

ROQ'4 TRAIL – DIMANCHE 26 AVRIL 2026

Art 1 : Organisation

RUNNING06 organise avec le soutien de la **commune de Roquefort-les-Pins**, la 5^{ème} édition du **Roq'4 Trail** le dimanche 26 avril 2026.

Art 2 : Courses et parcours

Une course de **14.6 kilomètres chronométré** est prévue pour cette édition. Le parcours a été calculé par GPS Garmin. Voici le lien pour consulter le tracé : [PARCOURS](#)

Une course de **8.5 kilomètres chronométré est prévue pour cette édition**. Le parcours a été calculé par GPS Garmin. Voici le lien pour consulter le tracé : [PARCOURS](#)

Une course enfant de 1 kilomètre non chronométré est prévue pour cette édition. Le parcours a été calculé par GPS Garmin. Voici le lien pour consulter le tracé : [PARCOURS](#)

Le départ et l'arrivée se feront sur La Place du Marché. L'adresse est la suivante : 20 Place du Marché, 06330 Roquefort-les-Pins.

L'édition est limitée à 450 participants cumulés sur le 14.6km et le 8.5km. La course enfant est limitée à 100 enfants.

Art 3 : Programme

- 7h30 – Ouverture du village et retrait des dossards
- 8h30 – Échauffement collectif
- 8h45 – Départ de la course enfant
- 9h15 – Départ du 14.6km
- 9h30 – Départ du 8.5km
- 11h30 – Remise des récompenses

Les horaires sont susceptibles d'être modifiés

Art 4 : Ravitaillement

Sur le 14.6km, un ravitaillement mi-parcours composé d'eau, chocolat noir et fruits secs vous sera proposé. Un ravitaillement final vous sera proposé à l'arrivée.

Sur le 8.5km, aucun ravitaillement mi-parcours est prévue. Cette distance se fait en auto-suffisance. Un ravitaillement final vous sera proposé à l'arrivée.

Dans le cadre d'un engagement éco-responsable, l'organisation vous recommande d'utiliser votre propre verre réutilisable.

Pour la course enfant, chaque enfant équipé de son dossard de course repartira avec un sac kraft contenant une collation avec une médaille.

Art 5 : Sécurité et équipement

La circulation sera fermée par endroit et des accès seront sécurisés par la présence de bénévoles, de barrières Vauban, de piquet jaune, de rubalise, de peinture temporaire au sol et des agents de police municipale. Une équipe de l'UDSP06 sera positionné au départ tout le long de l'événement. Un système d'hydratation rempli au préalable ainsi qu'une couverture de survie est obligatoire. Une réserve alimentaire est fortement conseillée. Une montre GPS avec le parcours enregistré est recommandée (parcours téléchargeable sur www.running06.com). Nous recommandons très fortement des chaussures typées Trail afin d'éviter tout type de blessure. Les écouteurs sont très fortement déconseillés. Pour votre sécurité, nous vous recommandons de vous munir d'un drap de survie et d'enregistrer les numéros de téléphone suivants en cas de problème : PASCAL – 07.71.24.68.42 / ANTHONY – 06.98.45.51.00 / ROMAIN – 06.03.20.52.84 / LÉA – 07.88.10.24.37.

Art 6 : Conditions de participation

Si vous êtes inscrits sur une distance chronométrée, vous êtes dans l'obligation de nous fournir une licence FFA ou un PPS valide.

Dans le cadre de la loi « Sport » du 2 mars 2022 visant à démocratiser la pratique du sport en France, la Fédération Française d'Athlétisme a mis en place son Parcours Prévention Santé (PPS), dispositif se substituant, pour toute personne majeure, à la fourniture du traditionnel certificat médical d'aptitude à la pratique. Désormais, tout participant majeur souhaitant s'inscrire à une course running organisée sur le territoire national devra donc satisfaire au Parcours Prévention Santé. Concrètement, cela signifie que pour son inscription à la course choisie, il devra se connecter, dans les trois mois précédant sa compétition, à la plateforme web dédiée : pps.athle.fr et y suivre les différentes étapes vouées à le sensibiliser aux risques, précautions et recommandations liés à la pratique de la course à pied, via du contenu pédagogique (texte et vidéo).

