



RÈGLEMENT DU CHALLENGE ADCPHS 46 POUR 2024

DÉPARTEMENT DU LOT – LA DÉPÊCHE DU MIDI– RUNNING MAG

Il y a 2 CHALLENGES ADCPHS 46 incluant tout type de courses (route, nature ou trail) :

- un CHALLENGE COURT pour des courses inférieures à 15 kilomètres ;
- un CHALLENGE LONG pour des courses supérieures à 15 kilomètres.

Deux classements indépendants sont établis.

Voir la liste des courses aux challenges en annexe.

Les challenges 2024 commencent le 1^{er} septembre 2023 et se terminent le 31 aout 2024

CALCUL DES POINTS :

Un classement propre à chaque sexe est établi à chaque course, octroyant des points du premier homme ou femme au dernier homme ou femme, selon le barème ci-dessous, et quelle que soit la course, le sexe et le nombre de participants. (Nous favorisons le classement au scratch général et encourageons les coureurs à aller chercher des points sur des épreuves avec peut-être moins de participants ; et également les féminines à aller chercher un classement au général sur des épreuves où elles seraient moins nombreuses) :

Le barème

- 1^{er} = 300 pts
- 2^{ème} = 290 pts
- 3^{ème} = 280 pts
- 4^{ème} = 250 pts
- 5^{ème} = 245 pts
- 6^{ème} = 240 pts
- 7^{ème} = 235 pts
- 8^{ème} = 230 pts
- 9^{ème} = 225 pts
- 10^{ème} = 220 pts
- 11^{ème} = 210 pts

Puis recul de 1 point jusqu'au dernier

et tous les autres après le dernier point attribué, 1 point aussi.

Les catégories 2024:

- Cadet (2007 – 2008)
- Junior (2005 – 2006)
- Espoirs (2002 à 2004)
- Séniors (1990 à 2001)
- Masters (1989 et avant)
- M0 (1989 -1985)
- M1 (1984 - 1980)
- M2 (1979 - 1975)
- M3 (1974 - 1970)
- M4 (1969 - 1965)
- M5 (1964 1960)
- M6 (1959 - 1955)
- M7 (1954 - 1950)
- M8 (1949 - 1945)
- M9 (1944 - 1940)
- M10 (1939 et avant)

CLASSEMENT FINAL :

Seront classés à la fin de la saison celles et ceux ayant au moins participé à la moitié des courses inscrites aux CHALLENGES ADCPHS 46, (arrondi au nombre supérieur) soit

- 11 courses pour le CHALLENGE COURT
- 11 courses pour le CHALLENGE LONG

RÉCOMPENSES :

Seront récompensés les 3 premiers au scratch H et F et les premiers de chaque catégorie H et F de chaque challenge.

Par dérogation à ce qui précède, les membres du bureau de l'ADCPHS en charge du classement se réservent la possibilité d'intégrer un coureur n'ayant pas effectué le nombre de courses requis de façon à pouvoir récompenser au moins un(e) coureur(euse) par catégorie.

Afin d'éviter toute contestation, les abandons ne seront pas pris en compte dans le calcul des points, ni dans celui du nombre de courses, et ceci quel que soit le motif de cet abandon.

CHALLENGE COURT 2024

Courses inscrites au challenge du 1^{er} septembre 2023 au 31 aout 2024

22 octobre	Cardaillac – La châtaigneraie	10 km
17 décembre	Gigouzac – Courir pour le sourire d'un enfant	10 km
14 Janvier	St-Vincent Rive d'Olt - Les Foulées du Malbec	13 km
28 janvier	Cours - Trail de l'Aqueduc	12 km
25 Février	Cahors - Les Collines du Diable	12 km
3 mars	Gigouzac - Foulées Gigouzacoise	10 km
S 9 mars	Salviac - Trail du Drac	12,5 km
17 mars	Montcabrier – Cabri-Mountain	11 km
31 mars	Caniac du Causse - Trail de la Braunhie	14 km
7 avril	Vayrac – Les 5 et 10 Km de Vayrac	10 km
14 avril	Calamane - La calamanaise	12 km
21 avril	Montbrun - Le Trail des 3 Combes	12,5 km
28 avril	Maxou - Le Trail du Facteur	13 km
J 9 mai	Mercues - Vignes et châteaux	10 km
26 mai	St Chamarand - Del Tuc al Riu	13,5 km
S 1 ^{er} juin	Villeseque - Le Trail du Soleil Couchant	9 km
S 22 juin	Calvignac – Le trail perché de Calvignac	9 km
9 juin	Pradines - Extra-trail des Côtes du Lot	14 km
16 juin	Milhac - La Milhacoise Verte	12 km
S 20 juillet	Meyronne - Trail de Meyronne	14 km
S 27 juillet	St Germain du Bel Air - Trail du Céou	10 km

CHALLENGE LONG 2024

Courses inscrites au challenge du 1^{er} septembre 2023 au 31 aout 2024

10 septembre	Pern – A saute clocher	17 km
25 septembre	Limogne-en-Quercy – Trail du soldat du feu	15 km
15 octobre	Cuzance - Trail de Cuzance	25 km
29 octobre	Reyrevignes – Marcher et courir contre le cancer	20 km
19 novembre	Lissac et Mouret – La lissacoise	20 km
3 décembre	Crégols – Trail de l'igüe	26 km
14 Janvier	St-Vincent Rive d'Olt - Les Foulées du Malbec	25 km
28 janvier	Cours - Trail de l'Aqueduc	25 km
D 11 février	Le Montat - Trail des Fontaines	30 km
3 mars	Gigouzac - Foulées Gigouzacoise	16 km
17 mars	Montcabrier – Cabri-Mountain	23 km
14 avril	Calamane - La Calamanaise	21 km
21 avril	Montbrun - Le Trail des 3 Combes	20 km
28 avril	Maxou - Le Trail du Facteur	25 km
J 9 mai	Mercues - Vignes et Châteaux	20 km
26 mai	St Chamarand - Del Tuc Al Riu	25 km
S 1 ^{er} juin	Villeseque - Le Trail du Soleil Couchant	16 km
S 22 juin	Calvignac – Le trail perché de Calvignac	28 km
9 juin	Pradines - Extra-trail des Côtes du Lot	26 km
14 juillet	Soucirac - Sur les traces de Napoléon	18 km
S 27 juillet	St Germain du Bel Air - Trail du Céou	16 km