



COMPLÈTEMENT À LA MASSE 2025

**RÈGLEMENT DE COURSE
FORMAT SOLO**





SOMMAIRE

1. Organisation	3
2. Format de course, disciplines acceptées et catégories	3
2.1 Format de course.....	3
2.2 Disciplines acceptées et catégories.....	4
3. Inscriptions.....	4
3.1 Conditions d'admission.....	4
3.1.1 Age.....	4
3.1.2 Niveau de pratique et état de santé.....	4
3.2 Frais d'inscription	5
3.3 Non-participation après inscription.....	5
4. Déroulement de la course.....	6
4.1 Remise des dossards.....	6
4.2 Briefing.....	7
4.3 Reconnaissance	7
4.4 Ordre et protocole de départ.....	7
4.5 Règles de la course	8
4.5.1 Pénalités	8
4.5.2 Porte cassée ou manquante	8
4.5.3 Dépassemens.....	8
4.5.4 Arrêts	8
4.5.5 Protocole abandon	9
4.5.6 Stop course	9
4.5.7 Dossard	9
5. Remise des prix	9
6. Assurance, équipement obligatoire et sécurité.....	10
6.1 Assurance organisateur.....	10
6.2 Assurance participant	10
6.3 Équipement obligatoire	10
6.4 Sécurité.....	11
7. Droit à l'image.....	11
8. Cas de force majeure	11



1. ORGANISATION

Le Club des Sports des Menuires (ci-après « l'organisateur »), en collaboration avec l'office de tourisme des Menuires, organise, le samedi 29 mars 2025, aux Menuires, l'événement Complètement à la Masse.

Celui-ci comprend, entre-autres, une course au format Solo (ci-après « la course »).

L'organisateur déclare avoir soumis aux autorités publiques compétentes les demandes nécessaires à l'organisation de l'événement.

2. FORMAT DE COURSE, DISCIPLINES ACCEPTÉES ET CATÉGORIES

2.1 FORMAT DE COURSE

La course s'effectue en individuel et comprend 1 manche sous forme de contre-la-montre. La course comprend des spécificités propres à l'épreuve. Le participant accepte ces spécificités :

- Départ du tracé au sommet de la télécabine Pointe de la Masse, au niveau du restaurant le 2800.
- Arrivée du tracé en amont du départ de la télécabine Pointe de la Masse.
- Tracé de slalom géant entre-coupé de zones spéciales.
- Zones spéciales de type : champs de piquets, champs de bosses, snake run, stand de tir biathlon, boardercross, ...
- Tracé comportant environ 150 virages.
- Portes matérialisées par une porte intérieure et une extérieure avec banderole.
- 22 à 35 m d'espacement entre les portes.
- Longueur du tracé : 4,3 km.
- Dénivelé du tracé : 1025 m.



2.2 DISCIPLINES ACCEPTÉES ET CATÉGORIES

La course est ouverte à toutes les disciplines de glisse alpine : ski, snowboard, télémark, monoski, patinettes/bigfoot, yooner, snowscoot, ...

Les participants à ski seront répartis selon les catégories masculines et féminines suivantes :

- Juniors : personnes nées de 2008 à 2010.
- Séniors : personnes nées de 1980 à 2007.
- Vétérans : personnes nées en 1979 ou avant.

Les autres disciplines seront regroupées au sein de la catégorie masculine et de celle féminine Les Massos.

3. INSCRIPTIONS

Les inscriptions à la course se font uniquement via le site internet de l'évènement, à l'adresse <https://www.completementalamasse.fr/sinscrire>. Une fois ouvertes, elles le resteront jusqu'au jeudi 27/03/25 23h59, dans la limite de 150 participants.

Seul le respect des conditions d'admission, le paiement des frais d'inscription et la validation par l'organisateur du dossier d'inscription entraînent la confirmation de l'inscription d'un participant.

3.1 CONDITIONS D'ADMISSION

3.1.1 Age

La course est ouverte à toute personne née au plus tard en 2010.

Pour un participant mineur, une autorisation du représentant légal, signée et datée de 2025, devra obligatoirement être fournie au moment de l'inscription (document vierge accessible sur la page « S'inscrire » du site de l'évènement, à partir de l'ouverture des inscriptions).

3.1.2 Niveau de pratique et état de santé

La participation à la course nécessite de savoir évoluer sur une piste noir bosselée, par tout type de temps et de neige, et d'avoir un état de santé compatible.



Le participant est informé que l'organisateur ne vérifiera pas son niveau de pratique et son état de santé. Au moment de son inscription et de sa participation à la course, il engage donc sa responsabilité en certifiant répondre aux conditions susmentionnées, et serait donc tenu responsable de tout accident qu'il pourrait subir ou provoquer en conséquence.

