



RÈGLEMENT DU JURA SWISS TRAIL (JST)
Samedi 7 mai 2022

Version 1.1 du 18.03.2022

info@juraswisstrail.ch

Table des matières

I. Epreuves - généralités	3
II. Parcours – tableaux récapitulatifs	4
2.1 Parcours Tetras 11 km	4
2.2 Parcours Cabri 19 km	4
2.3 Parcours Eterlou 35 km	5
2.4 Parcours Chamois 55 km	5
III. Conditions de participation	6
IV. Matériel	6
4.1 Matériel obligatoire	6
4.2 Matériel recommandé	7
4.3 Matériel optionnel	7
V. Catégories	7
VI. Inscriptions	7
VII. Comportement sur le parcours	8
VIII. Sécurité	8
IX. Pénalité	8
X. Assurance	9

I. Epreuves - généralités

Ce règlement est valable pour les quatre parcours proposés. Le JST est un trail en autosuffisance, ce qui signifie que chaque coureur doit se munir d'un matériel obligatoire selon la liste présente dans ce règlement (chapitre 4. Matériel). Afin d'assurer la sécurité des participants, un contrôle du matériel obligatoire que chaque coureur doit avoir en sa possession durant la totalité de la course, sera effectué dans une zone prévue à cet effet avant chaque départ. Le coureur n'ayant pas la totalité du matériel obligatoire avec lui ne pourra pas prendre part à la course. Des contrôles inopinés peuvent aussi avoir lieu durant la course ainsi qu'à l'arrivée.

Les courses sont ouvertes tant aux femmes qu'aux hommes, licenciés ou non. L'âge de participation est de 16 ans révolu pour le 11K et dès 18 ans révolus pour le 19K, 35K et le 55K. Veuillez-vous référer au chapitre « 5. Catégories » pour plus de détails.

Le JST est une épreuve de course à pied individuelle, en pleine nature, empruntant en majorité des sentiers pédestres traversant neuf communes : Baulmes, L'Abergement, Lignerolle, Rances, Ste-Croix, Bullet, Fiez, Grandevent et Vuiteboeuf, dans le canton de Vaud, en Suisse. Le départ, ainsi que l'arrivée de chaque course, est au même endroit, à Baulmes (alt. Env. 637 m). Les courses se font en une seule étape. Les trois sommets mythiques du JST sont : Le Chasseron (1607 m), les Aiguilles de Baulmes (1559 m) et Le Suchet (1588 m).

Nous avons obtenu des points ITRA pour le 19k, 35k et 55k. Veuillez-vous référer au chapitre « 2. Parcours – tableaux récapitulatifs », vous y trouverez aussi des informations concernant les points de ravitaillement, les postes de secours et la barrière horaire fixée. Un poste de secours ainsi qu'un ravitaillement (nourriture et boissons) seront présents à l'arrivée, à Baulmes. Le coureur qui ne parvient pas à passer la barrière horaire fixée à 5h après le départ de la course (après 22,4 km), soit à 12h (midi) aux Avattes, pour le parcours « Chamois » 55 K uniquement, sera reconduit sur le parcours « Eterlou » 35K et classé avec une pénalité de 30 minutes. Nous infligeons également une pénalité de 30 min. dans le cas où un coureur change de parcours durant la course. Chaque coureur doit avoir assez d'eau et de nourriture pour rallier le point de ravitaillement suivant. L'assistance personnelle est interdite et il est également interdit de se ravitailler hors des zones dédiées à cet effet.

II. Parcours – tableaux récapitulatifs

* Attention aucun gobelet ne sera distribué sur le parcours, le participant doit se munir de son gobelet personnel.

2.1 Parcours Tetras 11 km

Distance effective : 11,5 km

773 D+

No dossard : 6001-6999



Code couleur : jaune

Heure de départ : 10h15

Barrière horaire : Aucune

Altitude min : 637 m

Altitude max : 1286 m

Lieux-dits	Points de ravitaillement	A disposition	Poste de secours	Barrière horaire
Les Naz 1209		Eau seulement*	NON	NON
Le Mont-de-Baulmes 1286 m		Nourriture et boissons*	NON	NON

2.2 Parcours Cabri 19 km

Distance effective: 20,4 km

1320 D+

No dossard: 1001 - 1999




Code couleur: bleu

Heure de départ: 09h15

Barrière horaire: Aucune

Altitude min: 627 m

Altitude max: 1588 m

Lieux-dits	Points de ravitaillement	A disposition	Poste de secours	Barrière horaire
Grange-Neuve 1356 m		Nourriture et boissons*		NON
Le Mont-de-Baulmes 1286 m		Nourriture et boissons*	NON	NON

2.3 Parcours Eterlou 35 km

Distance effective: 35,1 km

2130 D+

No dossard: 3001 - 3999






Code couleur: violet

Heure de départ: 08h15

Barrière horaire: Aucune

Altitude min: 627 m

Altitude max: 1588 m

Lieux-dits	Points de ravitaillement	A disposition	Poste de secours	Barrière horaire
Grange-Neuve 1356 m		Nourriture et boissons*		NON
Les Avattes 1450 m		Nourriture et boissons*		NON
Le Mont-de-Baulmes 1286 m		Nourriture et boissons*	NON	NON

