

RÈGLEMENT OFFICIEL

ÉDITION 2026



VERSION N°1 | AOÛT 2025 | LUTRY

TABLE DES MATIÈRES

1. PRÉAMBULE 4

2. PRÉSENTATION DE L'ÉVÉNEMENT ET DE L'ORGANISATION 4

3. PARCOURS ET DISTANCES PROPOSÉS4

3.1. 1 KM 4

3.2. 2 KM 5

3.3. 5 KM - U14 M/W ET U16 M/W 5

3.4. 5 KM FUN (COURIR POUR LE PLAISIR) - U18 M/W À U70 M/W 5

3.5. 10 KM - U16 M/W À U70 M/W 5

3.6. 10 KM WALKING - U16 M/W À U70 M/W 6

3.7. 10 KM NORDIC-WALKING - U16 M/W À U70 M/W 6

3.8. 20 KM - U16 M/W À U70 M/W 7

3.9. 34 KM - U16 M/W À U70 M/W 7

3.10. 50 KM - U16 M/W À U70 M/W 8

3.11. CHALLENGE ÉQUIPE 9

4. CONDITIONS DE PARTICIPATION 9

5. MODALITÉS ET TARIFS D'INSCRIPTION 10

5.1. DOSSARDS 10

5.2. INSCRIPTIONS POUR LES GROUPES 11

6. CHANGEMENT DE PARCOURS, TRANSFERT DU DOSSARD OU ANNULATION DE PARTICIPATION 11

6.1. CHANGEMENT DE PARCOURS 11

6.2. TRANSFERT DU DOSSARD 11

6.3. ANNULATION DE PARTICIPATION 12

7. ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE ET RECOMMANDÉ 12

7.1. ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE (UNIQUEMENT POUR LES 10, 20, 34 ET 50 KM) 12

7.2. KITS MÉTÉOROLOGIQUES : CANICULE / MAUVAIS TEMPS 12

7.3. KIT CANICULE (OU KIT CHAUD) - RECOMMANDÉ / OBLIGATOIRE EN CAS DE FORTES CHALEURS 12

7.4. KIT MAUVAIS TEMPS - OBLIGATOIRE EN CAS DE CONDITIONS DÉGRADÉES 13

7.5. CLAUSE DE RESPONSABILITÉ 13

8. BARRIÈRES HORAIRES ET BALISAGE 13

8.1. BARRIÈRES HORAIRES (UNIQUEMENT POUR LES 10, 34 ET 50KM) 13

8.2. ARRÊTS D'UN PARTICIPANT (CF. ART. 13) 13

8.3. BALISAGE ET SIGNALÉTIQUE 13

9. RAVITAILLEMENT SANS ASSISTANCE 14

9.1. RAVITAILLEMENT 14

9.2. RAPPEL DE SÉCURITÉ 14

10. DISPOSITIF DE SECOURS ET ASSISTANCE MÉDICALE 15

10.1. PRÉROGATIVES DES SECOURISTES ET MÉDECINS 15

10.2. RESPONSABILITÉS DU PARTICIPANT 15

11. CLASSEMENT ET RÉCOMPENSES 15

12. CLASSEMENT ET RÉCOMPENSES 16

12.1. VESTIAIRES ET DOUCHES 16

12.2. DÉPOSE DES SACS 16

12.3. OBJETS TROUVÉS 16

12.4. DÉPLACEMENT 16

12.5. STATIONNEMENT DE VOITURE, CAMPING-CAR, VAN ET 2 ROUES 17

13. COMPORTEMENT, ÉTHIQUE ET RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT 17

13.1. COMPORTEMENTS INTERDITS 17

13.2. MUSIQUE ET ÉCOUTEURS 17

13.3. RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT 18

14. CONTRÔLE ANTIDOPAGE 18

15. ABANDON, MISE HORS COURSE ET RAPATRIEMENT (CF. ART. 10) 18

15.1. DISQUALIFICATION 19

16. CAS DE FORCE MAJEURE ET MODIFICATION OU ANNULATION DE L'ÉPREUVE 19

17. DROITS À L'IMAGE ET COMMUNICATION 20

18. ASSURANCES ET RESPONSABILITÉS 20

19. EXPRESSION POLITIQUE 20

20. RECOURS 20

21. MODIFICATION ET ACCEPTATION DU RÈGLEMENT 21

1. PRÉAMBULE

Dans le présent règlement, les termes utilisés au masculin s'appliquent indifféremment aux femmes et aux hommes. De même, l'acronyme « XTL » est utilisé pour désigner « l'XTRATRAIL LAVAUX ». Cette simplification rédactionnelle a été choisie dans le seul but d'alléger le texte.

2. PRÉSENTATION DE L'ÉVÉNEMENT ET DE L'ORGANISATION

L'XTL est une épreuve organisée par l'association « La Course des Singes », constituée sous les statuts officiels et déposés selon les règles d'usage.

L'XTL organise cette manifestation de manière bénévole et afin de promouvoir l'activité physique, le respect de l'environnement ainsi que la convivialité et s'adresse à tous les profils de sportifs : ambitieux, coureurs amateurs ou débutants, ainsi que les enfants. Chacun y trouvera un défi et un parcours adapté. Les courses, organisées en une seule étape et à allure libre, offrent l'occasion de se mesurer à soi-même et aux autres, dans le cadre exceptionnel du Lavaux, site inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Le centre de l'organisation (accueil, départs, arrivées, vestiaires, podiums) se trouve au Collège du Grand-Pont à Lutry (Vaud, Suisse).

À l'exception des parcours de 1 km et 2 km (en circuit fermé), les autres distances (5 km à 50 km) empruntent des routes et sentiers ouverts à la circulation. Le respect des consignes de sécurité et du code de la route est obligatoire. Les participants sont responsables en cas d'infraction. Certains points de croisement seront sécurisés par la Protection Civile ou des bénévoles, mais la prudence reste essentielle pour garantir la sécurité de chacun.

3. PARCOURS ET DISTANCES PROPOSÉS

Tous les départs et arrivées se font à Lutry et les distances et dénivelés annoncés sont des estimations basées sur les meilleures données disponibles. De légères variations peuvent exister selon les sources.

