



RÈGLEMENT DE COURSE 2025

01

LES RÈGLES DU JEU



02

LE CONCEPT EN BREF

03

LES INFOS PRATIQUES

04

PENDANT LA COURSE

05

APRÈS L'EFFORT

06

LES CONTACTS

07

UN GRAND MERCI !



01

LES RÈGLES DU JEU

Le **Trail des Champignons** est un évènement mêlant **sport, partage et authenticité** dans une atmosphère conviviale et sans prise de tête, au coeur de l'Ardèche.

L'ESPRIT SPORTIF ET SOLIDAIRE

Le Jour J, nous comptons sur vous pour porter haut les valeurs de solidarité et de respect qui font l'ADN du Trail des Champignons.

Cela signifie :

- Respecter le territoire, ses habitants et ses vaches (elles n'ont rien demandé !).
- Respecter les bénévoles (sans eux, pas de course... et pas de ravitos non plus...).
- Respecter tous ceux qui, de près ou de loin, rendent cette journée possible.

La solidarité, c'est aussi :

- Porter assistance à toute personne en difficulté.
- Avertir l'organisation (via téléphone ou un signaleur) si vous croisez un coureur en danger.
- Accepter qu'un médecin, s'il vous juge inapte à continuer, puisse vous sortir de la course (et là, pas de débat possible).

En résumé : **aucun comportement anti-sportif ou irrespectueux ne sera toléré.**

Ici, on vient pour courir, partager, rigoler... pas pour râler !

LA PRÉSERVATION DU TERRITOIRE

Notre terrain de jeu, c'est la nature. Elle est fragile, précieuse, et nous avons la chance de pouvoir y courir : **à nous d'en prendre soin !**

- Déchets : **interdit de jeter quoi que ce soit par terre** (même la peau de banane "biodégradable"). Des poubelles sont disposées à chaque ravito : merci de les utiliser. L'organisation assurera le tri sélectif derrière.
 - Tout participant surpris en flagrant délit de "pollution volontaire" sera **immédiatement disqualifié, ainsi que son binôme.**
- On compte aussi sur vous pour éviter le gaspillage alimentaire : **servez-vous raisonnablement.**
- Transport : **privilégiez au maximum le covoiturage ou les transports doux** pour venir. On vous proposera des solutions en ce sens (parce qu'un trail écolo, c'est encore plus beau !).
- Respect des parcours : **chaque duo doit suivre les chemins balisés et ne pas couper les sentiers** car cela provoque de l'érosion, dégrade durablement le milieu naturel et dérange les riverains.
 - Tout participant surpris en flagrant délit de "pollution volontaire" sera **immédiatement disqualifié, ainsi que son binôme.**



01

LES RÈGLES DU JEU

LE RESPECT DE L'ÉQUITÉ

L'équité dans une compétition c'est important, on part tous avec les mêmes règles alors :

- Pas d'assistance extérieure en dehors des zones de ravitaillement prévues par l'organisation.
- Pas d'engins à roues (vélos, trottinettes, rollers, hoverboards... même si ça pourrait être drôle). Seuls les véhicules de l'organisation ou dûment autorisés y sont admis.
- Pas de portage, pas de poussage, pas de tirage : chaque coureur fait son propre effort. On est en duo, oui, mais chacun avec ses jambes !

L'organisation insiste sur le respect de l'intégrité et de l'éthique sportive :

- Zéro dopage.
- Zéro produit suspect.

👉 Pour les curieux, la liste officielle est dispo sur le site de l'AMA : www.wada-ama.org/fr.

FINIR À TEMPS POUR LES FESTIVITÉS

Le Trail des Champignons **prend fin à 16h**. Au-delà, les participant·e·s encore sur le parcours seront considérés comme hors course et **évolueront sous leur propre responsabilité**. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident après cette heure.

Bref : essayez de finir à temps... pour ne pas rater l'apéro ni la fête !

LORS DU PAIEMENT, LES PARTICIPANT.E.S ACCEPTENT SANS RÉSERVE LE PRÉSENT RÈGLEMENT AINSI QUE CELUI DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME.

Pour finir sur une note plus positive, **nous vous remercions sincèrement pour votre participation** et nous espérons que vous passerez une journée en adéquation avec ce que vous êtes venus chercher.

ALLONS VIVRE UN ÉVÈNEMENT SPORTIF ET CONVIVIAL !



