

## Courses sur route et Trails

### Conditions d'organisation

Le nouveau concept fédéral portant sur les conditions d'organisation des courses sur route et trails constitue une nouvelle approche fédérale quant à la qualité et la standardisation des différentes manifestations.

Selon les caractéristiques (techniques), les courses peuvent être réparties en 4 catégories différentes :



#### 1. Courses sur route



#### 2. Courses populaires



#### 3. Joggings



#### 4. Trails



## Courses sur route

### Conditions d'organisation



Courses sur route	
Distances	5 - 10 - 15 - 20 - 25 km - Semi-marathon - Marathon - 10 miles
Mesurage	obligatoire AIMS ou FLA
Circulation	parcours fermé à la circulation
Indication kilomètres	obligatoire
Signalisation parcours	obligatoire
Lignes de départ & arrivée	obligatoires (largeur min. 5 cm)
Points de ravitaillement	tous les 5 km et arrivée (minimum)
Ravitaillement	eau plate à tous les points Boissons sucrées et/ou fruits ou autres à partir du 15 <sup>e</sup> km Ravitaillement personnel sur demande Boissons chaudes en cas de températures < à 5°C lors du départ Quantités suffisantes
1 <sup>er</sup> secours & encadrement médical	Poste de secours fixe (aire d'arrivée) Médecin sur place (n'assumant pas d'autre fonction dans le cadre de l'organisation) pour courses de +10 km Dispositif 1 <sup>er</sup> secours sur place Médecin sur place dès le début de la course et jusqu'à 1 heure après la fin pour distances supérieures à 15 km
Inscriptions	Règlementation et tarification pour pré-inscriptions et inscriptions tardives (à publier) online et autres formes
Licenciés FLA (LC-LO-LL)	Tarif préférentiel
Vestiaires et douches	obligatoires
Consigne	recommandée à partir de 300 particip.
Zone de départ protégée	Zone protégée pour l'élite obligatoire
Publication résultats	dans les 24 hrs sur internet et transmission à la FLA
Transmission listes à la FLA	Liste alphabétique avec résultats à transmettre à la FLA dans la quinzaine
Récompenses podiums & participants	à discrétion de l'organisateur
Règlement de course selon les règles IAAF et FLA à publier	obligatoire (règlement type disponible auprès de la FLA)
Courses pour enfants	Distances à respecter:
Ludiques m&f	max. 2 km (sans classement)
Benjamin(e)s	max. 2 km (sans classement)
Débutant(e)s	max. 3 km (classement recommandé)
Scolaires m&f	max. 5 km (classement recommandé)
Âge minimum requis	5 km → 12 ans 10 km → 15 ans 15 km → 15 ans semi et plus → 18 ans
Animations annexes	à discrétion de l'organisateur
Championnats Nationaux	Semi dans le cadre de la Route du Vin Marathon (à déterminer) 10 km (dispositions d'attribution à déterminer)



