

Règlement CAPRA BACKYARD - OCC

31 OCT - 1er NOV 2026

12h solo/duo – 24h solo/duo - 6h Marche Nordique

Le concept CAPRA BACKYARD - OCC :

Format de notre épreuve :

Conditions de participation :

Inscriptions :

Classement :

Récompenses :

Matériel obligatoire :

Sécurité Secours :

Conditions d'annulation :

Contacts de l'organisation :

Le concept CAPRA BACKYARD - OCC :

La CAPRA BACKYARD - OCC s'inspire du concept « Backyard » et propose des boucles sur une durée de 12h et 24h.

L'épreuve se déroule en solo ou par équipe de 2 (non mixte ou mixte) sur une boucle de 6.7km et 130D+ environ*

La CAPRA BACKYARD - OCC intégrera aussi la Marche Nordique avec un parcours adapté de 5km et 80D+ environ*

**Parcours à confirmer*

Format de notre épreuve :

La CAPRA BACKYARD - OCC se déroulera du samedi 31 octobre 2026 au dimanche 1^{er} novembre 2026.

LA CAPRA BACKYARD - OCC propose 5 formats au total :

- 12h solo
- 12h duo
- 24h solo
- 24h duo

- 6h marche nordique solo

Pour le 12h solo/duo le 24h en solo/duo, et la marche nordique **les départs sont communs**. Les départs seront tous donnés à 12h00 le samedi 31 octobre 2026.

Pour le 12h et le 24h, l'épreuve se déroule en solo ou par équipe (non mixte ou mixte) de 2 sur une boucle de 6.7km et environ 130D+ environ* à parcourir dans un temps maximal imparti de 59'59 sur chaque boucle.

**à confirmer*

Pour la Marche Nordique, l'épreuve se déroule en solo sur une boucle d'environ 5km et 80D+* à parcourir dans un temps maximal imparti de 59'59 sur chaque boucle.

**distance à confirmer*

L'ensemble des participants prend un départ commun.

Un nouveau départ est donné chaque heure pour la même boucle (6.7 km pour le 12h/24h, environ 5km pour la M.N).

Pour repartir sur la boucle suivante, les participants doivent impérativement franchir la ligne d'arrivée dans un temps imparti maximum de 59'59.

Les participants arrivant avant la fin du temps imparti pourront utiliser ce temps restant pour se restaurer, se reposer, etc., avant de se présenter sur la ligne de départ/arrivée pour le départ suivant.

Les équipes alternent les boucles entre les participants. Les deux participants sont obligés d'alterner les boucles. Si l'un des deux participants ne peut pas continuer, l'équipe est considérée comme DNF.

Conditions de participation :

La CAPRA BACKYARD - OCC est une course autorisée à toute personne étant née avant le 31/12/2007, toute personne étant née à partir du 01/01/2008 ne sont pas autorisées à participer à ce format.

Chaque participant devra fournir soit :

- Sa licence FFA en cours de validité
- Son PPS à jour réalisé sur le site pps.athle.fr

Aucun dossard ne sera donné sans l'un de ces documents en cours de validité au 31 octobre 2026 pour les 6h et les 12h, et le 1er novembre 2026 pour les 24h.

Aucun suiveur en VTT, ni aucun chien ne sont autorisés sur aucun des formats proposés.

Nous mettons en garde sur la complexité d'une telle course qui nécessite une certaine préparation physique.

Inscriptions :

Les inscriptions se font uniquement en ligne via sporttips.fr jusqu'au 30 octobre 2026 dans la limite des places disponibles

- 12h solo – 45€
- 12h duo – 80€ le duo
- 24h solo – 80€
- 24h duo – 150€ le duo
- 6h marche nordique - 25€

En cas de places disponibles le 31 octobre 2026 les tarifs évolueront :

- 12h solo – 50€
- 12h duo – 90€ le duo
- 24h solo – 85€
- 24h duo – 160€ le duo
- 6h marche nordique - 30€

Chaque participant recevra un pack de départ individuel.

Classement :

Les participants qui ne terminent pas une boucle dans le temps imparti des 59'59 seront considérés officiellement comme DNF - Did Not Finish -, mais à la CAPRA BACKYARD - OCC tout le monde gagne et repart avec sa récompense individuelle.

Le classement du nombre de boucles sera disponible via les résultats sur sporttips.fr

En cas d'égalité à la fin de la dernière boucle du format, le ou les vainqueurs (duos) seront désignés selon :

- Meilleur temps sur l'ensemble des boucles
- Meilleur temps sur l'une des boucles

Récompenses :

Chaque participant à la CAPRA BACKYARD - OCC recevra :

- 1 t-shirt
- 1 médaille

Les podiums :

- Podium pour : scratch solo - 1er H / 1ère F pour le 12h solo / 24h solo / marche nordique
- Podium pour : scratch duos - 1er HH / 1er HF / 1er FF - 12h / 24h

Matériel obligatoire :

Pour les 6h marche nordique :

- Ravitaillement individuel
- Textiles de rechange

Pour les 12h solo&duo :

- Ravitaillement individuel
- Textiles de rechange
- Couverture de survie
- Frontale
- Frontale de rechange
- Téléphone portable chargé ou avec chargeur
- **Bâtons interdits**

Pour les 24h solo&duo :

- Ravitaillement individuel
- Textiles de rechange
- Couverture de survie
- Frontale
- Frontale de rechange
- Couverture de survie
- Téléphone portable chargé ou avec chargeur
- **Bâtons interdits**

Camp de base :

Accès direct au Gymnase du COSEC PIERRE CHARPIN avec commodités :

- Sanitaires H/F
- Douches / Vestiaires
- Zones de ravitaillement collectif / zone de ravitaillement individuel

- Commodités supplémentaires adaptées pour le format 24h

Sécurité Secours :

Les secours seront présents sur place tout au long de la manifestation afin d'assurer la sécurité de l'ensemble des participants.

L'organisateur est couvert par une assurance responsabilité civile et décline toute responsabilité en cas d'accident physiologique immédiat ou futur.

Assurance individuelle accident : les licenciés bénéficient des garanties accordées par leur licence assurance. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

Conditions d'annulation :

Aucun remboursement n'est autorisé sans certificat médical.

En cas de force majeure et pour des raisons de sécurité, l'organisateur se réserve le droit de modifier le parcours ou d'annuler la manifestation.

Conditions de retrait du dossard :

COSEC PIERRE CHARPIN - 690 AV RAYMOND MARTIN - 13480 CABRIÈS

Vendredi 30 octobre 2026 : 16h à 19h

Samedi 31 octobre 2026 : à partir de 9h00 jusqu'à 11h30

Si retrait du dossard d'une autre personne - CNI obligatoire

Contacts de l'organisation :

com.occomnisports@gmail.com

04.42.61.10.28 / 07.57.56.04.65

Site internet : occ-omnisports.com

La participation à la course implique l'acceptation du présent règlement.