3.1.1 KM

- **Type de parcours** : parcours en 1 boucle dans le bourg de Lutry
- **Surface** : route bitumée ou pavée, incluant des escaliers et passages très étroits
- **Classement** : à la performance individuelle
- **Ravitaillement** : liquide uniquement après l'arrivée
- **Équipement obligatoire** : aucun
- **Heures de départ** : U8 – 14h00 et U6 – 14h15
- **L'inscription comprend** : dossard (envoi postal uniquement en Suisse pour toute inscription avant le 18 mai 2026), ravitaillement liquide (uniquement à l'arrivée), médaille, photo-finisher (pour chaque participant passant à la tente photo à l'arrivée)
- **Encadrement parental** : Les parents ne sont pas autorisés à courir avec leurs enfants, sauf pour la catégorie U6 où la présence d'un parent peut être tolérée à condition qu'il se place derrière tous les enfants participants. Cependant, dans ce contexte, l'enfant ne pourra pas prétendre à monter sur le podium

3.2. 2 KM

- **Type de parcours** : idem parcours « 1 km », mais à faire en 2 Tours
- **Surface** : route bitumée ou pavée, incluant des escaliers et passages très étroits
- **Classement** : à la performance individuelle
- **Ravitaillement** : liquide uniquement après l'arrivée
- **Equipement obligatoire** : aucun
- **Heures de départ** : U12 – 14h30 et U10 – 14h55
- **L'inscription comprend** : dossard (envoi postal uniquement en Suisse pour toute inscription avant le 18 mai 2026), ravitaillement liquide (uniquement à l'arrivée), médaille, photo-finisher (pour chaque participant passant à la tente photo à l'arrivée)
- **Encadrement parental** : Les parents ne sont pas autorisés à courir avec leurs enfants

3.3. 5 KM - U14 M/W ET U16 M/W

- **Type de parcours** : parcours avec départ et arrivée à Lutry et passage par le hameau de Savuit et la Tour Bertholod à Lutry
- **Surface** : route bitumée ou pavée, passage sur passerelle, chemin monotrace, chemin en gravier et terre et passage dans les vignes
- **Classement** : à la performance individuelle
- **Ravitaillement** : liquide uniquement après l'arrivée
- **Equipement obligatoire** : aucun, mais bâtons interdits
- **Heures de départ** : 9h15 (1 bloc, devant les 5km Fun)
- **L'inscription comprend** : dossard (envoi postal uniquement en Suisse pour toute inscription avant le 18 mai 2026), ravitaillement liquide (uniquement à l'arrivée), prix souvenir, photo-finisher (pour chaque participant passant à la tente photo à l'arrivée)

3.4. 5 KM FUN (COURIR POUR LE PLAISIR) - U18 M/W À U70 M/W

- **Type de parcours** : idem celui des 5km ci-dessus
- **Surface** : idem celui des 5km ci-dessus
- **Classement** : à la performance individuelle uniquement aux 3 premières femmes et aux 3 premières hommes (temps scratch)
- **Ravitaillement** : liquide uniquement après l'arrivée
- **Equipement obligatoire** : aucun, mais bâtons interdits
- **Heures de départ** : 9h20 (1 bloc)
- **L'inscription comprend** : dossard (envoi postal uniquement en Suisse pour toute inscription avant le 18 mai 2026), ravitaillement liquide (uniquement à l'arrivée), prix souvenir, photo-finisher (pour chaque participant passant à la tente photo à l'arrivée)

3.5. 10 KM - U16 M/W À U70 M/W

- **Type de parcours** : départ et arrivée à Lutry et passage par les hameaux de Savuit, Daley et du Châtelard, par les villages de Grandvaux et d'Aran (avec sa mythique grande descente de 200m et de suite après la montée de 200 m à 18%) ainsi que la Tour Bertholod à Lutry

- **Surface** : route bitumée ou pavée, passage sur passerelle, chemin monotrace, chemin en gravier et terre et passage dans les vignes
- **Dénivelé** : env. +350 / - 350m
- **Classement** : à la performance individuelle et par équipe
- **Ravitaillement** : 2 ravitaillements et 1 à l'arrivée, dont 1 ravitaillement liquide et solide à Grandvaux
- **Equipement interdit** : bâtons
- **Equipement obligatoire** : 1 gobelet ou gourde ou gourde souple par coureur pour les ravitaillements et un téléphone portable avec le numéro de secours enregistré
- **Heures de départ par bloc** : Lors de l'inscription, les participants doivent indiquer leur temps de course estimé. Cela permet à Datasport de placer les blocs de départ en fonction de la capacité de chaque coureur. Par fairplay, nous vous prions de vous inscrire dans un bloc reflétant votre performance réelle et de respecter le bloc de départ figurant sur votre dossards

- ⊙ Bloc N°1 / 11h15
- ⊙ Bloc N°2 / 11h20
- ⊙ Bloc N°3 / 11h25
- ⊙ Bloc N°4 / 11h30
- ⊙ Bloc N°5 / 11h35

- **L'inscription comprend** : dossard (envoi postal uniquement en Suisse pour toute inscription avant le 18 mai 2026), ravitaillements), t-shirt (retrait possible avec le bon remis avec le dossard), photo-finisher (pour chaque participant passant à la tente photo à l'arrivée)

3.6. 10 KM WALKING - U16 M/W À U70 M/W

- **Type de parcours** : idem celui des 10km ci-dessus
- **Surface** : idem celui des 10km ci-dessus
- **Dénivelé** : idem celui des 10km ci-dessus
- **Classement** : à la performance individuelle et par équipe
- **Ravitaillement** : 2 ravitaillements et 1 à l'arrivée, dont 1 ravitaillement liquide et solide à Grandvaux
- **Equipement interdit** : bâtons
- **Equipement obligatoire** : 1 gobelet ou gourde ou gourde souple par coureur pour les ravitaillements et un téléphone portable avec le numéro de secours enregistré
- **Heures de départ** : 11h40 (1 bloc)
- **L'inscription comprend** : dossard (envoi postal uniquement en Suisse pour toute inscription avant le 18 mai 2026), ravitaillements), t-shirt (retrait possible avec le bon remis avec le dossard), photo-finisher (pour chaque participant passant à la tente photo à l'arrivée)

