

UN ÉVÈNEMENT

# ATHLÉ

FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME

22-23  
MARS  
2025

**LES MUREAUX**  
ÎLE DE LOISIRS DU VAL DE SEINE

# FESTI' MARCHÉ

## CHAMPIONNATS DE FRANCE

ATHLE.FR

f X @ #CFATHLÉ

PARTENAIRES PRINCIPAUX

Création graphique: @JuliusSport - Crédit photo: Arno Duc

**CHAMPIONNATS DE FRANCE DE MARCHE NORDIQUE**  
**SAMEDI 22 MARS 2025**

# Règlement et informations

## Art 1 : Organisation

Les Mureaux Val de Seine Athlétisme organisera le samedi 22 mars 2025 les Championnats de France de Marche Nordique. Ces championnats sont organisés sur l'Île de Loisirs du Val de Seine à Verneuil sur Seine avec le soutien de la Ville des Mureaux (78) et de la Ligue d'Île-de-France d'Athlétisme. Cette compétition nationale de Marche Nordique Circuit se déroulera selon les dispositions prévues par la réglementation de la marche nordique de la Fédération Française d'Athlétisme.

## Art 2 : Définition de la marche nordique (Extraits des cahiers FFA)

La Marche Nordique Compétition reprend l'intégralité des gestes fondamentaux caractérisant cette discipline enseignée comme telle dans les clubs FFA en Loisir et Forme Santé.

- L'utilisation de bâtons « marche nordique » est obligatoire
- Elle consiste à propulser le corps à l'aide des quatre membres en exerçant une poussée au sol à l'impact du bâton. La pointe doit rester au sol jusqu'à la fin du mouvement de poussée
- A chaque instant, on doit avoir un pied et un bâton en contact avec le sol, le bras et la jambe doivent toujours être en opposition
- Le pas de course est interdit
- La main et le coude du bras d'attaque doivent passer devant le buste puis derrière la fesse en fin de poussée (Amplitude du geste)
- Le pied qui avance doit attaquer le sol avec le talon. Le pas glissé qui consiste à allonger au maximum la foulée en attaquant par la plante du pied est pénalisé
- La jambe d'attaque ne doit pas être tendue lors de son passage à la verticale du bassin
- L'alignement articulaire est obligatoire : Pied, genou, bassin, épaule et tête doivent être alignés
- L'abaissement du centre de gravité provoqué par le fléchissement des genoux est pénalisé
- L'oscillation des épaules de haut en bas est pénalisée.

Ces règles sont éditées dans le cadre de cette discipline sur un sol plat. Il est évident que les juges se doivent de tenir compte dans leur jugement du terrain accidenté (montée, descente, etc...) afin d'apprécier le respect de la réglementation.

[https://www.athle.fr/asp.net/main.pdf/pdf.aspx?path=/reglement/Reglement\\_MNC.pdf](https://www.athle.fr/asp.net/main.pdf/pdf.aspx?path=/reglement/Reglement_MNC.pdf)

## Art 3 : Instruction fédérale

### Nature de la Compétition

La FFA se réserve tous les droits relatifs à l'organisation des Championnats de France de Marche Nordique.

Ils seront organisés conformément aux différents Règlements de la FFA. Seules les catégories U18, U20, U23, Seniors et Masters peuvent y participer.

### Epreuves

Les Championnats de France de Marche Nordique se dérouleront sur une seule journée.

- *Titres décernés*

- α Champions de France Elite (M & F)
- α Champions de France U18 (M & F)
- α Champions de France U20 (M & F)
- α Champions de France U23 (M & F)
- α Champions de France Masters M0 à M10 (M & F)
- α α Champion de France par équipes mixtes (avec 2 hommes et 2 femmes) : par addition des temps arrondis à la seconde supérieure des 4 premiers athlètes (toutes catégories) d'un même club ou club référent (avec 2 hommes et 2 femmes). En cas d'ex aequo, le temps du 4<sup>e</sup> arrivant de l'équipe sera déterminant.

Pour les courses communes à plusieurs catégories, il pourra être remis pour certaines catégories, un dossard complémentaire mentionnant la catégorie de l'athlète. Celui-ci devra être obligatoirement porté de manière visible dans le dos du maillot de l'athlète.

Le nombre d'athlètes mutés ou/et étrangers en application des dispositions définies à l'article 3.3.1 des Règlements Généraux de la FFA, est limité dans une équipe à 1 pour toutes les catégories.

