

LA REGION DES PARCOURS ET LES CARTES

Le parcours principalement se situe entre 1300 et 2500 m. d'altitude, surtout alpin. La course se fera à l'aide de la carte nationale de la Suisse, échelle 1:25'000 / 20m, feuille no 1154 Spitzmeilen. Chaque équipe recevra une carte. Les cartes privées peuvent aussi être utilisées. Le GPS est défendu !



REALISATION ET ASSURANCE

La course a lieu par tous les temps! Chaque participant est responsable de son assurance. La feuille de contrôle de l'équipement remplie doit être remise à l'enregistrement (à télécharger sur notre site Internet). La course peut être raccourcie ou annulée en raison de tempête, orage neige ou autre.

INSCRIPTION / PRIME DE MATCH (fin 17.7.2017)

L'inscription se fait soit directement en ligne sur www.go2ol.ch ou par poste via renseignement. L'inscription n'est valable que lorsque l'argent requis est en notre possession.

Compte de poste 85-334272-4 / OK Mountain Marathon, 8003 Zürich
IBAN CH53 0900 0000 8533 4272 4, BIC POFICH-BEXXX

Prix de départ par équipe jusqu'au 28.2.2017 = CHF 120.- / € 110.-

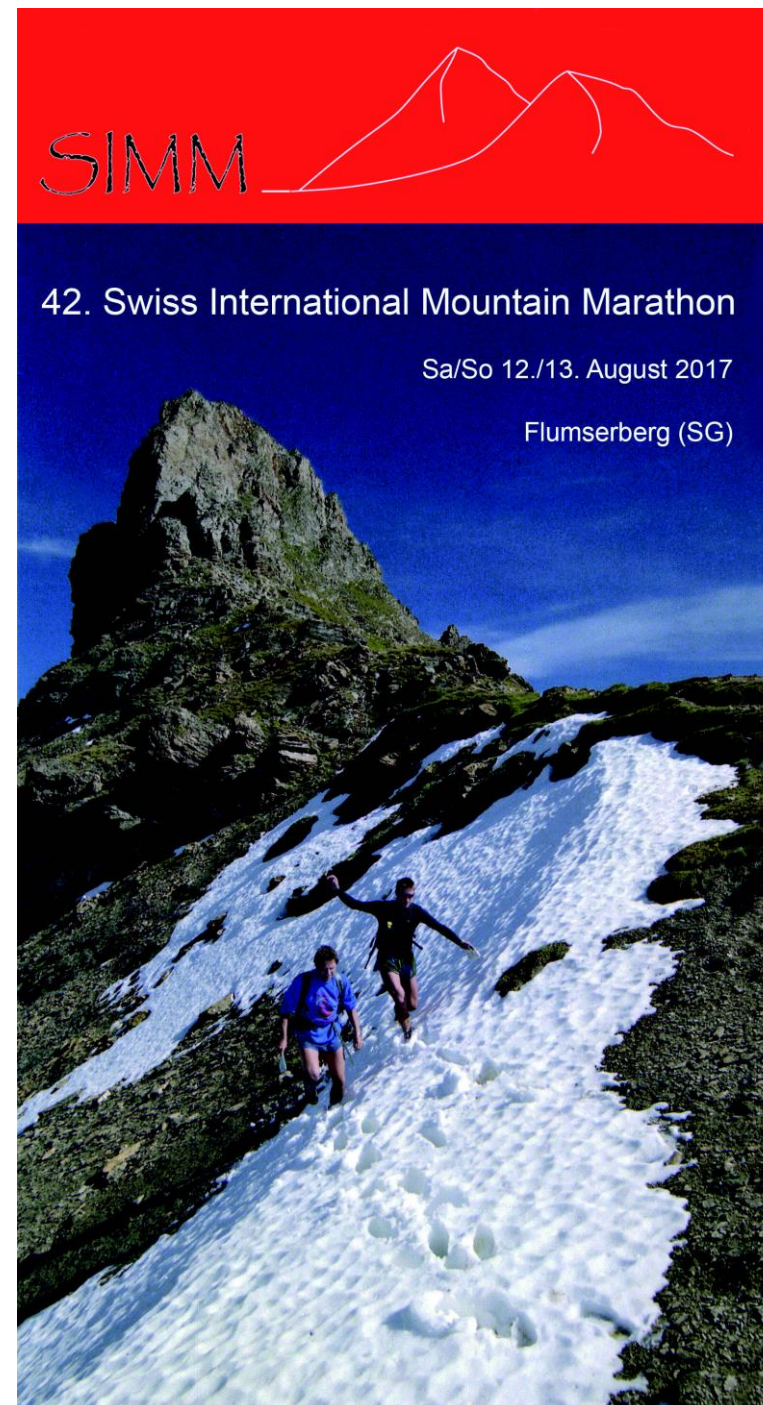
Prix de départ par équipe jusqu'au 17.7.2017 = CHF 140.- / € 130.-

