

Règlement 2026 des courses du Trail de Blonay-St-Légier

1. Organisateur

La course de trail de Blonay-St-Légier est organisée par l'association Trail Blonay - St-Légier, en collaboration avec les autorités locales et les sponsors.

2. Date et lieu

La course se déroulera le 09 mai 2026, avec un départ prévu selon les catégories depuis le parking des Oches, 1807 Blonay.

3. Catégories

- La Narcisse - Trail Courte Distance (10 km) - cat. Femme
- La Narcisse - Trail Courte Distance (10 km) - cat. Homme
- La Follychonne - Trail Longue Distance (31 km) - cat. Femme
- La Follychonne - Trail Longue Distance (31 km) - cat. Homme
- La Dzo' - Trail Longue Distance (51km) - cat. Femme
- La Dzo' - Trail Longue Distance (51km) - cat. Homme
- Enfants 3 - 6 ans
- Enfants 7 - 10 ans

4. Inscription

- Les inscriptions sont ouvertes jusqu'au mardi 05 mai 2026 à minuit.
- Les frais d'inscription, comprenant un dossard et les ravitaillements, sont de :
 - 10km : CHF 30.- jusqu'au 28.02.2026 puis CHF 40.-
 - 31km : CHF 50.- jusqu'au 28.02.2026 puis CHF 60.-
 - 51km : CHF 70.- jusqu'au 28.02.2026 puis CHF 80.-
 - Enfants : CHF 10.-
- L'inscription peut se faire en ligne sur le site www.mso.swiss ou sur place le jour de la course, sous réserve de places disponibles, avec majoration.

5. Conditions de participation

- Être âgé de 18 ans ou plus (ou 16 ans avec autorisation parentale) pour la Narcisse, la Follychonne et la Dzo'.
- Les participants doivent être en bonne condition physique et être capables de parcourir la distance choisie.
- Un certificat médical de non-contre-indication à la pratique du trail est recommandé.

6. Ravitaillement

Des stations de ravitaillement seront situées à intervalles réguliers. Les participants sont responsables de leur hydratation et de leur nutrition selon le principe de semi-autonomie.

7. Équipement obligatoire

Les bâtons sont autorisés mais le coureur doit les garder en sa possession sur toute la durée de la course.

L'unique équipement rendu obligatoire par l'organisation de la course est :

- Le dossard de la course, visible en permanence.
- Réserve de 0,5L d'eau (**uniquement pour la Dzo' 51**)
- Téléphone portable (**uniquement pour la Dzo' 51**)

Sont cependant fortement recommandés :

- Gobelet réutilisable (non fourni aux ravitaillements)
- Téléphone portable
- Réserve de 1L d'eau
- Vêtements adaptés à la météo
- Couverture de survie
- Lunette de soleil / chapeau
- Réserves alimentaires et moyens d'hydratation

Un "**kit froid/neige**" peut être exigé par les organisateurs pour le parcours de la Dzo'(51km) comprenant :

- Veste de pluie
- Crampons trail (en cas de neige)

8. Règles de conduite

- Respecter l'environnement et les sentiers. Ne pas jeter de déchets. Une attention particulière pour les Narcisses qui seront en période de floraison, leur cueillette est interdite et le non-respect de ces dernières sera sanctionné.
- Suivre le parcours balisé. En cas de doute, se référer aux GPX fournis.
- Aucune assistance personnelle n'est autorisée en dehors des points de ravitaillement officielle.
- Il est obligatoire de porter assistance à toute personne en situation de danger.
- Il est interdit aux participants d'être accompagnés d'animaux de compagnie sur le parcours.
- Les participants doivent respecter les règles de sécurité et écouter les consignes des bénévoles.

9. Barrières horaires

Ravitaillement	La Narcisse 10k 10h00	La Follychonne 30k 8h30	La Dzo' 50k 7h30
Les Pléiades	H+2 // 12h00	H+1.5 // 10h00	H+1.5 // 9h00
Plan de Châtel		H+3.5 // 12h00	H+3.5 // 11h00
Guedères			H+4.5 // 12h00
La Mytha			H+6.5 // 14h00
Cergniaulaz		H+6 // 14h30	H+10 // 17h30
Blonay	H+4 // 14h00	H+8 // 16h30	H+12 // 19h30

10. Assistance médicale

Une équipe médicale est présente durant l'entier de la période de la course dans la zone de départ/arrivée (Blonay).

Tout besoin d'assistance doit être annoncé au PC course :

- Par téléphone (le N° sera transmis à l'entier des coureurs le jour de la course).
- En se présentant à l'équipe médicale.
- En demandant à un autre coureur de prévenir les secours.

Dans la mesure du possible, le coureur se rend par ses propres moyens au prochain poste de ravitaillement pour pouvoir être ensuite rapatrié. Si il n'est pas possible pour le coureur de se rendre au prochain poste de ravitaillement et qu'il n'est pas possible pour l'organisation de le rapatrier, les organismes de secours public (144) devront être contactés, aux frais du coureur.

11. Abandon

Sauf blessure, un coureur ne doit pas abandonner ailleurs que sur un poste de ravitaillement. Il doit alors prévenir le responsable du poste.

En cas de décision d'abandon entre 2 postes de ravitaillement, le coureur doit rejoindre le point de contrôle le plus proche où il signale son abandon.

12. Assurance

Les participants sont responsables de leur propre assurance accident. L'organisateur décline toute responsabilité en cas d'accident ou de vol.

13. Annulation

En cas d'annulation de l'événement ou de modification du parcours pour des raisons de force majeure (météo, pandémie, etc.), les frais d'inscription ne seront pas remboursés.

14. Droit à l'image

En participant, les coureurs acceptent que leur image soit utilisée dans le cadre de la promotion de la course.

15. Litiges

Tout litige sera soumis à l'appréciation de l'organisateur. Le présent règlement est soumis à la législation suisse.

16. Modifications du règlement

L'organisation se réserve le droit de modifier ce règlement en tout temps et sans préavis. Seules les versions disponibles sur les sites tbsl.ch et mso.swiss font foi.

17. Contact

Pour toute question, veuillez contacter l'organisation de course via info@tbsl.ch.

Nous te souhaitons une excellente course et de magnifiques moments dans les paysages de Blonay-St-Légier !