

REGLEMENT DE COURSE 2025

1 ORGANISATION

La manifestation « Trail du Jura bernois » est organisée par l'association « Up 'n' Down ».

2 EPREUVES

Le Trail du Jura bernois comprend 4 distances

- **La Découverte**, 13km
- **La Traversée**, 31km
- **L'Essentielle**, 45km
- **La Grandiose**, 64km

Les courses se font en individuel et se déroulent en une seule étape, à allure libre, en un temps limité.

Elles seront chronométrées et donneront lieu à un classement en fin d'épreuve ainsi qu'à des podiums récompensant les 3 premiers arrivés de chaque catégorie. Les personnes récompensées devront être physiquement présentes lors de la remise des prix.

3 CONDITIONS DE PARTICIPATION

Chaque participant s'engage à être en bonne forme physique et à être dans un état de santé lui permettant de participer à l'épreuve.

En s'inscrivant à l'une des épreuves le coureur :

- Prend la responsabilité de s'assurer auprès d'un médecin compétent qu'il est apte à participer au Trail du Jura bernois.
- Est conscient de la longueur et de la difficulté de l'épreuve.
- Est capable d'affronter, sans aide extérieure, des conditions climatiques difficiles (vent, froid, brouillard, pluie).
- Sait gérer les problèmes physiques ou mentaux découlant d'une grande fatigue, les problèmes digestifs, les douleurs musculaires ou articulaires, les petites blessures...
- Est en bonne forme physique et ne souffre d'aucune contre-indication à la pratique de sport d'endurance.
- Est capable de s'orienter et de prendre les décisions adéquates en cas d'égarement ou de problème de balisage.
- Est conscient que l'organisation ne peut pas garantir une sécurité absolue durant la course.
- Est conscient d'évoluer dans un milieu de montagne et accepte les risques qui en découlent.

L'Essentielle et la Grandiose comportent des passages où les conditions peuvent être très difficiles (vent, froid, brouillard, pluie). Un très bon entraînement et une réelle capacité d'autonomie personnelle sont indispensables à la réussite d'une telle aventure individuelle.

4 CATEGORIES

La Découverte

- Juniors(H/F) : 2010 à 2014
- Seniors(H/F) : 1986 à 2009
- Vétérans 1(H/F) : 1976 à 1985
- Vétérans 2(H/F) : 1975 et avant

La Traversée

- Seniors(H/F) : 1986 à 2008
- Vétérans 1(H/F) : 1976 à 1985
- Vétérans 2(H/F) : 1975 et avant

L'Essentielle et La Grandiose

- Seniors(H/F) : 1986 à 2007
- Vétérans 1(H/F) : 1976 à 1985
- Vétérans 2(H/F) : 1975 et avant

5 RAVITAILLEMENT & AUTO-SUFFISANCE

Le parcours **La Découverte** se fait en individuel et se déroule en une seule étape, à allure libre et en autosuffisance complète. Il n'y a pas de poste de ravitaillement le long de ce parcours.

Un seul poste de ravitaillement complet se trouve à l'arrivée.

Le parcours **La Traversée** se fait en individuel et se déroule en une seule étape, à allure libre et en semi-autonomie. 2 postes de ravitaillement complet le long de ce parcours en plus de celui à l'arrivée.

Le parcours **L'Essentielle** se fait en individuel et se déroule en une seule étape, à allure libre et en semi-autonomie. 3 postes de ravitaillement complet le long de ce parcours en plus de celui à l'arrivée.

Le parcours **La Grandiose** se fait en individuel et se déroule en une seule étape, à allure libre et en semi-autonomie. 4 postes de ravitaillement complet le long de ce parcours en plus de celui à l'arrivée.

6 EQUIPEMENTS

La Découverte :

Matériel obligatoire

- aucun

Matériel conseillé

- Réserve d'eau, min 5dl
- Téléphone portable
- Veste imperméable (suivant les conditions climatiques)
- Petite réserve alimentaire (barres, gels)

Si vous choisissez de prendre des bâtons, vous devez les avoir tout au long de la course.

La Traversée, L'Essentielle et La Grandiose

Matériel obligatoire

- Gobelet personnel pour les ravitaillements
- Lampe frontale (uniquement pour **La Grandiose**)

Matériel conseillé

- Sac à dos
- Réserve d'eau, min 1l
- Couverture de survie
- Sifflet
- Bande élastique adhésive permettant de faire un bandage ou un strapping
- Veste imperméable permettant de supporter le mauvais temps en montagne
- Seconde couche (pull manche longue ou manchons)
- Pantalon, collant de course à jambes longues ou chaussettes couvrantes
- Téléphone portable

Si vous choisissez de prendre des bâtons, vous devez les avoir tout au long de la course.

7 INSCRIPTIONS

Les inscriptions sont gérées par la société MSO-Chrono à Delémont.

Tarifs

La Découverte Ouverture des inscriptions le 1er mai 2025	du 1er au 31 mai 2025 CHF 30.-	du 1er juin au 25 septembre 2025 CHF 40.-	sur place CHF 50.-
La Traversée Ouverture des inscriptions le 1er avril 2025	du 1er au 30 avril 2025 CHF 45.-	du 1er mai au 25 septembre 2025 CHF 55.-	sur place CHF 65.-
L'Essentielle Ouverture des inscriptions le 1er mars 2025	du 1er au 31 mars 2025 CHF 60.-	du 1er avril au 25 septembre 2025 CHF 70.-	sur place CHF 80.-
La Grandiose Ouverture des inscriptions le 1er février 2025	du 1er au 28 février 2025 CHF 70.-	du 1er mars au 25 septembre 2025 CHF 80.-	sur place CHF 90.-

8 ANNULATION D'INSCRIPTION

Les conditions d'annulation d'inscription de la société MSO-Chrono font foi.