## Courses populaires Conditions d'organisation



Courses populaires	
Distances	pas de prescriptions
Mesurage	facultatif
Circulation	parcours fermé à la circulation
Indication kilomètres	recommandée
Signalisation parcours	obligatoire
Lignes de départ & arrivée	obligatoires (largeur min. 5 cm)
Points de ravitaillement	tous les 5 km et arrivée (minimum)
Ravitaillement	eau plate à tous les points et option pour autres Boissons chaudes en cas de températures < à 5°C lors du départ Quantités suffisantes
1 <sup>er</sup> secours & encadrement médical	Poste de secours fixe (aire d'arrivée) Médecin sur place (n'assumant pas d'autre fonction dans le cadre de l'organisation) pour courses de +10 km Dispositif 1 <sup>er</sup> secours sur place Médecin sur place dès le début de la course et jusqu'à 1 heure après la fin pour distances supérieures à 15 km
Inscriptions	Règlementation et tarification pour pré-inscriptions et inscriptions tardives (à publier) online et autres formes
Licenciés FLA (LC-LO-LL)	Tarif préférentiel
Vestiaires et douches	obligatoires
Consigne	recommandée à partir de 300 particip.
Zone de départ protégée	Zone protégée pour l'élite recommandée
Publication résultats	dans les 24 hrs sur internet et transmission à la FLA
Transmission listes à la FLA	Liste alphabétique avec résultats à transmettre à la FLA dans la quinzaine
Récompenses podiums & participants	à discrétion de l'organisateur
Règlement de course selon les règles IAAF et FLA à publier	recommandé (règlement type disponible auprès de la FLA)
Courses pour enfants	Distances à respecter:
Ludiques m&f	max. 2 km (sans classement)
Benjamin(e)s	max. 2 km (sans classement)
Débutant(e)s	max. 3 km (classement recommandé)
Scolaires m&f	max. 5 km (classement recommandé)
Âge minimum requis	5 km → 12 ans 10 km → 15 ans 15 km → 15 ans semi et plus → 18 ans
Animations annexes	à discrétion de l'organisateur
Championnats Nationaux	-----



## Joggings

### Conditions d'organisation



#### Joggings

Distances	pas de prescriptions
Mesurage	facultatif
Circulation	parcours fermé à la circulation
Indication kilomètres	facultatif
Signalisation parcours	obligatoire
Lignes de départ & arrivée	obligatoires (largeur min. 5 cm)
Points de ravitaillement	tous les 5 km et arrivée (minimum)
Ravitaillement	eau plate à tous les points et option pour autres Boissons chaudes en cas de températures < à 5°C lors du départ Quantités suffisantes
1er secours & encadrement médical	Poste de secours fixe (aire d'arrivée) Médecin sur place (n'assurant pas d'autre fonction dans le cadre de l'organisation) pour courses de +10 km Dispositif 1 <sup>er</sup> secours sur place Médecin sur place dès le début de la course et jusqu'à 1 heure après la fin pour distances supérieures à 15 km
Inscriptions	Règlementation et tarification pour pré-inscriptions et inscriptions tardives (à publier) online et autres formes
Licenciés FLA (LC-LO-LL)	Tarif préférentiel
Vestiaires et douches	recommandés
Consigne	recommandée à partir de 300 particip.
Zone de départ protégée	-----
Publication résultats	dans les 24 hrs sur internet et transmission à la FLA pour autant qu'un classement a été établi
Transmission listes à la FLA	Liste alphabétique avec résultats à transmettre à la FLA dans la quinzaine
Récompenses podiums & participants	à discrétion de l'organisateur
Règlement de course selon les règles IAAF et FLA à publier	
Courses pour enfants	Distances à respecter:
Ludiques m&f	max. 2 km (sans classement)
Benjamin(e)s	max. 2 km (sans classement)
Débutant(e)s	max. 3 km (classement recommandé)
Scolaires m&f	max. 5 km (classement recommandé)
Âge minimum requis	5 km → 12 ans 10 km → 15 ans 15 km → 15 ans semi et plus → 18 ans
Animations annexes	à discrétion de l'organisateur
Championnats Nationaux	-----