RABAIS POUR CLUBS

Faites de la publicité dans vos clubs! Nous récompensons des inscriptions de groupes par les clubs par un remboursement d'une prime pour 6 équipes ayant participées. Voir les détails sur www.thesimm.ch

10 JOURS «OL AM BERG» SUISSE OCC. 4.-13.8.2017

Avec les 3 OL du Weekend des Grisons à Flims (4.-6.8.), les jours de training au Flüela (Davos, 7.+8.8.), le OL du soir à Davos (9.8.), le OL du soir à l'Engadin (10.8.) et le SIMM Flumserberg (12.-13.8.), les amis de la montagne ont un programme formidable à disposition. Pour les détails, voir www.thesimm.ch



SIMM

42. Swiss International Mountain Marathon

Sa/So 12./13. August 2017

Flumserberg (SG)

FLUMSER
BERG

LA COMPETITION

Le SIMM (Swiss International Mountain Marathon) est l'unique Outdoor-Event pour les coureurs d'orientation, de montagne, d'endurance, pour les sportifs expérimentés et pour les randonneurs, à deux, en couple ou même en famille, bref: POUR LES AMIS DU SPORT EN MONTAGNE AVEC JUGÉOTE.

La route, menant par différents points de contrôle, peut être choisie librement, mais ne peut être suivie qu'en possession de la carte, d'une boussole, de nourriture et de l'équipement de sécurité. Un minimum de matériel pour la nuitée au but de la première étape, de nourriture et pour les premiers soins est prescrit et doit être emporté dans le sac à dos pendant tout le parcours.

Il y a 3 parcours «Orienteering Marathon» pour les connaisseurs et pour les personnes expertes en maîtrise de la carte. Par contre, pour les 2 parcours „Trail Marathon“ qui longent la plupart du temps les sentiers de randonnée, des notions de base concernant la maîtrise des cartes suffisent.

LE BUREAU DE LA COMPETITION

Le bureau de la compétition se situe dans l'école Tannenheim à Flumserberg (SG) et est ouvert vendredi soir de 18:00 à 20:00 et samedi matin de 08:00 à 9:30. Chaque équipe y obtient les documents de la course. D'autres détails sont publiés le moment venu sur notre site www.thesimm.ch.

VOYAGE

Nous vous recommandons d'arriver déjà le vendredi ou même avant. Les places de parking sont marquées à partir de l'entrée du village.