01

LES RÈGLES DU JEU

02

LE CONCEPT EN BREF

03

LES INFOS PRATIQUES

04

PENDANT LA COURSE

05

APRÈS L'EFFORT

06

LES CONTACTS

07

UN GRAND MERCI !



SPORTIF

Eh oui, il s'agit avant tout d'un événement qui prône le dépassement de soi, l'humilité face aux conditions parfois difficiles et le fair-play envers les autres participants.

Ce qui est cool, c'est que vous n'êtes pas seul.e dans cette épreuve ! Vos kilomètres et vos émotions sont partagés ! Venez vivre la magie du trail en duo !

RESPONSABLE

Pratiquer le trail en ayant conscience de son impact sur le territoire, c'est l'une de nos missions.

En partenariat avec la Trail Runner Foundation, nous proposons des ateliers dédiés pendant le week-end.

De notre côté, nous mesurons chaque année le bilan carbone de l'événement, pour progresser pas à pas vers un trail plus durable.

AUTHENTIQUE

A la recherche d'une nature sauvage, le Trail des Champignons s'inscrit dans un territoire peu connu et souhaite valoriser les atouts que lui offre cette région.

Préparez-vous à filer sur des singles joueurs, à serpenter le long des ruisseaux et à plonger dans une forêt dense !

LE TRAIL DES CHAMPIGNONS

CONVIVIAL

Le Trail des Champignons est un événement sportif qui se démarque par son aspect convivial.

Vous avez ainsi la possibilité, le temps d'un week-end, de vivre sous le même toit que les autres participants, les bénévoles et les organisateurs, et de profiter d'un repas et d'une soirée de clôture le samedi après la course !

ACCESSIBLE

Avec des tarifs de 60 € le duo pour 35 km et 30 € le duo pour 15 km, soit moins de 1€ par kilomètre, notre trail reste volontairement accessible.

Notre objectif est de créer un format inclusif où chacun.e, quel que soit son niveau ou sa condition, puisse pleinement profiter de cette expérience.

LOCAL

Le Trail des Champignons, c'est aussi un clin d'œil au terroir. Nous mettons en avant les producteurs locaux et contribuons à la vie économique du plateau.

L'événement s'inscrit naturellement dans la dynamique de la Foire aux Champignons de Saint-Bonnet-le-Froid.

01

LES RÈGLES DU JEU

02

LE CONCEPT EN BREF

03

LES INFOS PRATIQUES

04

PENDANT LA COURSE

05

APRÈS L'EFFORT

06

LES CONTACTS

07

UN GRAND MERCI !



POUR S'INSCRIRE

Pour s'inscrire au Trail des Champignons, les participant.e.s doivent au minimum être âgés de 18 ans pour la Girolle, 20 ans pour le Cèpe et doivent être majeur ou accompagné sur la Morille (rando).

Les inscriptions en ligne se font via notre site web et le paiement vaut acceptation du règlement : <https://www.traildeschampignons.fr/inscriptions.php>

Voici les tarifs associés aux différentes épreuves :

- Tarif pour le duo Le Cèpe : 60€ par duo.
- Tarif pour le duo La Girolle : 30€ par duo.
- Tarif pour La Morille : 10€ pour les adultes et gratuit pour les enfants (< 12 ans).

Ces tarifs incluent un cadeau de bienvenue, une récompense pour les podiums des duos homme, femme et mixte sur les parcours de trail ainsi que l'accès aux différents ravitaillements.

Un repas est également prévu et **en option** dans l'inscription des différents parcours.

Pour être valide, toute inscription doit obligatoirement être accompagnée d'un justificatif parmi les suivants :

- Licence FFA : Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running, ou Pass "J'aime Courir" (FFA), complété par le médecin, en cours de validité le jour de l'épreuve.
- Licence sportive en cours de validité mentionnant explicitement l'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition, de l'athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, et délivrée par l'une des fédérations suivantes : FCD, FFSA, FFH, FSPN, ASPTT, FSCF, FSGT, UFOLEP.
- Certificat médical (datant de moins d'un an au jour de la course) mentionnant explicitement : "absence de contre-indication à la pratique de l'athlétisme en compétition" ou "de la course à pied en compétition" ou "du sport en compétition". Aucun autre document ne sera accepté.
- PPS (Parcours Prévention Santé) valide de moins de trois mois à la date de la compétition.



Rappel :

Les athlètes étrangers, même licenciés auprès d'une fédération affiliée à l'IAAF, doivent fournir un certificat médical rédigé en français.