## Trails

### Conditions d'organisation



Trails	
Distances	Trail court (inférieur à 42 km) – Ultra Trail (supérieur ou égal à 42 km)
Mesurage	pas de mesurage
Circulation	parcours fermé à la circulation
Indication kilomètres	recommandée
Signalisation parcours	obligatoire
Lignes de départ & arrivée	obligatoires (largeur min. 5 cm)
Points de ravitaillement	tous les 7,5 km et arrivée (minum)
Ravitaillement	eau plate à tous les points boissons sucrées et fruits ou autres à partir du 10 <sup>e</sup> km – Ravitaillement personnel sur dde Boissons chaudes en cas de températures < à 5°C lors du départ Quantités suffisantes
1 <sup>er</sup> secours & encadrement médical	Poste de secours fixe (aire d'arrivée). Médecin sur place (n'assurant pas d'autre fonction dans le cadre de l'organisation) pour tous les trails. Dispositif 1 <sup>er</sup> secours sur place. Médecin sur place dès le début de la course et jusqu'à 1 heure après la fin pour distances supérieures à 10 km
Inscriptions	Règlementation et tarification pour pré-inscriptions et inscriptions tardives (à publier) – online et autres formes
Licenciés FLA (LC-LO-LL)	Tarif préférentiel
Vestiaires et douches	obligatoires
Consigne	recommandée à partir de 300 particip.
Zone de départ protégée	Zone protégée pour l'élite recommandée
Publication résultats	dans les 24 hrs sur internet et transmission à la FLA
Transmission listes à la FLA	Liste alphabétique avec résultats à transmettre à la FLA dans la quinzaine
Récompenses podiums & participants	à discrétion de l'organisateur
Règlement de course selon les règles IAAF et FLA à publier	recommandé (règlement type disponible auprès de la FLA)
Courses pour enfants	Distances à respecter:
Ludiques m&f	max. 2 km (sans classement)
Benjamin(e)s	max. 2 km (sans classement)
Débutant(e)s	max. 3 km (classement recommandé)
Scolaires m&f	max. 5 km (classement recommandé)
Âge minimum requis	5 km → 12 ans 10 km → 15 ans 15 km → 15 ans semi et plus → 18 ans
Animations annexes	à discrétion de l'organisateur
Championnats Nationaux	Dispositions obligatoires Championnats: Distance: entre 45 et 60 km Dénivellé minimum: 1200 m Parcours: maximum asphalté 20 % Avoir organisé au moins une fois une course remplissant les conditions ci-dessus sur un parcours analogue



	Courses sur route	Courses populaires
<b>Situation 2019</b>	Postlaf	Spiridon Bëschlaf, Kockelscheuer
	Nordstadsemi, Diekirch	Péckvillercherslaf, Nospelt
	Clärrwer Loof	FootRun, Niederkorn
	Tour de Dudelange	Semi-marathon des 2 Luxemb. Beckerich
	Ousterlaf, Grevenmacher	Lampertsbierger Laf vum LTC
	Berdorfer Laf	Schefflenger Laf
	ING Night-Marathon Luxembourg	ING 24h Run
	Sudstroum Escher Kulturlaf	Schlasslaf, Pettingen
	ING Route du Vin Remich	Widdebierglaf, Mensdorf
	Fakellaf Bertrange	Green Run
	Deulux-Lauf Langsur	Korogocho Run
	Sylvesterlaf Rambrouch	1000km Hesper
		Loof um Wämper Séi
		Beetebuerger Laf
		Steel Run
		Vollekslaf Walfer
		Geeschterlaf um Herrschesfeld
		Hinnchebierglaf
		Nikloslaf, Esch/Alzette
		Chrëschtlaf, Differdange





Joggings	Trail
Réidener Wanterlaf	ING Eurotrail, Diekirch
Leidelenger Wanterlaf	X-Trail des Ardennes
E Laf fir d'Natur	DKV Urban Trail
Jogging Loisir, Mondercange	Escher Südstroum Trail
Biissen bewegt sech	NSL Bëschtrail
JP Morgan City Jogging	1. Lee Trail Run
Algso Laf géint de Kriibs	Sëller Adventure-Laf
Kannerlaf Parc Merveilleux Bettembourg	Ardenner Trail, Koetschette
Broschtkriibslaf	Tower Power Trail, Weicherdange
RBC Race for kids	Aischdalltrail
	Minett-Trail
	Ultra-Trail du Müllerthal
	Red Rock Challenge
	Wéngertstrail
	Haard Trail
	Trail Uewersauer, Heiderscheid
	Freelanders Trail Mersch-Hollenfels
	Veiner X-perience Trail
	3 Länner Trail, Lieler