Néanmoins, l'organisateur se réserve le droit d'empêcher un participant de prendre le départ, ou de terminer la course dans le cas où il aurait pris le départ, s'il s'aperçoit que le participant a jugé de manière erroné son niveau de pratique et/ou son état de santé au vu des conditions susmentionnées.

Aucun remboursement ne serait effectué en cas de jugement erroné d'un participant sur son niveau de pratique et/ou son état de santé.

3.2 FRAIS D'INSCRIPTION

	Early Avant le 15/03/25	Late Du 15 au 27/03/25
Inscription à la course	25,00 €	35,00 €
Inscription à la course + forfait Menuires journée	42,00 €	52,00 €

Passée la date de clôture des inscriptions, et sous réserve d'être acceptée par l'organisation, toute inscription sera majorée de 10 €.

L'inscription à la course comprend :

- Le droit de participer à la course.
- Un sac de bienvenue et ses goodies.
- Un repas avec une boisson.

3.3 NON-PARTICIPATION APRÈS INSCRIPTION

Toute inscription à la course est personnelle, ferme et définitive. Elle ne peut faire l'objet d'aucun remboursement et aucun transfert d'inscription vers une autre personne n'est autorisée. Un contrôle d'identité sera effectué lors de la remise des dossards.



Dans le cas où une personne inscrite ne participerait pas à la course et inciterait une tierce personne à usurper son identité pour participer à sa place, la 1ère personne serait tenue responsable de tout accident subi ou provoqué par la seconde durant l'évènement.

En cas d'empêchement justifié (notamment pour raisons médicales ou décès d'un proche), aucun remboursement ne sera effectué, mais un bon d'achat égal au montant des frais d'inscription déboursés, valable pour l'édition 2026 de Complètement à la Masse, sera offert. En cas d'absence injustifiée au départ de la course, aucun remboursement ne sera effectué.

Démarche à suivre en cas d'empêchement justifié afin d'obtenir le bon d'achat :

- Informer l'organisateur de l'empêchement justifié, avant le 22/03/25 à 23h59, à inscriptions@clubsportsmenuires.com.
- Conserver l'accusé de réception adressé par l'organisateur pour justifier de la non-participation justifiée à la course de l'édition 2025 de Complètement à la Masse.
- Contacter l'organisateur lors de l'ouverture des inscriptions à l'édition 2026 de Complètement à la Masse, à inscriptions@clubsportsmenuires.com, en fournissant l'accusé de réception susmentionné.

4. DÉROULEMENT DE LA COURSE

Un mail sera envoyé en amont de l'évènement pour rappeler aux participants toutes les informations importantes liées à leur participation à Complètement à la Masse, et en particulier à la course.

4.1 REMISE DES DOSSARDS

2 sessions de remise des dossards auront lieu aux Menuires :

- Le vendredi 28 mars, de 17h à 19h, à l'office du tourisme des Menuires.
- Le samedi 29 mars, de 8h à 8h30, à la salle hors sac située au pied de la télécabine Pointe de la Masse.



4.2 BRIEFING

Un briefing, obligatoire pour tous les participants, aura lieu le jour de la course, à 8h30, au départ de la télécabine Pointe de la Masse. Les participants pourront ensuite prendre la télécabine pour se rendre au départ.

4.3 RECONNAISSANCE

La reconnaissance sera possible et s'effectuera uniquement à vue, depuis la télécabine et le bord de piste. Aucun participant ne sera toléré sur la piste sous peine de disqualification.

Le port du dossard sera obligatoire lors de la reconnaissance.

4.4 ORDRE ET PROTOCOLE DE DÉPART

Le départ des participants s'effectuera dans l'ordre des dossards, à partir du numéro 1. Tout participant au départ de la course devra porter son dossard numéroté.

L'ordre des dossards sera défini selon l'ordre des catégories suivant, avec un tirage au sort global à la mêlée au sein de chacune d'elles :

- 1- Ski Juniors femmes puis hommes
- 2- Ski Vétérans femmes puis hommes
- 3- Ski Séniors femmes puis hommes
- 4- Les Massos femmes puis hommes (discipline par discipline)

Le premier départ aura lieu à 9h45. Puis chaque départ s'effectuera à intervalle minimum de 30 secondes entre les participants.

La présence des participants sera requise au départ au minimum 15 minutes avant leur horaire de passage. En cas de non-présence au départ, et si l'organisateur le permet, les retardataires partiront à la fin de la catégorie en cours. Sinon, ils seront disqualifiés.

Une pause de 3 minutes sera marquée entre les catégories.