En cas d'inscription incomplète (licence, certificat ou PPS manquant), le justificatif pourra être présenté lors du retrait des dossards. **Sans justificatif conforme, le dossard ne sera pas remis et aucun remboursement ne sera effectué.**



Rappel :

L'organisation est couverte par une assurance responsabilité civile (souscrite auprès de la MAIF) pour l'épreuve. **Cette assurance ne couvre pas les risques individuels des participants, qui renoncent expressément à tout recours envers les organisateurs.**



- Les athlètes licenciés FFA bénéficient, sauf renonciation, d'une couverture en dommages corporels.
- Pour les autres participants, il est vivement conseillé de souscrire une assurance personnelle couvrant les accidents corporels liés à la pratique du trail.

VOUS ÊTES FORFAITS ?

- En cas de blessure avant la course, un remboursement de 70 % de l'inscription peut être effectué, sur présentation d'un certificat médical.
 - Il est impératif de prévenir l'organisation par mail avant le **15 octobre 2025** à sotrailexperience@gmail.com.
- Après cette date, aucun remboursement ne pourra être accordé.

CHANGEMENT DE BINÔME ?

- Le transfert de dossard est autorisé, à condition que le/la remplaçant·e remplisse toutes les conditions d'inscription (licence, certificat ou PPS).
 - Il est impératif de prévenir l'organisation par mail avant le **27 octobre 2025** à sotrailexperience@gmail.com.
- Après cette date, aucun changement ne pourra être pris en compte.

EN CAS DE CONDITIONS MÉTÉO INADAPTÉES

La météo en Ardèche peut être aussi imprévisible qu'un sprint final après 35 km...

- L'organisation se réserve le droit de modifier la liste du matériel conseillé et de rendre certains équipements obligatoires selon les conditions du jour.
 - Les coureurs sont invités à adapter leur équipement en conséquence : vêtements chauds, coupe-vent, imperméable... Bref, faites preuve de bon sens !
- Des couvertures de survie seront disponibles sur les zones exposées du parcours, auprès des signaleurs et bénévoles.
- **En cas de conditions météorologiques dangereuses** (ex. : vigilance orange ou rouge Météo France), l'organisation pourra être contrainte d'annuler l'événement.
 - Dans ce cas, un remboursement partiel sera effectué, calculé en fonction des charges déjà engagées.



FINI L'ADMINISTRATIF, ON RENTRE DANS LE VIF DU SUJET !

LA REMISE DES DOSSARDS

La remise des dossards s'effectuera à la salle La Halle, Saint-André-en-Vivarais.
Veuillez respecter les créneaux suivants :

- Vendredi 7 novembre 2025 à partir de 16h00
- Samedi 8 novembre 2025 (jour de course) de 6h30 à 9h00

Attention, le retrait du dossard se fait à titre individuel, sur présentation :

- d'une pièce d'identité
- d'un justificatif valide (certificat médical, licence ou PPS)

Sans cela, pas de dossard. Pas de dossard, pas de course. Pas de course, pas de champignons.
Pas de champignons, pas de champignons 🍄.

Le MATOS OBLIGATOIRE

Voici le matériel conseillé par l'organisation :

- Un coupe-vent (toujours utile en montagne)
- Une réserve de boisson d'au moins 500 ml (flasque, bidon ou poche à eau)
- Une réserve de nourriture (c'est votre carburant pour avancer)
- Un gobelet réutilisable (obligatoire si vous voulez boire aux ravitos, car aucun gobelet jetable ne sera fourni)
- Une couverture de survie
- Des épingles à nourrice pour fixer votre dossard (ou une ceinture porte-dossard si vous voulez frimer un peu)



L'organisation rappelle que les conditions météorologiques en Ardèche en cette période sont parfois difficiles. Il est donc conseillé fortement d'adapter son matériel, au-delà de la liste fournie ci-dessus, en fonction des conditions et de ses besoins personnels.



LES PARCOURS

Le Trail des Champignons est un événement **sportif** et **convivial** qui se déroule sur le week-end du 07 au 09 novembre sur la commune de Saint-André-en-Vivarais et ses alentours.