### **Qualifications – Engagements**

- *Qualifications*

Seront autorisés à participer aux Championnats de France de Marche Nordique tous les athlètes qui remplissent les conditions suivantes :

- α Être licencié Athlé Compétition dans un club FFA la veille de l'épreuve,
- α Avoir été classé, **avec une licence Athlé Compétition, à 3 épreuves du Marche Nordique Tour dont deux MNC Circuit, entre le 22 mars 2024 et le 2 mars 2025** (date de la dernière compétition enregistrée).

**La liste des qualifiés sera mise à jour après chacune des deux épreuves qualificatives restantes et les délivrances d'accords exceptionnels.**

- *Qualifications exceptionnelles*

Les demandes de qualifications exceptionnelles, après avoir été justifiées, devront être adressées 15 jours avant la date de l'épreuve par le Président de club, soit **le 8 mars 2025 au plus tard**, à la Commission Nationale de Marche Nordique (CNM) qui se chargera des suites à donner : [cnm.nordique@athle.fr](mailto:cnm.nordique@athle.fr)

Seules les demandes accompagnées d'un chèque de caution d'un montant de 90€ seront examinées.

La caution sera restituée si l'athlète termine dans les 8 premiers au scratch. Les demandes non accordées par la CNM ne pourront pas donner lieu à remboursement.

**Les engagements** doivent être effectués directement en ligne. Le site d'inscription et la période seront précisés dans les infos spécifiques.

- *Désengagements*

Si pour un motif valable, un athlète déjà engagé ne peut participer à la compétition, la CNM en sera avertie par lettre ou par courriel adressé à [cnm.nordique@athle.fr](mailto:cnm.nordique@athle.fr) au plus tard une semaine avant l'épreuve. Dans ce cas, la CNM le retirera de la liste des engagés.

Seuls les cas de force majeure (blessures...) peuvent faire l'objet d'un désengagement de dernière minute sur présentation d'un justificatif (certificat médical...).

Le désengagement de dernière minute devra être adressé à la CNM (et non à l'organisateur) au plus tard une semaine (J+7) après la date du début de la compétition.

- *Pénalités*

- α Désengagement tardif : 90 €
- α Non-participation : 150 €

## Dispositions diverses

La participation d'athlètes étrangers est réglementée par les Règlements Généraux de la FFA.

- **Date limite de réalisation des performances : 02/03/2025**
- **Date limite de demande de qualification exceptionnelle : 08/03/2025**
- **Date limite d'engagement : 08/03/2025**

## Art 4 : Épreuves

Championnats de France de Marche Nordique 2025

- Deux départs seront donnés.
  - α 13h 00 : Championnats de France Femmes
  - α 15h 00 : Championnats de France Hommes

Ces deux épreuves, réservées aux licenciés FFA compétition se dérouleront sur une boucle à parcourir 4 fois, soit une distance totale de 12 000 mètres.

Ces compétitions seront encadrées par des juges de marche nordique.

A l'issue des épreuves, les résultats hommes/femmes seront fusionnés afin de donner le classement par équipe selon règlement.

## Art 5 : Dossards et puces

Championnats de France : deux dossards seront remis individuellement à chaque marcheur avec une puce.

Ils devront être entièrement visibles, un à l'avant (avec puce), et un à l'arrière du maillot club.

Hormis ces modifications, le règlement et cahier des charges en vigueur restent inchangés. A consulter sur :

**[https://www.athle.fr/asp.net/main.pdf/pdf.aspx?path=/reglement/Reglement\\_MNC.pdf](https://www.athle.fr/asp.net/main.pdf/pdf.aspx?path=/reglement/Reglement_MNC.pdf)**

## Art 6 : Jury, circuit et résultats

Un jury officiel FFA veillera au bon déroulement de l'épreuve. Des juges fixes et mobiles circuleront sur le parcours pour vérifier le bon respect des règles techniques.

La disqualification d'un marcheur pourra être prononcée en cas de faute grave, de comportement anti-sportif ou dangereux pour les autres marcheurs.

En cas de litige, le chef juge fédéral réglera les problèmes éventuels.

De même la mise hors course pourra être prononcée par l'organisation si l'état de santé du marcheur lui paraît incompatible avec la poursuite de l'épreuve.

Des moyens vidéo pourront être utilisés pour le départ.

## Rappel du règlement

Les juges observeront la marche en compétition suivant les règlements FFA :

- La présentation du carton (jaune) de pénalités par le juge terrain se fait face au marcheur puis annonce du numéro de dossard et faute commise. Seule la non-présentation du carton de face peut engendrer une réclamation
- L'annonce du dossard ainsi que celle de la faute ne peuvent être causes à réclamation vu la vitesse des compétiteurs
- La présentation du carton ROUGE (disqualification) est du ressort du juge arbitre fédéral.