3.7. 10 KM NORDIC-WALKING - U16 M/W À U70 M/W

- **Type de parcours** : idem celui des 10km ci-dessus
- **Surface** : idem celui des 10km ci-dessus
- **Dénivelé** : idem celui des 10km ci-dessus
- **Classement** : à la performance individuelle et par équipe
- **Ravitaillement** : 2 ravitaillements et 1 à l'arrivée, dont 1 ravitaillement liquide et solide à Grandvaux

- **Equipement obligatoire** : 1 gobelet ou gourde ou gourde souple par coureur pour les ravitaillements et un téléphone portable avec le numéro de secours enregistré
- **Heures de départ** : 11h40 (1 bloc)
- **L'inscription comprend** : dossard (envoi postal uniquement en Suisse pour toute inscription avant le 18 mai 2026), ravitaillements, t-shirt (retrait possible avec le bon remis avec le dossard), photo-finisher (pour chaque participant passant à la tente photo à l'arrivée)

3.8. 20 KM - U16 M/W À U70 M/W

- **Particularité** : cette distance est basée sur le principe d'une course individuelle, dont la règle est en semi-auto-suffisance
- **Type de parcours** : Passage par les hameaux de Savuit, Daley, Chenaux et du Châtelard, par les villages de Grandvaux et d'Aran (avec sa mythique grande descente de 200m et de suite après la montée de 200 m à 18%) ainsi que la Tour de Gourze et la Tour Bertholod à Lutry
- **Surface** : route bitumée ou pavée, passage sur passerelle, chemin monotrace, chemin en gravier et terre et passage dans les vignes et dans la forêt
- **Dénivelé** : env. +870 / - 870m
- **Classement** : à la performance individuelle et par équipe
- **Ravitaillement** : 3 ravitaillements et 1 à l'arrivée, dont 2 ravitaillements liquide et solide à la Tour de Gourze et à Grandvaux
- **Equipement autorisé** : bâtons et couverture de survie conseillée
- **Equipement obligatoire** : 1 gobelet ou gourde ou gourde souple par coureur pour les ravitaillements et un téléphone portable avec le numéro de secours enregistré
- **Heures de départ par bloc** : Lors de l'inscription, les participants doivent indiquer leur temps de course estimé. Cela permet à Datasport de placer les blocs de départ en fonction de la capacité de chaque coureur. Par fairplay, nous vous prions de vous inscrire dans un bloc reflétant votre performance réelle et de respecter le bloc de départ figurant sur votre dossard

- ⦿ Bloc N°1 / 08h30
- ⦿ Bloc N°2 / 08h35
- ⦿ Bloc N°3 / 08h40
- ⦿ Bloc N°4 / 08h45
- ⦿ Bloc N°5 / 08h50

- **Barrières horaires** : ravitaillement Tour de Gourze (8,4km) en 2h30 et à l'arrivée en 5h
- **L'inscription comprend** : dossard (envoi postal uniquement en Suisse pour toute inscription avant le 18 mai 2026), ravitaillements, t-shirt (retrait possible avec le bon remis avec le dossard), photo-finisher (pour chaque participant passant à la tente photo à l'arrivée)

3.9. 34 KM - U16 M/W À U70 M/W

- **Particularité** : cette distance est basée sur le principe d'une course individuelle, dont la règle est en semi-auto-suffisance
- **Type de parcours** : Le début du parcours sera identique à celui des 20km jusqu'à la Tour de Gourze puis ira en direction du Lac de Brêt et ensuite en direction de Chexbres et rejoindra le parcours des 50km au niveau de la

montée Rivaz-Rte de la Corniche, puis le parcours des 20km sous la passerelle de l'autoroute pour finir avec le même parcours jusqu'à Lutry

- **Surface** : route bitumée ou pavée, passage sur passerelle, chemin monotrace, chemin en gravier et terre et passage dans les vignes et dans la forêt
- **Dénivelé** : env. + 1'561 / - 1'561m
- **Classement** : à la performance individuelle et par équipe
- **Ravitaillement** : 4 ravitaillements liquides et 1 à l'arrivée, dont 3 ravitaillements liquide et solide à la Tour de Gourze, Chexbres et Grandvaux
- **Equipement autorisé** : bâtons et couverture de survie conseillée
- **Equipement obligatoire** : 1 gobelet ou gourde ou gourde souple par coureur pour les ravitaillements et un téléphone portable avec le numéro de secours enregistré
- **Heures de départ**: 08h00 (1 bloc)
- **Barrières horaires** : ravitaillement Tour de Gourze (8,4km) en 2h30, soit à 10h30, ravitaillement de Grandvaux en 5h30, soit à 13h30 et à l'arrivée en 6h30, soit 14h30
- **L'inscription comprend** : dossard (envoi postal uniquement en Suisse pour toute inscription avant le 18 mai 2026), ravitaillements, t-shirt (retrait possible avec le bon remis avec le dossard), photo-finisher (pour chaque participant passant à la tente photo à l'arrivée)

3.10.50 KM - U16 M/W À U70 M/W

- **Particularité** : cette distance est basée sur le principe d'une course individuelle, dont la règle est en semi-auto-suffisance
- **Type de parcours** : Le début du parcours sera identique à celui des 34km jusqu'au Lac de Bret, puis ira en direction du Mont-Cheseau, Chardonne, St-Shaphorin, Rivaz et rejoindra le 34 km à Chexbres pour finir avec le même parcours jusqu'à Lutry
- **Surface** : route bitumée ou pavée, passage sur passerelle, chemin monotrace, chemin en gravier et terre et passage dans les vignes et dans la forêt
- **Dénivelé** : env. + 2'100 / - 2'1000 m
- **Classement** : à la performance individuelle et par équipe
- **Ravitaillement** : 5 ravitaillements liquides et 1 à l'arrivée, dont 3 ravitaillements liquide et solide à la Tour de Gourze, Mont-Cheseau, Chexbres et Grandvaux
- **Equipement autorisé** : bâtons et couverture de survie conseillée
- **Equipement obligatoire** : 1 gobelet ou gourde ou gourde souple par coureur pour les ravitaillements et un téléphone portable avec le numéro de secours enregistré
- **Heures de départ**: 07h30 (1 bloc)
- **Barrières horaires** : ravitaillement Tour de Gourze (8,4km) en 2h30, soit à 10h30, ravitaillement Mont-Cheseau en 4h45, soit 12h15, ravitaillement de Chexbres en 6h45, soit 14h15, ravitaillement de Grandvaux en 9h00, soit à 16h30 et à l'arrivée en 10h00, soit 17h30
- **L'inscription comprend** : dossard (envoi postal uniquement en Suisse pour toute inscription avant le 18 mai 2026), ravitaillements, médaille « finisher », t-shirt (retrait possible avec le bon remis avec le dossard), photo-finisher (pour chaque participant passant à la tente photo à l'arrivée)