4.5 RÈGLES DE LA COURSE

4.5.1 Pénalités

Les contrôleurs et le directeur de course jugeront de la disqualification d'un coureur pour les fautes suivantes :

- Une porte enfourchée.
- Une porte manquée.
- Un obstacle non franchi ou non pris dans sa totalité.

4.5.2 Porte cassée ou manquante

Si une porte est cassée ou manquante, le participant devra garder la trajectoire du tracé et marquer le virage.

4.5.3 Dépassemens

Les dépassements seront autorisés durant la course. Via un drapeau jaune, les contrôleurs indiqueront au participant se faisant rattraper qu'il doit laisser passer le participant suivant.

Le participant sujet à un drapeau jaune devra, dans l'ordre :

- Marquer un arrêt sur le côté du tracé.
- Laisser passer le participant suivant.
- Repartir avec un écart d'une porte minimum avec le participant qui l'a dépassé.

Le participant situé en amont est responsable en cas de collision lors du dépassement.

Le manquement, par un participant, au protocole de dépassement, entraînera sa disqualification.

4.5.4 Arrêts

L'arrêt hors protocole dépassement sera considéré comme un abandon.



4.5.5 Protocole abandon

S'il en est capable, le participant souhaitant abandonner la course devra en informer un contrôleur et quitter la piste réservée à la course pour descendre vers l'arrivée via les pistes ouvertes au public.

4.5.6 Stop course

Via un drapeau rouge, l'organisateur se réserve le droit d'arrêter la course à tout moment pour des raisons de sécurité. Tous les participants en course et ne pouvant terminer leur course seront invités à remonter au départ pour un second passage.

4.5.7 Dossard

Durant la course, chaque participant devra porter son dossard numéroté.

5. REMISE DES PRIX

La remise des prix de la course se tiendra le samedi 29 mars, à 16h, sur la scène de La Croisette.

Pour les participants à ski, seront récompensés :

- Le top 3 au scratch femme.
- Le top 3 au scratch homme.
- La meilleure Junior femme.
- Le meilleur Junior homme.
- La meilleure Vétérande femme.
- Le meilleur Vétéran homme.

Pour Les Massos, seront récompensés :

- Le top 3 au scratch femme.
- Le top 3 au scratch homme.



Des récompenses spéciales pourront être remises sur décision de l'organisateur, notamment une récompense pour le meilleur déguisement.

Un tirage au sort de certains lots aura lieu à la fin de la remise des prix.

6. ASSURANCE, ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE ET SÉCURITÉ

6.1 ASSURANCE ORGANISATEUR

Conformément à la législation en vigueur, l'organisateur atteste avoir souscrit une assurance couvrant les conséquences pécuniaires de sa responsabilité civile, celle de ses préposés et de tous les participants à l'évènement.

6.2 ASSURANCE PARTICIPANT

Il est recommandé aux participants de souscrire une assurance individuelle accident pour être couvert s'ils sont victimes d'un accident durant la course. En effet, les participants sont informés des risques liés à leur participation à la course et les assument (glissades, chutes, chocs, contact avec d'autres participants, ...).

En outre, ils sont informés de la possibilité de souscrire à l'assurance Carré Neige journée, au tarif de 3,30 €, au moment de l'inscription.

Aussi, chaque participant est responsable de l'ensemble de son matériel et de ses biens personnels. L'organisateur décline toute responsabilité en cas de dommage, perte, bris, vol ou dégradation survenus avant, pendant et après l'évènement et ce, sur toutes les zones de l'évènement.

6.3 ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE

Le port du casque sera obligatoire lors de la course. Tout participant ne portant pas de casque se verra refusé de prendre le départ de la course et aucun remboursement ne sera effectué.

Le port de la dorsale est fortement conseillé.



6.4 SÉCURITÉ

La sécurité et le secours lors de la course sera assurée par le service des pistes du domaine skiable des Menuires.

7. DROIT À L'IMAGE

Tout participant s'inscrivant à la course autorise l'organisateur à capter son image lors de l'évènement et à l'utiliser pour toute communication liée à l'édition 2025 de Complètement à la Masse et aux suivantes.

8. CAS DE FORCE MAJEURE

Si la course devait être annulée pour cause de force majeure (panne de remontée mécanique, incident géologique, terrorisme, pandémie...) ou pour un motif indépendant de la volonté de l'organisateur, l'organisateur rembourserait les frais d'inscription mais aucune indemnité ne serait versée.

L'organisateur pourra à tout instant modifier le parcours ou mettre fin à la compétition. Les participants devront alors se conformer strictement aux directives de l'organisateur.

Le non-respect de ces consignes entraînera, de-facto, la fin de la responsabilité de l'organisateur. Le participant ne pourra prétendre à aucun remboursement.

L'inscription à la course au format Solo de Complètement à la Masse implique l'acceptation expresse par chaque participant dudit règlement.