Flumserberg est bien accessible par transports publics. Les possibilités d'hébergement peuvent être réservées via Heidiland Tourismus AG ou directement auprès des hôtels via le site Internet www.flumserberg.ch.

www.thesimm.ch

D'autres informations concernant la compétition se trouvent sur notre site Web:

- Le portail d'inscription en ligne
- Impressions des années précédentes
- Les listes de départ et de classement
- Les données du parcours et l'évaluation Score
- Les fiches d'information «équipement» et «conseils»

Orienteering-Marathon (maîtrise des cartes)

- 1 Strong 55-65 km/perf. sur 2 jours pour athlètes musclés
- 3 Light 40-50 km/perf. sur 2 jours pour aventuriers
- 5 Score 5 h par jour choix libre des postes et de leur suite avec formule Challenge (m/f-20/40+)

Trail-Marathon (connaissance de base des cartes)

- 7 Strong 55-65 km/perf. sur 2 jours exigences physiques le long des sentiers
- 9 Light 35-45 km/perf. sur 2 jours participants-aventure le long des sentiers

- Une équipe se compose de 2 personnes (ou plus pour une famille). Elles doivent rester ensemble durant la course.
- Les familles peuvent aussi s'inscrire dans les catégories 3, 5 et 9.
- Les adolescents au-dessous de 16 ans (nés en 2001 ou après) ne sont autorisés à participer qu'en compagnie



AUTRES INFORMATIONS

- Le départ en masse a lieu le samedi matin à 10.30 heures (Score 10.45 heures). Les préparatifs pour la course doivent être terminés assez tôt avant l'heure de départ.

- Chaque équipe reçoit après le signal de départ ou la carte avec les trajets dessinés (Trail-Marathon), ou une feuille avec les descriptions des postes et leurs coordonnées (Orienteering-Marathon et Score), afin de pouvoir dessiner les postes sur leur carte.
- L'équipe doit être complète au passage des postes de contrôle et doit toujours porter l'équipement prescrit.
- Quelques postes sont occupés par des aides reliés par radio. Le départ groupé a lieu le dimanche matin à partir de 7.00 heures. Ensuite, les autres teams partiront conformément au retard enregistré le premier jour, mais au maximum une heure plus tard. Toutes les équipes restantes partiront ensemble à 08.00 heures.
- **Après l'arrivée, il y aura un contrôle** de l'équipement sur une base aléatoire. Les équipes n'ayant pas la totalité de l'équipement seront disqualifiées !

Renseignement

Swiss International Mountain Marathon

Gérard Baumgartner, Brunmattstr. 11, CH-3266 Wiler
Téléphone +41 32 392 30 71 / +41 79 580 54 53
E-Mail info@thesimm.ch

FORMULAIRE D'ENREGISTREMENT

Nom du Team	<input type="text"/>	
Cartes additives	<input type="text"/>	CHF 20.– par carte, payable avec l'enregistrement
Voyage	<input type="checkbox"/> Ve, 11.8. <input type="checkbox"/> Sa, 12.8. <input type="checkbox"/> plus tôt <input type="checkbox"/> TP <input type="checkbox"/> voiture	
Prénom e nom / année de naissance	<input type="text"/>	Prénom e nom / année de naissance <input type="text"/>
Rue / numéro	<input type="text"/>	<input type="text"/>
CP / lieu	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Pays	<input type="text"/>	
E-mail	<input type="text"/>	
Mobile Nr	<input type="text"/>	
Lieu / date	<input type="text"/>	
Signature	<input type="text"/>	
Nombre de participations au SIMM	<input type="text"/>	
Découvert le SIMM comment ?	<input type="text"/>	
1 Orienteering Marathon Strong	<input type="checkbox"/>	Femmes <input type="checkbox"/>
3 Orienteering Marathon Light	<input type="checkbox"/>	Hommes <input type="checkbox"/>
5 Orienteering Marathon Score	<input type="checkbox"/>	Mixed <input type="checkbox"/>
7 Trail Marathon Strong	<input type="checkbox"/>	Family <input type="checkbox"/>
9 Trail Marathon Light	<input type="checkbox"/>	

Les organisateurs déclinent toute responsabilité. Avec leur signature les coureurs affirment qu'ils ont une assurance valable et qu'ils acceptent le règlement du Comité Mountain Marathon.