3.11. CHALLENGE ÉQUIPE

Grâce au « Team Challenge », vous pourrez vous enTourer de vos collègues ou amis, sur les parcours des 10, 20, 34 et 50 km. Le coureur aura un temps et un classement individuel, ainsi qu'un temps et un classement par équipe. Ce dernier sera établi selon l'addition des 3 meilleurs temps de l'équipe.

- pour participer à ce challenge, l'équipe devra être composée au minimum de 3 personnes et au maximum de 5 personnes inscrites sur la même distance ;
- l'équipe pourra s'inscrire sur la distance des 10, 20, 34 ou 50km en indiquant le même nom d'équipe (par exemple XTL 1, XTL 2, etc...)
- il n'y a pas de frais supplémentaires los de l'inscription, si vous payez via Datasport, pour tous les coureurs de votre équipe ou si chaque coureur paie individuellement. Par contre, des frais supplémentaires de CHF 3.- par coureur vous seront facturés si nous devons inscrire votre équipe selon les informations qui seront envoyées à info@xtratraillavaux.ch.
- Afin que les participants soient automatiquement considérés dans l'équipe il faudra qu'ils s'inscrivent tous au même moment.
- il y a également des frais supplémentaires de CHF 5.- pour paiement contre facture. Cette dernière devra être impérativement payée avant la course et le justificatif devra être présenté lors du retrait des dossards
- remise de prix pour cette catégorie par tirage au sort pour 3 équipes
- les inscriptions sur places pour le « Team Challenge » ne seront pas possible
- chaque coureur recevra le prix souvenir offert à tous les coureurs des catégories « individuels »

4. CONDITIONS DE PARTICIPATION

Les épreuves de l'XTL sont ouvertes à tous, selon les catégories d'âge définies (disponibles sur le site www.datasport.com) ou ci-dessus dans la présentation des courses. Cependant chaque participant s'engage en s'inscrivant à l'XTL à accepter sans réserve :

- avoir pris connaissance et accepté le règlement de l'événement
- avoir consulté notre site internet afin d'avoir les informations mises à jour
- avoir reconnu le parcours ou le consulter sur notre site et si possible importer le parcours sur sa montre GPS
- disposer d'un entraînement suffisant et être en bonne condition physique, apte à réaliser l'épreuve choisie et ceci sous sa propre responsabilité
- d'être capable de s'orienter de manière autonome et prendre les bonnes décisions en cas de problème de balisage
- reconnaître que l'organisation ne peut garantir une sécurité absolue tout au long du parcours
- renoncer à toute prétention envers les organisateurs en cas d'incident ou d'accident

En Suisse, il n'est pas nécessaire de présenter un certificat médical pour participer à la course, ni d'enregistrer votre PPS (comme en France). Cependant, la participation se fait sous votre seule responsabilité, en fonction de votre état de santé et de forme physique. L'organisateur déconseille aux personnes ayant présenté une maladie accompagnée d'un état fébrile au cours de la semaine précédant la course de participer.

5. MODALITÉS ET TARIFS D'INSCRIPTION

Voir sur le site www.datasport.com. Les inscriptions sont limitées dans chaque formule, soit :

- 1 km, 300 dossards
- 2 km, 300 dossards
- 5 km, 100 dossards
- 5 km Fun, 200 dossards
- 10 km, 700 dossards
- 10 km Walking, 100 dossards
- 10 km Nordic-Walking, 100 dossards
- 20km, 700 dossards
- 34km, 400 dossards
- 50km, 400 dossards

Dès lors, le nombre de places totales est limitée à 3'300. Cependant, en fonction de l'affluence sur chaque distance, l'organisateur pourrait limiter le nombre de dossards mentionné ci-dessus.

Prix	1 km	2 km	5km et Fun	10 km et W/ N-W	20 km	34 km	50 km
du 06.09.25 au 12.01.26	8.00	8.00	15.00	30.00	40.00	50.00	60.00
du 13.01.26 au 06.04.26	10.00	10.00	20.00	35.00	50.00	60.00	70.00
du 07.04.26 au 29.05.26	15.00	15.00	30.00	45.00	60.00	70.00	80.00
Inscription tardive dès le 30.05.26 ou sur place	20.00	20.00	35.00	50.00	70.00	80.00	90.00

5.1. DOSSARDS

Pour toute inscription avant le 18 mai 2026, le dossard sera envoyé par poste (uniquement en Suisse). Pour les étrangers ainsi que pour les inscriptions après la date ci-dessus, la remise des dossards aura lieu dans la salle du Grand-Pont :

- samedi 30 mai 2026 de 15h00 à 18h00
- dimanche 31 mai 2026 dès 6h30

Les dossards doivent être entièrement visibles tout au long du parcours.

5.2. INSCRIPTIONS POUR LES GROUPES

Il est possible d'inscrire des groupes via la plateforme d'inscription de Datasport avec un paiement par carte de crédit ou Twint et uniquement au plus tard 3 semaines avant la course.