9 DOSSARDS

Chaque dossard est remis individuellement à chaque coureur sur présentation d'une pièce d'identité.

Le dossard doit être porté sur la poitrine ou le ventre et doit être visible en permanence dans son intégralité pendant toute la course. Il doit donc toujours être positionné au-dessus de tout vêtement et ne peut en aucun cas être fixé sur le sac ou une jambe.

Le nom et le logo des partenaires ne doivent être ni modifiés ni cachés.

10 TEMPS MAXIMUM AUTORISÉ

Le temps maximal de passage (barrières horaires)

- **La Découverte** départ à 10h00
pour la totalité du parcours, est fixé à 3 heures (13h00)
- **La Traversée** départ à 9h00
au ravitaillement de Villeret, est fixé à 3 heures (12h00)
au ravitaillement de Cortébert, est fixé à 5 heures (14h00)
pour la totalité du parcours, est fixé à 7 heures (16h00)
- **L'Essentielle** départ à 8h00
au ravitaillement de Villeret, est fixé à 3 heures (11h00)
au ravitaillement du Chasseral, est fixé à 5 heures (13h00)
au ravitaillement de Cortébert, est fixé à 7 heures (15h00)
pour la totalité du parcours, est fixé à 9 heures (17h00)
- **La Grandiose** départ à 6h00
au ravitaillement de Villeret, est fixé à 3 heures (9h00)
au ravitaillement du Chasseral, est fixé à 5 heures (11h00)
au ravitaillement de Lamboing, est fixé à 8 heures (14h00)
au ravitaillement de Cortébert, est fixé à 11 heures (17h00)
pour la totalité du parcours, est fixé à 13 heures (19h00)

Le temps maximal est calculé pour permettre aux participants de rallier l'arrivée tout en effectuant d'éventuels arrêts (repos, repas...).

Tout concurrent mis hors course et voulant poursuivre son parcours ne pourra l'effectuer qu'après avoir restitué son dossard, sous sa propre responsabilité et en autonomie complète.

11 ASSURANCE

Responsabilité civile

L'organisateur souscrit une assurance responsabilité civile pour la durée de l'épreuve. Cette assurance garantit les conséquences pécuniaires de sa responsabilité, de celle de ses préposés et des participants.

Assurance accident

Chaque participant doit être en possession d'une assurance accident individuelle, couvrant d'éventuels frais de recherche et d'évacuation en Suisse.

Une telle assurance peut être souscrite auprès de tout organisme au choix du participant.

12 ABANDON ET RAPATRIEMENT

Sauf blessure, un participant doit annoncer son abandon auprès d'un bénévole présent sur le parcours ou prévenir directement le responsable de course, numéro de tél. figurant sur le dossard, qui invalide définitivement son dossard. Toute personne ayant quitté la course avant de l'avoir terminée et sans en aviser l'organisation devra assumer les éventuels frais de recherche engendrés par sa disparition.

ASSURANCE INDIVIDUELLE OBLIGATOIRE

Chaque coureur doit être en possession d'une assurance individuelle accident couvrant d'éventuels frais de recherche et d'évacuation en Suisse.

13 PÉNALISATION - DISQUALIFICATION

Les participants refusant de se conformer au présent règlement pourront être éliminés, notamment pour :

- Absence de dossard
- Falsification de dossard
- Prise d'un raccourci
- Retard au départ de la compétition (selon le retard)
- Non-pointage aux postes de contrôle
- Pollution ou dégradation des sites traversés (jets de détritus)
- Refus de se faire examiner par le personnel sanitaire
- Non-assistance à un concurrent en détresse
- Matériel obligatoire manquant
- Dépassement du temps maximum autorisé
- Non-fermeture des barrières et clôtures de champs

14 JURY D'ÉPREUVE

Il se compose :

- Du directeur de course
- Du président de l'organisation
- Des chefs de poste concernés
- Ainsi que de toute personne compétente à l'appréciation du président du comité d'organisation

15 MODIFICATION DU PARCOURS

Pour des raisons de sécurité, l'organisation se réserve le droit de modifier à tout moment le parcours sans préavis.

16 ACCOMPAGNATEURS ET ANIMAUX

Les vélos, VTT ou engins motorisés sont formellement interdits sur le parcours.

Toute assistance individuelle personnelle en dehors des zones de ravitaillement officielles est interdite, de même que l'accompagnement en course.

Il est interdit de courir avec un chien, même tenu en laisse.

17 DROIT À L'IMAGE

En s'inscrivant au Trail du Jura bernois, les coureurs acceptent que leurs coordonnées puissent être connues par la publication de la liste des inscrits/départs et du journal des résultats. Par ailleurs, des photos prises lors de la manifestation peuvent être publiées dans les imprimés, le matériel promotionnel et sur le site Internet de l'organisateur. En revanche, ce dernier s'interdit de céder le fichier des participants à des fins commerciales. L'organisateur se réserve toutefois le droit d'utiliser les données des participants afin de promouvoir une prochaine édition de l'épreuve. En cas de désaccord à l'une ou l'autre des conditions précitées, le participant avertira l'organisateur par écrit au plus tard 10 jours avant la manifestation.

Par le simple fait de s'inscrire à l'épreuve, les participants déclarent avoir pris connaissance du règlement et s'engagent à le respecter en tous points.