Le marcheur sera responsable pendant toute la durée de l'épreuve :

- α **De sa gestuelle suivant règlement FFA**
- α **De la visibilité de ses dossards**
- α **De son comportement vis-à-vis des autres marcheurs**
- α **Des règles de sécurité**
- α **Du respect du milieu naturel dans lequel il évolue**

## **Les pénalités**

- α Faute poussée
- α Passage main / fesse : la main doit passer derrière le fessier afin d'optimiser le mouvement de poussée
- α Passage coude / buste : tout comme la main, le coude doit passer devant le tronc
- α Levée du bâton prématuré : la pointe ne doit pas quitter le sol durant toute la poussée respectant ainsi le mouvement d'impulsion à donner, base de la marche nordique

## **Faute jambe**

- α Attaque talon : respectant le mouvement naturel de la marche, l'attaque doit se faire par le talon.
- α Pas de course : la course se caractérise par le décollement des deux pieds du sol.
- α Marche athlétique : la jambe est tendue au moment du passage en rectiligne avec le tronc.
- α Pas glissé : centre de gravité légèrement abaissé, agrandissement de l'enjambée avec genou fléchi.

## **Faute alignement**

- α Abaissement du centre de gravité : genoux fléchis, en recherche du pas glissé
- α Oscillation des épaules : ce mouvement de haut en bas de roulement des épaules permet un rebond du corps à l'impact, donnant une nouvelle propulsion mais en décollant les pieds du sol
- α Corps penché : trop en avant, cette position va entraîner une série de fautes par automatisme (talon, poussée)

## **Autres fautes pénalisables**

- α Dossard non visible
- α Aide extérieure
- α Matériel non conforme ou non autorisé
- α Non port du maillot club
- α Casque audio
- α Incivilité
- α Non-respect du parcours

## **Parcours**

Le parcours sera balisé par des panneaux directionnels et de la rubalise. Des signaleurs-bénévoles assureront le guidage et la sécurité.

Par ailleurs, chaque concurrent doit formellement sous peine de disqualification :

- Respecter l'environnement (faune et flore), le balisage et les bénévoles
- N'emprunter que les chemins balisés et ne rien jeter sur les sentiers
- Apporter assistance à tout marcheur en situation dangereuse
- Suivre les consignes des signaleurs et bénévoles

## **Rassemblement Eco-responsable :**

Tout coureur vu en train de jeter ses déchets sur le parcours sera disqualifié.

Il est impératif de suivre les parcours tels qu'ils sont balisés pour la sécurité des participants et la protection du site de l'Ile-de-Loisirs.

## **Litiges et réclamations**

Les décisions des juges seront contraignantes et sans appel, et aucune réclamation ne peut être faite dans les aspects liés aux cartons montrés aux participants.

Conformément aux dispositions de la World Athletics RC12 – Règle 119 : Toute plainte doit être soumise verbalement au chef juge dans les trente minutes suivant la publication des résultats provisoires de l'épreuve.

Si elle est rejetée, une réclamation de deuxième instance peut être soumise par écrit au juge d'appel en versant un chèque de € 100,00 à l'ordre de la FFA qui ne sera restitué qu'en cas d'acceptation de la réclamation.

Aucune réclamation pendant l'épreuve ne sera prise en compte.

En cas d'incident particulier, le chef-juge et l'organisation prendront les décisions nécessaires en fonction de sa gravité

### **La publication des résultats**

Ils seront affichés après l'arrivée du dernier marcheur et après l'ajout éventuel des pénalités au temps final des concurrents ayant été pénalisés sur la zone de départ ou sur la zone des 150m avant l'arrivée.

Les résultats seront consultables,

- Sur le site de l'organisateur : <https://mvsathle.sportsregions.fr/>
- Sur le site Athlé Live : <https://athle.live>
- Sur le site de la FFA : <http://direct.athle.fr/asp.net/main.lives/direct.aspx>
- Sur le site de la FFA : <https://bases.athle.fr/asp.net/accueil.aspx?frmbase=resultats>

### **Art 7 : Responsabilité, licences**

Les catégories d'âges sont définies par la Circulaire Administrative téléchargeable sur le site internet de la Fédération Française d'Athlétisme. Seules les catégories Cadets (U18), Juniors (U20), Espoirs (U23), Seniors et Masters peuvent y participer.