6. CHANGEMENT DE PARCOURS, TRANSFERT DU DOSSARD OU ANNULATION DE PARTICIPATION

6.1. CHANGEMENT DE PARCOURS

Sous réserve de disponibilité dans la nouvelle distance souhaitée, un coureur peut changer de parcours via le lien reçu par mail de Datasport lors de la confirmation de votre inscription :

- pas de frais supplémentaire jusqu'au 18 mai 2026
- ou sur place, sur remise du dossard reçu et avec des frais supplémentaires de CHF 10.00
- un changement requiert le paiement de la différence entre le prix payé lors de l'inscription initiale et le tarif en vigueur pour le nouveau parcours le jour du changement
- aucun remboursement ne sera effectué, si le prix du nouveau parcours est inférieur au prix payé lors de l'inscription initiale

6.2. TRANSFERT DU DOSSARD

Si un coureur n'est pas en mesure de participer à la course, il est autorisé à céder son dossard à une personne de son choix remplissant les critères de qualification. Une telle modification est possible en envoyant un mail à « info@datasport.com » selon les conditions ci-dessous :

- pas de frais supplémentaire jusqu'au 18 mai 2026
- ou sur place, sur remise du dossard reçu et avec des frais supplémentaires de CHF 10.00

Avec vos coordonnées ainsi que les informations suivantes concernant la personne qui souhaite reprendre votre dossard :

- prénom et nom
- date de naissance
- nationalité
- genre
- adresse complète
- e-mail
- n° de téléphone mobile
- n° de mobile d'urgence pendant la course
- nom et lien avec la personne (parent, conjoint, ami...)
- temps de course estimé (uniquement pour 10/20/34/50km)
- taille de t-shirt (uniquement pour 10/20/34/50km)

6.3. ANNULATION DE PARTICIPATION

Le coureur a la possibilité de souscrire une assurance annulation lors de l'inscription en ligne, moyennant un supplément. Le remboursement ne pourra être effectué que selon les conditions générales d'assurance disponibles sur le site d'inscription de Datasport : <https://datasport.com/fr/erv/>

Toute annulation de la part des participants ne donnera lieu ni à remboursement, ni à report, sauf pour ceux ayant souscrit à cette assurance, et uniquement dans le respect des conditions de celle-ci.

Il est fortement recommandé de souscrire à l'assurance annulation proposée au moment de l'inscription via Online Datasport.

7. ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE ET RECOMMANDÉ

7.1. ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE (UNIQUEMENT POUR LES 10, 20, 34 ET 50 KM)

À l'exception des éléments suivants, aucun autre équipement n'est imposé par l'organisateur :

- un gobelet personnel pour les ravitaillements (aucun gobelet ne sera fourni sur les points de ravitaillement)
- des bâtons (obligatoire pour le 10 km Nordic-Walking et autorisé pour les 20, 34 et 50km)
- un téléphone portable chargé (recommandé et essentiel pour les distances 10, 20, 34 et 50 km)

Chaque participant reste entièrement responsable de son propre équipement, en fonction de la distance parcourue, de son expérience et des conditions météorologiques. Il est vivement recommandé de consulter la météo à l'approche de l'événement afin d'ajuster son équipement.

7.2. KITS MÉTÉOROLOGIQUES : CANICULE / MAUVAIS TEMPS

Les kits "canicule" et "mauvais temps" font intégralement partie du matériel obligatoire sous activation. En fonction des conditions météorologiques prévues, l'organisateur pourra activer l'un de ces deux kits, et en informera chaque participant via « SMS » avant l'ouverture de la remise des dossards. La mise en place d'un de ces kits a pour unique objectif la sécurité des participants. Tout coureur ne respectant pas les consignes liées à l'équipement obligatoire ou aux kits activés pourra se voir refuser le départ ou être mis hors course.

7.3. KIT CANICULE (OU KIT CHAUD) - RECOMMANDÉ / OBLIGATOIRE EN CAS DE FORTES CHALEURS

Au mois de mai, les températures peuvent être élevées. En cas d'activation de ce kit, les participants devront prévoir :

- une réserve d'eau suffisante
- une casquette, un buff ou une visière
- des lunettes de soleil
- de la crème solaire
- des sels minéraux ou électrolytes

7.4. KIT MAUVAIS TEMPS - OBLIGATOIRE EN CAS DE CONDITIONS DÉGRADÉES

En cas de pluie, froid, vent ou instabilité météo, ce kit pourra être rendu obligatoire. Il comprendra :

- une veste imperméable avec capuche,
- des gants et un bonnet ou un buff chaud,
- une couverture de survie,
- des vêtements secs (dans un sac ou pour l'après-course selon les distances)

7.5. CLAUSE DE RESPONSABILITÉ

Le participant reconnaît que tout problème de santé (blessures, hypothermie, hyperthermie, déshydratation, etc.), ayant pour origine directe ou indirecte l'absence de matériel adapté ou le refus de consommer de la nourriture ou de l'eau aux ravitaillements, ne saurait engager la responsabilité de l'organisateur.

8. BARRIÈRES HORAIRES ET BALISAGE

8.1. BARRIÈRES HORAIRES (UNIQUEMENT POUR LES 10, 34 ET 50KM)

Pour des raisons de sécurité et afin de garantir la libération des accès routiers, des barrières horaires sont mises en place. Elles sont précisées pour chaque distance dans les tableaux de présentation des parcours.

Si une course est organisée en plusieurs vagues de départ, les barrières horaires sont calculées à partir de l'horaire de départ de la dernière vague.

Ces barrières sont établies de manière à permettre aux participants de rejoindre l'arrivée dans le temps imparti, en tenant compte de pauses éventuelles (ravitaillement, repos, etc.). Pour être autorisé à poursuivre la course, le coureur doit impérativement avoir quitté le poste de contrôle avant l'heure limite, quelle que soit son heure d'arrivée.

8.2. ARRÊTS D'UN PARTICIPANT (CF. ART. 13)

Chaque participant peut être arrêté dans les cas suivants :

- s'il est stoppé par l'organisation pour des raisons médicales ou de sécurité
- s'il dépasse une barrière horaire officielle
- s'il abandonne volontairement. Hors des points de ravitaillement, il devra informer le PC course avec le n° sur le dossard

Dans toutes ces situations, le coureur n'est plus autorisé à poursuivre l'épreuve. Le dossard sera retiré (découpé) par l'organisation, et le participant devra s'organiser pour un retour par ses propres moyens.