Sans licence FFA ou PPS valide, vous ne serez pas autorisé à prendre le départ de la course.

Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas d'accident ou de déficience consécutive à un mauvais état de santé. Les articles L.231-2 et L.231-3 du Code du Sport et la loi du 5 avril 2006 relative à la lutte contre le dopage et à la santé des sportifs obligent l'ensemble des coureurs français ou étrangers à fournir la preuve de leur aptitude à la course à pied en compétition, aptitude justifiée par un certificat médical.

La course Enfants ne nécessite pas de licence FFA ou PPS.

Art 7 : Dossard

Toute inscription est personnelle, ferme et définitive.

Elle ne peut faire l'objet de remboursement pour n'importe quel motif que ce soit. Aucun transfert d'inscription n'est autorisé.

Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne sera reconnue coupable ne cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve.

Toute personne disposant d'un dossard acquis en infraction avec le présent règlement sera disqualifiée. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation.

Le retrait des dossards s'effectuera le samedi 19 avril 2026 au magasin partenaire Running Conseil Mandelieu | Team Cap Aventure situé au 131 Avenue du Maréchal Lyautey, ZAC La Canardière, 06210 Mandelieu-La Napoule de 10h00 à 18h00 en continu. Le retrait pourra également se faire le jour de la course de 7h30 à 8h40.

Si vous n'avez pas fournis votre licence FFA ou PPS lors de votre inscription ou lors de votre retrait de dossard, aucun dossard ne vous sera remis et vous serez considéré comme non-inscrit.

Les épingles à nourrice ne sont pas fournies.

Art 8 : Inscriptions

Toute inscriptions est personnelle, ferme et définitive. Elle ne peut faire l'objet de remboursement pour n'importe quel motif que ce soit. Aucun transfert d'inscription n'est autorisé.

Le 14.6 kilomètres chronométré est ouvert à partir de 18 ans. Le 8. kilomètres chronométré ouvert à partir de 16 ans. La course Enfants est ouverte à partir de 6 ans.

Les inscriptions peuvent se faire :

- En ligne sur www.running06.com
- Au magasin partenaire Running Conseil Mandelieu | Team Cap Aventure
- Le jour du retrait des dossards (si places restantes)
- Le jour de la course (si places restantes)

Les inscriptions en ligne fermeront le samedi 19 avril à 00h00*.

**sous réserve de modification*

Au vu de la difficulté du parcours, les joëlettes ne sont pas autorisées.

Art 9 : Tarifs

Les tarifs d'inscriptions sont les suivants jusqu'au vendredi 6 février 2026 00h00 :

- 14.6 kilomètres chronométré : 21€
- 8.5 kilomètres chronométré : 11€
- Course enfant : 5€

Les tarifs d'inscriptions sont les suivants à partir du vendredi 6 février 2026 00h00 jusqu'au dimanche 22 mars 2026 00h00 :

- 14.6 kilomètres chronométré : 24€
- 8.5 kilomètres chronométré : 14€
- Course enfant : 5€

Les tarifs d'inscriptions sont les suivants à partir du dimanche 22 mars 2026 jusqu'au samedi 26 avril 2026 00h00 :

- 14.6 kilomètres chronométré : 27€
- 8.6 kilomètres chronométré : 17€
- Course enfant : 5€

Art 10 : Licence FFA / PPS

Une licence FFA ou Parcours de Prévention Santé (PPS) valide est obligatoire pour participer.

En absence de licence FFA ou PPS, vous ne pourrez pas prendre le départ.

Il est expressément indiqué que les coureurs participent à la compétition sous leur propre et exclusive responsabilité. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas d'accident ou de déficience consécutive à un mauvais état de santé. Les articles L.231-2 et L.231-3 du Code du Sport et la loi du 5 avril 2006 relative à la lutte contre le dopage et à la santé des sportifs obligent l'ensemble des coureurs français ou étrangers à fournir la preuve de leur aptitude à la course à pied en compétition, aptitude justifiée par un certificat médical.