Les inscriptions aux compétitions sont ouvertes aux marcheurs qualifiés, licenciés (catégories cadets à masters). Un contrôle automatique des licences se fera par le site d'inscription.

### **Art 8 : Le chronométrage**

Il sera assuré par la Ligue d'Ile-de-France d'Athlétisme avec un système de puce électronique fixée au dossard.

### **Art 9 : Inscriptions et retrait des dossards**

Aucune inscription sur place ne sera possible pour les Championnats de France.

Les droits d'engagement sont affichés sur le site Internet d'Athlé Live.

Pour les Championnats de France, inscriptions par Internet jusqu'au vendredi 8 mars 2025 à 23h 59 :

**<https://athle.live/challenge/67a215d5baef844b37d0fe2c>**

Le retrait des dossards s'effectuera individuellement le samedi 22 mars de 9h 00 à 14h 00.

La licence devra être présentée pour le retrait du dossard.

Le retrait du dossard vaut acceptation du présent règlement.

Un goody sera remis à chaque participant.

### **Art 10 : Ravitaillement et prêts de bâtons (zone technique)**

Des bâtons en cas de casse seront disponibles. Cette zone sera matérialisée par une rubalise et des panneaux signalétiques.

Un ravitaillement en eau exclusivement sera à disposition sur le parcours dans la zone prévue à cet effet. Un ravitaillement d'arrivée sera installé après l'arrivée.

### Art 11 : Contrôle anti-dopage

Tout compétiteur peut être soumis à un contrôle antidopage. En cas de contrôle, l'organisation mettra les locaux appropriés à disposition de la personne chargée du contrôle. La réglementation en vigueur sera appliquée.

### Art 12 : Poste médical

Une assistance médicale sera assurée par une équipe de secouristes.

### Art 13 : Service aux coureurs

- Vestiaires Hommes et Femmes
- Consigne
- Toilettes
- Une buvette permettra également de se restaurer

### Art 14 : Assurances

L'organisateur est couvert en responsabilité civile par une police d'assurance en conformité avec la charte des courses hors stade.

Les licenciés bénéficient des garanties accordées par leur licence.

L'organisateur décline toute responsabilité en cas de dommage (vol, perte, bris...) subis par les biens des participants, ce même s'il en a la garde. Les participants ne pourront donc se retourner contre l'organisateur pour tout dommage causé à leur équipement. La souscription d'une assurance garantissant ces risques est du ressort de chacun.

### Art 15 : Droits d'images

L'organisation se réserve le droit d'exploiter les images photographiques et les reportages vidéo réalisés pendant les 3 épreuves dans un but de promotion ou de communication. En vous inscrivant à cette épreuve vous abandonnez votre droit à l'image et vous autorisez à titre gracieux la reproduction et l'exploitation de votre image au profit de l'organisation (voire de ses partenaires) pour une durée limitée à cinq ans.

### Art 16 : Loi informatique et libertés

Conformément aux dispositions de la loi n°78-17 du 11 janvier 1978 modifiée dite "informatique et libertés", si des participants souhaitent s'opposer à la publication de leur résultat, ils doivent expressément en informer l'organisateur et le cas échéant la FFA à l'adresse électronique suivante : [cil@athle.fr](mailto:cil@athle.fr)

### Art 17 : Rétractation

Tout engagement est ferme et définitif et ne donnera pas lieu à remboursement en cas de non-participation.

### Art 18 : Annulation de l'épreuve

L'organisateur se réserve la faculté d'annuler la manifestation soit sur requête de l'autorité administrative, soit en cas de force majeure. Aucune indemnité ne pourra être versée à ce titre. Les participants seront remboursés de leurs frais d'engagement (moins les frais de gestion de la société de chronométrie), ils ne pourront prétendre à aucune autre indemnité à ce titre.

### Art 19 : Transfert de dossard

Tout engagement est personnel. Aucun transfert de dossard n'est autorisé pour quelque motif que ce soit.

Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne, 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.

## Art 20 : Acceptation du règlement

Les concurrents reconnaissent avoir pris connaissance du présent règlement et en acceptent les dispositions et en acceptent toutes les clauses sous peine de disqualification, sans pouvoir prétendre à quelconque dédommagement. Si obligation de dernière minute, les organisateurs se réservent le droit de modifier le présent règlement.

**Tout concurrent reconnaît avoir pris connaissance du règlement et en accepte toutes les clauses sous peine de disqualification.**

et pour finir...