8.3. BALISAGE ET SIGNALÉTIQUE

Le parcours de l'événement sera balisé par nos bénévoles avec soin à l'aide de :

- des flèches et point au sol en spray biodégradable
- panneaux de signalisation
- des piquets
- ou de la rubalise

Cependant, le balisage ne peut être garanti en continu sur l'ensemble du parcours. Les marquages peuvent être déplacés, recouverts, effacés par la météo ou retirés par des tiers. Les participants restent donc seuls responsables de leur orientation et l'organisation recommande fortement à chaque coureur :

- de se munir de la carte du parcours et des profils disponibles sur le site officiel : www.xtratraillavaux.ch
- d'importer la trace GPS sur sa montre de sport ou son téléphone portable.

Et chaque participant doit être en mesure :

- de s'orienter de manière autonome,
- et de réagir de manière appropriée en cas d'égarement ou de balisage absent.

ATTENTION : si vous ne voyez plus aucun balisage, rebroussez chemin immédiatement. L'organisation ne peut en aucun cas garantir une sécurité absolue sur l'ensemble du parcours.

9. RAVITAILLEMENT SANS ASSISTANCE

9.1. RAVITAILLEMENT

Des postes de ravitaillement sont répartis tout au long du parcours. Les coureurs y trouveront des aliments solides et des boissons. Il est également autorisé et recommandé d'emporter de la nourriture et certaines boissons entre les postes.

Chaque participant doit veiller à quitter chaque poste de ravitaillement avec une quantité suffisante d'eau et de nourriture pour rejoindre le suivant en toute autonomie. Seules l'eau plate, le sirop et la boisson isotonique peuvent être utilisées pour remplir les bidons ou poches à eau et toutes les autres boissons servies aux postes (thé, bouillon, etc.) doivent être consommées sur place.

Le détail des ravitaillements prévus sera présenté sur notre site internet.

IMPORTANT : aucun gobelet ne sera fourni par l'organisation et chaque coureur des 10km, 20km, 34km et 50km est tenu d'emporter avec lui :

- un gobelet personnel,
- une gourde rigide ou souple,
- ou une flasque réutilisable.

9.2. RAPPEL DE SÉCURITÉ

Il est impératif de prendre le temps de se ravitailler, quelle que soit sa condition physique ou son niveau. Une déshydratation ou une hypoglycémie peut survenir même chez les coureurs expérimentés.

10. DISPOSITIF DE SECOURS ET ASSISTANCE MÉDICALE

Des postes de secours sont implantés à chaque ravitaillement ainsi qu'à l'arrivée. En cas de problème, il est de la responsabilité du coureur en détresse de demander de l'aide par l'un des moyens suivants :

- en rejoignant le poste de secours le plus proche,
- en appelant le numéro d'urgence imprimé sur le dossard (à enregistrer impérativement dans votre téléphone avant le départ),
- en demandant de l'aide à un autre coureur.

ATTENTION : Les évacuations hélicoptérées en Suisse sont payantes. Le coût des évacuations est à la charge exclusive du participant et/ou de son assurance. L'organisation ne prendra en aucun cas en charge ces frais, y compris les frais de recherche engagés si un participant n'a pas signalé son abandon et que des opérations de recherche ont été déclenchées.

10.1. PRÉROGATIVES DES SECOURISTES ET MÉDECINS

Les secouristes et/ou ambulanciers, et/ou médecins présents sur le parcours sont habilités à :

- mettre hors course tout participant jugé inapte à continuer,
- faire évacuer tout coureur en danger par tout moyen jugé approprié,
- exiger l'utilisation d'un élément du matériel obligatoire (veste, couverture de survie, etc.).

Un participant sollicitant une aide médicale accepte automatiquement de se soumettre à l'autorité des secours et à leurs décisions. En cas d'urgence, les secours officiels peuvent être sollicités ; ils prendront alors la direction des opérations et déploieront tous les moyens nécessaires, y compris l'hélicoptère si la situation l'exige.

10.2. RESPONSABILITÉS DU PARTICIPANT

Les participants doivent avoir conscience que l'intervention des secours peut nécessiter un certain délai selon les secteurs du parcours. Il est donc essentiel d'être équipé pour attendre dans de bonnes conditions (matériel obligatoire / couverture de survie).

Chaque participant doit prendre à sa charge et sous sa responsabilité :

- tous les frais liés à une intervention médicale, une évacuation ou un transport,
- assurer son retour depuis le lieu où il a abandonné ou a été évacué,
- constituer un dossier de remboursement auprès de sa propre assurance dans les délais impartis.

L'organisation n'est pas tenue de fournir de matériel ou soins pour les petits bobos (cloques, coup de soleil, etc.). Il revient à chaque participant d'être autonome sur ces aspects.

11. CLASSEMENT ET RÉCOMPENSES

Aucune prime en argent ne sera distribuée, que ce soit à l'engagement, à la participation ou pour un éventuel record.

Les 3 premières femmes et les 3 premiers hommes de chaque catégorie seront récompensés.

Pour les catégories 5 km FUN, un podium sera établi uniquement selon le classement « scratch » pour les trois premiers 3 hommes et les trois premières femmes.

Pour les catégories 10 km Walking et 10 km Nordic-Walking, un tirage au sort récompensera 3 hommes et 3 femmes et ceci lors remise des prix des distances correspondantes.

Pour le Team Challenge sur les parcours des 10, 20, 34 et 50 km, un tirage au sort sera effectué pour 3 équipes par distance et qui sera effectué lors de chaque remise des prix des distances correspondantes.

La présence des concurrents récompensés est obligatoire lors des remises des prix. En cas d'absence, les prix ne seront pas envoyés par la poste, mais seront acquis par l'organisation et redistribués.

Pour être officiellement classé, chaque coureur doit obligatoirement être pointé à tous les postes de contrôle. En cas de pointage manquant, l'organisation se réserve le droit de classer le coureur après le dernier coureur ayant passé tous les points de contrôle.

12. CLASSEMENT ET RÉCOMPENSES

12.1. VESTIAIRES ET DOUCHES

Des vestiaires ainsi que des douches sont mis à disposition des coureurs sur le site de départ et arrivée. Les participants sont invités à les utiliser de manière respectueuse.