Il se distingue par trois formats :

- Deux trails en duo : 15 km et 35 km
- Une randonnée gourmande (ouverte aux enfants accompagnés)

DANS LE DÉTAIL

Trail des Girolles – Format 15K en duo

- Distance / D+ : 17 km – 700 m D+
- Conditions : ouvert à toute personne disposant d'un certificat médical / licence / PPS
- Départ : 9h30 – Saint-André-en-Vivarais
- Ravitaillements : km 8 + arrivée (solide + liquide)
- Podium : 13h00
- Repas : en option lors de l'inscription

Trail des Cèpes – Format 35K en duo

- Distance / D+ : 39 km – 1 500 m D+
- Conditions : ouvert à toute personne disposant d'un certificat médical / licence / PPS
- Départ : 8h30 – Saint-André-en-Vivarais
- Ravitaillements : km 11, km 21 + arrivée (solide + liquide)
- Podium : 13h15
- Repas : en option lors de l'inscription

Randonnée des Morilles – Format 10K

- Distance / D+ : 14 km – 400 m D+
- Départ : 9h00 – Saint-André-en-Vivarais
- Chronométrage : non chronométrée (mais podium surprise à 13h30)
- Ravitaillements : km 9 + arrivée
- Repas : en option lors de l'inscription

Rappel important :

Les deux trails sont exclusivement au format duo.

Un duo ne doit en aucun cas se séparer sur le parcours, sous peine de disqualification immédiate.



01

LES RÈGLES DU JEU

02

LE CONCEPT EN BREF

03

LES INFOS PRATIQUES

04

PENDANT LA COURSE

05

APRÈS L'EFFORT

06

LES CONTACTS

07

UN GRAND MERCI !



SOURIEZ, VOUS ÊTES PHOTOGRAPHIÉS !

Pendant la course, plusieurs photos de votre duo pourront être prises. Afin de pouvoir les récupérer, nous vous conseillons de respecter les règles suivantes :

- Chaque participant·e doit porter son dossard de manière bien visible, de face : poitrine, ventre ou cuisse.
- Les dossards doivent rester intacts : pas de découpe, pas de customisation (même si un coup de feutre "Super Mario" peut sembler une bonne idée !).

Pour rappel, le dossard est aussi votre sésame :

- Accès aux ravitaillements
- Accès aux postes médicaux
- Accès aux zones réservées aux coureurs

Le BALISAGE

Pour limiter l'impact de l'événement, l'organisation utilise exclusivement :

- Des balisages réutilisables
- De la peinture temporaire

Nous vous présenterons les balises avant le départ. Des signaleurs seront également répartis sur le parcours pour vous orienter et veiller à votre sécurité.

Rappel important :



- Vous devez emprunter l'intégralité du parcours balisé.
- Pas de coupe à travers champs, forêts ou propriétés privées. Outre le risque de dégradation (érosion, sentiers abîmés), cela met en danger l'avenir même de l'événement.
- Vous devez courir le format sur lequel vous êtes inscrit·e, afin de respecter les points de passage et de comptage.

Toute infraction à ces règles entraînera la disqualification immédiate du duo.

Notre évènement est partenaire de Trail Runner Foundation qui vise à sensibiliser les pratiquant.e.s sur l'impact de leur activité sur l'environnement.





01

LES RÈGLES DU JEU

02

LE CONCEPT EN BREF

03

LES INFOS PRATIQUES

04

PENDANT LA COURSE

05

APRÈS L'EFFORT

06

LES CONTACTS

07

UN GRAND MERCI !

ÇA JOUE LA GAGNE ?

- Tous les départs se feront en ligne.
- La fin de la course est fixée à 16h le jour même. Passé ce délai, les concurrent·e·s sont considérés comme hors-course : ils peuvent continuer sous leur propre responsabilité, en respectant alors le Code de la Route.

Le chronométrage se fait via une balise que nous vous donnerons avant le départ.

Attention à bien la conserver intacte car elle est le garant de votre résultat !

Les résultats seront publiés sur le site internet de l'épreuve dans un délai d'environ 15 jours, et transmis à la Fédération Française d'Athlétisme. Conformément à la loi « Informatique et Libertés », chaque participant·e peut s'opposer à la parution de ses résultats pour motif légitime.

PARLONS GROS LOTS

Pour information, tous les participants recevront un cadeau d'accueil que vous pouvez (selon les éditions) choisir lors de votre inscription en ligne.

En ce qui concerne les podiums, les trois premiers duos hommes, femmes et mixtes des formats 15 km et 35 km seront récompensés.

La randonnée n'est pas chronométrée, mais un classement "surprise" sera établi selon des critères révélés le jour J (originalité garantie !).



Pas de primes financières au Trail des Champignons ! Chez So Trail Expérience, on mise sur des récompenses surprises en accord avec nos valeurs. Et parce que le partage compte plus qu'un podium, nous mettons l'accent sur le cadeau d'accueil offert à chaque participant plutôt que sur des lots réservés à quelques-uns.