2.4 Parcours Chamois 55 km

Distance effective: 56,9 km

3210 D+

No dossard: 5001 - 5999







Code couleur: rouge

Heure de départ: 07h15

Barrière horaire: Oui

Altitude min: 627 m

Altitude max: 1588 m

Lieux-dits	Points de ravitaillement	A disposition	Poste de secours	Barrière horaire
Grange-Neuve 1356 m		Nourriture et boissons*		NON
Les Avattes 1450 m (2 passages)		Nourriture et boissons*		OUI 12h (midi)
La Cruchaude 1224 m		Nourriture et boissons*	NON	NON
Le Mont-de-Baulmes 1286 m		Nourriture et boissons*	NON	NON

III. Conditions de participation

Nouveauté pour cette édition : deux nouvelles catégories ont été créées pour les 16-17 ans et se nomment « Juniors femmes » et « Juniors hommes ». Le coureur inscrit dans cette catégorie pourra courir uniquement sur le parcours « Tetras 11K » et devra être âgé, le jour de la course, de 16 ans révolu. Lors de l'inscription en ligne dans l'une de ces deux catégories, une autorisation (décharge) parentale sera demandée et obligatoire.

Hormis ces deux nouvelles catégories, l'âge minimum pour participer aux autres parcours du JST (19K, 35 K et 55K) a été fixé à 18 ans révolu.

Chaque coureur prenant le départ d'une course accepte le présent règlement.

IV. Matériel

Chaque coureur doit vérifier, dans la liste ci-dessous, l'équipement qu'il doit avoir sur lui pendant toute la durée de la course. Pour cette édition, la lampe frontale a été enlevée de la liste du matériel obligatoire, cependant, nous vous conseillons vivement de l'avoir avec vous, spécialement pour les 35K et 55K.

En plus de la lampe frontale, nous vous conseillons également de vous équiper de lunettes de soleil, d'une casquette ou d'un bandana et, afin de lutter contre le froid, de vêtements chauds si nécessaire.

Chaque coureur est donc tenu de s'informer sur les conditions météorologiques pour le jour de la course et il est de sa responsabilité de s'équiper en conséquence.

Un contrôle du matériel obligatoire sera effectué dans la zone du départ. Les participants ne disposant pas de l'équipement obligatoire ne pourront pas prendre le départ.

4.1 Matériel obligatoire

Matériel obligatoire que chaque coureur doit avoir sur lui en permanence.

Valable pour toutes catégories et parcours confondus.

- un téléphone portable chargé et allumé ;
- une réserve d'eau de 1 litre au minimum ;
- un sifflet ;
- une couverture de survie ;
- un gobelet personnel et
- une réserve alimentaire (barre/gel énergétique ou autre), permettant à chaque coureur de tenir 1h30 à 2h).

4.2 Matériel recommandé

Le matériel suivant vous est vivement conseillé, ceci pour tous les parcours :

- une veste imperméable ;
- des gants ;
- un bonnet ;
- des vêtements chauds (veste manches longues, etc.) ;
- des vêtements de rechange ;
- une lampe frontale ;
- un couvre-chef ;
- des lunettes de soleil.

4.3 Matériel optionnel

Les bâtons sont acceptés mais le coureur qui choisit d'en prendre doit les avoir avec lui tout le long de la course.

V. Catégories

Il y a 8 catégories pour chacun des 4 parcours selon la répartition ci-dessous :

	Femmes	Hommes
Juniors (2005-2006)	X	X
Seniors (1983-2004)	X	X
Masters (1973-1982)	X	X
Vétérans (1947-1972)	X	X

VI. Inscriptions

Les inscriptions se font via notre site Internet. En cliquant sur le lien s'y trouvant, vous serez redirigé vers la page de notre partenaire MSO. Aucune inscription n'est acceptée sur place.

Toutefois, les inscriptions sont limitées, toutes catégories confondues, à :

- 150 places pour le 11K
- 350 places pour le 19K
- 250 places pour le 35K
- 200 places pour le 55K

VII. Comportement sur le parcours

Toutes les personnes inscrites aux courses du JST doivent suivre les sentiers tels qu'ils sont balisés. Il est interdit de couper ces sentiers. Il est également interdit de jeter ses déchets par terre. Tout coureur surpris ne respectant pas ces comportements sera disqualifié.

VIII. Sécurité

Lorsqu'un coureur est blessé, tout coureur est tenu de venir secourir la personne en danger ou accidentée et de le signaler au no du PC course qui figurera sur le dossard de chaque coureur.

Le JST décline toute responsabilité en cas d'accident.

Si un coureur décide d'abandonner la course, il doit immédiatement avertir le PC de course de sa décision. En cas d'oubli les frais de recherche pourraient lui être facturés.

IX. Pénalité

Les pénalités ci-dessous pourront être appliquées en cas de non-respect du présent règlement.

Absence d'un matériel obligatoire	Disqualification
Dossard non visible	15 minutes
Non-respect des bénévoles	30 minutes
Changement de parcours	30 minutes
Assistance personnelle	Disqualification
Non-assistance à une personne en détresse	Disqualification
Jet volontaire de détritrus	Disqualification
Triche (transports, dossard, raccourcis, etc.)	Disqualification
Refus d'obtempérer à un membre du comité de course	Disqualification
Absence de passage à un point de contrôle	Disqualification

X. Assurance

Chaque concurrent doit être en possession d'une assurance individuelle accident couvrant d'éventuels frais de recherches et d'évacuation. Une telle assurance peut être souscrite auprès de tout organisme aux choix du concurrent.

NB: Les évacuations hélicoptérées en Suisse sont payantes et à la charge du concurrent.

Bonne course !