12.2. DÉPOSE DES SACS

En priorité, les participants sont priés de laisser leurs sacs dans les vestiaires ou dans leur véhicule. Une zone de dépose des sacs sera à disposition uniquement si les vestiaires sont pleins. Toutefois, cette zone ne pourra pas accueillir les sacs de tous les participants.

Le contenu des sacs n'est ni vérifié, ni surveillé par les bénévoles. Les sacs déposés sont sous la seule responsabilité des participants. Aucune réclamation concernant le contenu des sacs lors de leur reprise de sera acceptée. Il est vivement déconseillé d'y placer des objets de valeur.

L'organisation décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol.

12.3. OBJETS TROUVÉS

Les objets trouvés pendant l'événement pourront être récupérés au bureau de course situé dans la salle de gym durant l'événement, soit le lendemain. Aucun objet ne sera envoyé par courrier.

12.4. DÉPLACEMENT

Dans une démarche écoresponsable, nous encourageons vivement tous les participants et accompagnants à privilégier la mobilité douce, les transports publics ou faire du co-voiturage.

Réduire notre impact environnemental est l'affaire de tous. Merci de contribuer à cet effort collectif !

12.5. STATIONNEMENT DE VOITURE, CAMPING-CAR, VAN ET 2 ROUES

Les adeptes du vélo disposeront d'emplacements spécifiques le long du terrain de football pour stationner leur deux-roues en toute sécurité. idem pour les scooters et les motos.

Pour les automobilistes, nous vous prions de respecter strictement les emplacements de stationnement et de privilégier les endroits désignés sur le domaine public. Plusieurs zones de parkings sont également à votre disposition chez Margotabac - Rte de Lavaux 235 à Lutry, ou au centre commercial de la Rte de la Petite Corniche 9 à Lutry ou encore au centre Patronal – Rte du Lac 2 à Paudex. Les plans de situation sont consultables sur notre site internet.

Pour les camping-cars et les vans, il n'y a aucun emplacement disponible à Lutry et dès lors, il faut prendre contact avec l'office du Tourisme de Lausanne +41 21/7613.73.73 qui pourra vous indiquer les emplacements disponibles à proximité de Lutry. Car il est interdit de garer ce type de véhicule sur les places publiques de Lutry

13. COMPORTEMENT, ÉTHIQUE ET RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT

13.1. COMPORTEMENTS INTERDITS

Pour des raisons de sécurité, de fluidité et de respect du règlement, **les éléments suivants sont strictement interdits pendant toute la durée de la course et sur l'ensemble du parcours :**

- tout type de véhicule motorisé,
- vélos (y compris ceux d'accompagnement),
- trotinette,
- poussettes et babyjoggers,
- accompagnement privé,
- chiens ou tout autre animal,
- progression en marche arrière ou sur les mains,
- utilisation de béquilles,
- participation avec des chaussures de ski ou tout autre équipement inadapté à la course.
- Pas de meneuse d'allure (PACER)

Le non-respect de ces règles pourra entraîner l'exclusion immédiate de la course par l'organisation.

13.2. MUSIQUE ET ÉCOUTEURS

L'écoute de la musique avec des écouteurs est autorisée, à condition que cela ne compromette pas la sécurité. Toutefois, les écouteurs doivent impérativement être retirés dans certaines situations : lors de la traversée de routes, à l'approche et en présence de tout point de contrôle, ainsi qu'à l'approche et au passage devant les membres de l'équipe de sécurité. Le respect de ces consignes est essentiel pour assurer la sécurité de tous.

13.3. RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT

Les organisateurs de l'XTL accordent une importance primordiale à la protection de la nature car une grande partie des parcours se déroulent dans Lavaux, site inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO. Parce que les coureurs partagent également cet attachement à l'environnement, chacun s'engage à adopter un comportement responsable tout au long de l'événement.

Principes fondamentaux :

- **zéro déchet** : Il est strictement interdit d'abandonner tout type de déchet (gels, emballages, déchets organiques...) sur le parcours. Des poubelles sont disponibles à chaque ravitaillement
- **pochette à déchets** : Chaque participant doit conserver ses déchets jusqu'au prochain point de collecte
- **respect du balisage** : Il est interdit de couper les sentiers pour préserver les sols et la flore
- **pas de plastique jetable** : Aucun couvert, gobelet ou bol jetable ne sera fourni. Chaque coureur doit apporter son propre matériel réutilisable

Règles de comportement :

- **respect de la faune et de la flore.**
- **prudence et responsabilité** : Adapter sa course aux conditions pour éviter tout accident.
- **aide aux autres** : Porter assistance à toute personne en difficulté et signaler tout incident à l'organisation.
- **priorité sur les sentiers** : Libérer le passage lorsqu'un coureur plus rapide en fait la demande.
- **pas d'animaux accompagnants** : Chiens ou autres animaux, même d'assistance, sont interdits.
- **aucune assistance externe.**

14. CONTRÔLE ANTIDOPAGE

L'organisateur attire tout particulièrement l'attention des coureurs sur l'importance du respect des règles d'intégrité et d'éthique sportive. Toute forme de dopage est strictement interdite, et les participants s'engagent à s'abstenir de toute pratique dopante.

Des contrôles antidopage peuvent être effectués à tout moment, que les participants soient ou non titulaires d'une licence Swiss Athletics ou tout autre licence. En s'inscrivant, les coureurs acceptent de se soumettre à ces contrôles, réalisés conformément aux prescriptions de Swiss Olympic. Les personnes concernées ne recevront leurs récompenses qu'après obtention des résultats des tests antidopage.

Tout manquement à ces règles entraînera la disqualification immédiate du participant. D'autres sanctions complémentaires sont également réservées. Les directives officielles ainsi que les listes des substances et méthodes interdites ou des médicaments autorisés sont disponibles sur le site : www.antidoping.ch.