UN PEU DE GOURMANDISE

À l'arrivée, chaque participant·e pourra profiter d'un ravitaillement complet pour reprendre des forces et partager un moment convivial.

Pour les plus ambitieux (ou simplement les plus affamés après l'effort), un repas copieux à base de produits locaux est proposé en option lors de l'inscription. Il sera servi dans la salle Louis Pize à Saint-André-en-Vivarais, au cœur du village.

Et parce qu'un trail sans gourmandises n'aurait pas la même saveur, vous trouverez également sur place :

- Des crêpes pour les becs sucrés,
- De la bière artisanale locale pour trinquer entre amis,
- Une soupe réconfortante pour se réchauffer.

L'idée est simple : prolonger l'expérience sportive par un moment de partage et de bonne humeur !

VOS PAS DE DANSE SONT AUSSI AFFUTÉS QUE VOS JAMBES ?

Mais la journée n'est pas finie ! On vous donne rendez-vous le soir même, dans la salle Louis Pize à Saint-André-en-Vivarais, pour la soirée de clôture du Trail des Champignons !

Et puisque tout se vit en duo chez nous... c'est le moment de dégainer votre meilleure chorégraphie à deux !

POUR CLÔTURER CE BEAU WEEK-END

Tout le week-end, le village voisin de Saint-Bonnet-le-Froid, partenaire de l'événement, vit au rythme de sa célèbre Foire aux Champignons !

Nous vous invitons à y faire un tour pour prolonger l'expérience : ambiance festive garantie, découvertes gourmandes et dégustation de produits du terroir à chaque coin de rue.

Le Trail des Champignons est fier d'être partenaire de l'Automnal Gourmand, un événement qui célèbre chaque automne les richesses culinaires et artisanales de l'Ardèche et de la Haute-Loire.

Dans ce cadre, nous mettons un point d'honneur à valoriser les produits du terroir : vous les retrouverez directement sur nos ravitaillements, pour allier performance sportive et plaisirs gourmands.



01

LES RÈGLES DU JEU

02

LE CONCEPT EN BREF

03

LES INFOS PRATIQUES

04

PENDANT VOTRE COURSE

05

APRÈS L'EFFORT

06

LES CONTACTS

07

UN GRAND MERCI !



NOTRE ASSOCIATION

Fondée en 2023, l'association So Trail Expérience est née de la volonté collective de créer un événement sportif convivial et gourmand, qui rassemble les passionnés tout en mettant en valeur les richesses de notre territoire.

Contact général : sotrailexperience@gmail.com

Contacts à avoir sur soi pendant l'événement

- Responsable course
 - M. FOUGERAY Briag
 - 06 40 17 87 83
 - À contacter pour toute question relative aux parcours ou aux abandons.
- Responsable sécurité
 - M. NATTES Pierre-Henri
 - 06 85 43 11 44
 - À contacter pour toute question relative à la sécurité et aux secours.
- Responsable logistique
 - M. CHABANOL Lucas
 - 06 01 07 58 88
 - À contacter pour toute question relative au ravitaillement et à la logistique.

Nous vous invitons à enregistrer ces numéros dans votre téléphone avant le départ : ils constituent vos contacts prioritaires en cas de problème ou de besoin d'assistance.



01

LES RÈGLES DU JEU

02

LE CONCEPT EN BREF

03

LES INFOS PRATIQUES

04

PENDANT VOTRE COURSE

05

APRÈS L'EFFORT

06

LES CONTACTS

07

UN GRAND MERCI !



07

UN GRAND MERCI !

”

Le Trail des Champignons n'est pas seulement une course, c'est un évènement qui fait rayonner les trésors de nos territoires dans une ambiance conviviale et authentique.

Nous sommes impatients de partager cette aventure unique avec vous au cœur de l'Ardèche.

A bientôt !

”



Un grand merci à tous les participants, à tous les bénévoles et à toutes les personnes qui font de cet évènement une réussite sportive et humaine.

Un merci tout particulier aux trois communes : Saint-André-en-Vivarais, Rochepaule et Saint-Bonnet-le-Froid, sans qui tout ceci ne pourrait être possible.

Enfin merci au département de l'Ardèche et à la Communauté de Communes de Val'Eyrieux pour leur soutien financier et logistique,

Sportivement,



@traildeschampignons



sotraillexperience@gmail.com