est pas un contrôle. Tu réponds par OUI ou par NON, mais il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Tu peux regarder ton carnet de santé et demander à tes parents de t'aider.**

Tu es une fille <input type="checkbox"/> un garçon <input type="checkbox"/>	Ton âge : ans	
Depuis l'année dernière	OUI	NON
Es-tu allé (e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu été opéré (e) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu beaucoup maigri ou grossi ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé sans te souvenir de ce qui s'était passé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé à interrompre un moment une séance de sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu beaucoup de mal à respirer pendant un effort par rapport à d'habitude ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu beaucoup de mal à respirer après un effort ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Depuis un certain temps (plus de 2 semaines)		
Te sens-tu très fatigué (e) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sens-tu que tu as moins faim ? que tu manges moins ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Te sens-tu triste ou inquiet ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pleures-tu plus souvent ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aujourd'hui		
Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Questions à faire remplir par tes parents		
Quelqu'un dans votre famille proche a-t-il eu une maladie grave du cœur ou du cerveau, ou est-il décédé subitement avant l'âge de 50 ans ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Etes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Avez-vous manqué l'examen de santé prévu à l'âge de votre enfant chez le médecin ? (Cet examen médical est prévu à l'âge de 2 ans, 3 ans, 4 ans, 5 ans, entre 8 et 9 ans, entre 11 et 13 ans et entre 15 et 16 ans.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Si tu as répondu OUI à une ou plusieurs questions, tu dois consulter un médecin pour qu'il t'examine et voit avec toi quel sport te convient. Au moment de la visite, donne-lui ce questionnaire rempli.**



## Annexe 2

### Modèle de certificat médical pour participation à une des épreuves de courses à pied du FESTICAP 72.

Je soussigné : \_\_\_\_\_ Docteur en médecine,

Certifie que l'examen médical, pratiqué ce jour, de **M. / Mme / Melle** :

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Né(e) le : \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Demeurant à : \_\_\_\_\_ Code Postal : \_\_\_\_\_

ne révèle pas de contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition.

Fait à \_\_\_\_\_ le \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Cachet et Signature du Médecin

Certificat établi à la demande de l'intéressé(e) pour faire valoir de ce droit.