15. ABANDON, MISE HORS COURSE ET RAPATRIEMENT (CF. ART. 10)

Un coureur en difficulté peut abandonner de son propre chef ou être mis hors course sur décision du comité et/ou du staff médical. Sauf blessure, l'abandon d'un coureur ne peut se faire qu'à un poste de ravitaillement et il doit alors prévenir le responsable de poste, qui invalide définitivement son dossard, soit au bureau de course dont le N° de téléphone est indiqué sur le dossard. Toute personne ayant quitté la course avant de l'avoir terminée et sans en aviser l'organisation devra assumer les éventuels frais de recherche engendrés par sa disparition.

L'organisation n'est pas tenue d'organiser le rapatriement des coureurs abandonnant, mais elle fera au mieux pour aider les coureurs dans leur rapatriement.

En cas de conditions météo défavorables justifiant l'arrêt partiel ou total de la course, l'organisation assure le rapatriement des coureurs arrêtés dans les meilleurs délais possibles.

15.1. DISQUALIFICATION

Un coureur pourra être immédiatement disqualifié s'il refuse de se conformer au présent règlement, notamment dans les cas suivants :

- absence de dossard
- falsification de dossard
- retard au départ de la course
- non-pointage aux postes de contrôle
- prise de raccourci
- dopage
- dépassement des temps maximum autorisés aux postes de contrôle
- pollution ou dégradation des sites traversés
- pas respecté interdiction de courir sur les passerelles

Tout autre manquement au règlement pourra faire l'objet d'une sanction à la discrétion de l'organisation.

En complément, des contrôles inopinés pourront être réalisés à des endroits non communiqués à l'avance.

16. CAS DE FORCE MAJEURE ET MODIFICATION OU ANNULATION DE L'ÉPREUVE

En cas de force majeure et/ou en cas de circonstances exceptionnelles telles que conditions météorologiques défavorables (orages, vents violents, tempête de neige ou canicule extrême) ou attentats, pandémie ou épidémie, contraintes sanitaires, violences urbaines, catastrophes naturelles (inondations, incendie, séisme) ou sur demande des autorités civiles et/ou de la Police ou de tout autre facteur compromettant la sécurité des participants, l'organisation pourra :

- reporter les départs
- modifier les parcours
- neutraliser ou interrompre l'épreuve en cours
- ajuster les horaires de départ
- adapter les barrières horaires
- réorganiser les postes de ravitaillement
- annuler une, plusieurs ou toutes les épreuves

Aucun droit au remboursement ou au report automatique de l'inscription ne pourra être exigé dans les situations mentionnées ci-dessus. Par ailleurs, si la décision d'annuler une, plusieurs ou la totalité des épreuves est prise moins de 15 jours avant la date du départ, et uniquement dans ce cas, aucun remboursement ne sera effectué, quelle qu'en soit la raison. En revanche, si l'annulation est décidée plus de 15 jours avant la date prévue du départ, un remboursement

partiel des frais d'inscription pourra être envisagé, après déduction des frais engagés et non récupérables, mais sans garantie. Un report de l'inscription sur l'édition suivante pourra également être proposé, selon les modalités fixées par l'organisation.

17. DROITS À L'IMAGE ET COMMUNICATION

Par votre inscription à la course, vous autorisez expressément l'organisateur à publier les données personnelles suivantes : nom, prénom, année de naissance, lieu de domicile, numéro de dossard, temps de course et classement. Ces informations pourront figurer dans les listes de départ et de résultats de la manifestation, ainsi que dans les classements des meilleurs coureurs de Swiss Athletics, UTMB (Ultra-Trail du Mont-Blanc), ITRA (International Trail Running Association), TTT (Trail by Train Tour), Trophée UNESCO et Trophée Région Lausannoise.

Cette autorisation couvre la publication de ces données personnelles sur différents supports, y compris Internet, la presse écrite, la télévision, le télétexte, les annonces faites par les speakers, ainsi que l'affichage des listes officielles lors de l'événement.

Par ailleurs, des photos et vidéos réalisées dans le cadre de la course pourront être utilisées librement à des fins de communication et de promotion : diffusion télévisée, publication sur Internet, les réseaux sociaux, ainsi que sur nos supports de communication (brochures, affiches, flyers, vidéos promotionnelles), dans des magazines ou des ouvrages. Aucune indemnisation ne pourra être réclamée pour l'utilisation de ces images.

Sauf opposition écrite de votre part adressée à l'organisateur (par voie postale ou électronique) vos nom et prénom, adresse postale et adresse électronique pourront également être transmis à des partenaires (par exemple : prestataires de services photo et vidéo) à des fins de prestation ou de communication publicitaire, ainsi qu'à nos sponsors pour des envois ciblés liés à l'événement.

18. ASSURANCES ET RESPONSABILITÉS

L'organisation a souscrit une assurance responsabilité civile pour la manifestation. Il incombe cependant à chaque participant.e de disposer d'une assurance personnelle, notamment une assurance individuelle accident et maladie, couvrant notamment les frais éventuels d'évacuation. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas d'accident, de maladie, de vol, de perte ou de dommage matériel, que ce soit envers les coureurs, les spectateurs ou des tiers

19. EXPRESSION POLITIQUE

Toute proclamation, affichage, distribution de flyers, ainsi que l'utilisation de drapeaux, fanions ou toute autre exposition de messages politiques ou religieux, y compris les images associées, sont strictement interdits pendant l'événement. Tout participant ne respectant pas cette règle sera immédiatement stoppé et exclu de la course.

20. RECOURS

Toute réclamation devra être déposée auprès de l'organisateur au maximum 15 minutes après l'arrivée du coureur. Au-delà de ce délai, les recours ne sont plus recevables. La décision de l'organisateur concernant le recours est sans appel et le for juridique en cas de litige est Lutry.

21. MODIFICATION ET ACCEPTATION DU RÈGLEMENT

Le présent règlement peut être modifié à tout moment et sans préavis par l'organisation, et ce jusqu'au 30 mai 2026. Toute nouvelle version sera publiée sur le site officiel de l'épreuve. La participation à l'épreuve implique l'acceptation sans réserve du présent règlement.

Le comité vous remercie pour votre inscription, vous souhaite un excellent entraînement, et vous donne d'ores et déjà rendez-vous le 31 mai 2026 pour la course !

Lutry, septembre 2025 / Le comité / S.e&o / Version n°1