Les enfants sont acceptés sur les courses suivantes avec l'autorisation parentale sans certificat médical : course enfant.

Art 11 : Puce de détection

Lorsque vous récupérerez votre dossard, une puce y sera collée au dos. Il ne faut en aucun cas la retirer. Si vous la décollez, votre dossard ne sera ni repris, ni échangé, ni remboursé.

La puce détermine le temps et le classement.

En cas de fraude ou d'erreur de parcours, l'organisation se réserve le droit de modifier le classement per le temps ou de déclasser le concurrent.

Si vous oubliez votre dossard le jour de la course, l'organisation ne pourra malheureusement pas vous en fournir un nouveau.

PAS DE PUCE = PAS DE TEMPS = PAS DE CLASSEMENT

Art 12 : Retrait des dossards

Le retrait des dossards s'effectuera le samedi 25 avril 2026 au magasin partenaire Running Conseil Mandelieu | Team Cap Aventure, situé au 131 Av. Maréchal Lyautey, 06210 Mandelieu-La-Napoule, de 10h00 à 18h00 en continu.

Le retrait pourra également se faire le jour de la course, dimanche 26 avril 2026, de 7h30 à 8h40.

Les épingles à nourrice ne sont pas fournies !!!

Art 13 : Assurance

Responsabilité civile : Les organisateurs souscrivent une assurance responsabilité civile auprès d'Abeille Assurances Cannes Foreville, garantissant les actes des membres de l'organisation ainsi que ceux des concurrents.

Individuelle accident : L'organisation recommande à tous les participants qui n'auraient pas

d'assurance personnelle couvrant leur dommages corporels, notamment les non-licenciés à une fédération sportive, de souscrire à une individuelle accident dans le cadre de leur participation à l'épreuve.

Art 14 : Récompenses

Tous les participants auront un t-shirt finisher.

Les 3 premiers hommes et les 3 premières femmes au classement général (scratch) du 14.6 kilomètres et du 8.5 kilomètres seront récompensés. Le premier homme et la première femme de chaque catégorie (sans cumul) seront également récompensés.

Les photos prises par Zoom dans l'œil de Fab vous seront offertes par la commune de Roquefort-les-Pins au format numérique le lendemain de la course.

Un classement provisoire sera affiché pendant l'événement. Il sera actualisé toutes les 45 minutes. Le classement définitif sera mis en ligne sur le site www.running06.com après la course.

Art 15 : Droit à l'image et données personnelles

Lors de son engagement à l'épreuve, chaque concurrent autorise expressément les organisateurs ainsi que leurs ayant droit, tels que partenaires et médias, à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles les concurrents peuvent apparaître, prises à l'occasion de leur participation sur tous supports, y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires, dans le monde entier et pour la durée la plus longue prévue par la loi, les règlements, les traités en vigueur, y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée. Le bulletin d'inscription est susceptible d'être utilisé à toutes fins par l'organisateur, sauf stipulation expresse contraire de l'intéressé qui dispose notamment d'un droit d'accès et de rectification des données personnelles le concernant, conformément à la loi « Informatique et Liberté » du 6 janvier 1978.

Art 16 : Annulation

Si l'épreuve devait être annulée pour cas de force majeure ou pour un motif indépendant de la volonté de l'organisation, aucun remboursement des frais d'inscription ne pourrait être effectué. Mais l'organisation proposera un dossard sur un autre de ses événements ou le report sur l'année suivante (sans frais). L'organisation se réserve le droit de modifier ou d'arrêter la course en cas de météo se dégradant défavorablement avant ou durant l'épreuve pour des raisons de sécurité.

Art 17 : Environnement

Vous vous engagez à respecter l'environnement et les différents espaces traversés lors de votre inscription à cette édition. Il est interdit de jeter ses déchets par terre. Vous devez conserver vos emballages et les mettre à la poubelle à l'arrivée. Vous devez impérativement suivre le chemin balisé, sans couper.