LES FOULÉES ROUGES
RÈGLEMENT 2026

Table des matières

PREAMBULE 3

Article 1 - Lieu, date et nature de la compétition 4

1. Course « KV des Foulées » 4
2. Course nature « La Grande Foulée » 4
3. Course nature « La Petite Foulée » 4
4. Course enfant « La Mini Foulée » 4
5. Marche des Foulées 4

Article 2 - Organisateur 5

Article 3 - Conditions de participation 5

A. Catégories d'âge 5
B. Certificat médical, licences et Pass Prévention Santé 5
C. Droits d'inscription 5
D. Ouverture et clôture des inscriptions 5
E. Athlètes handisports 6
F. Dossards 6
G. Matériel obligatoire 6
H. Matériel recommandé 6
I. Matériel interdit 6
J. Annulation / rétractation 6

Article 4 - Cession de dossard 6

Article 5 - Assurances 6

Article 6 - Règles sportives 6

Article 7 - Classements et récompenses 7

Article 8 - Ravitaillements 7

Article 9 - Sécurité et soins 7

Article 10 - Protection de l'environnement 7

Article 11 - Buvette et restauration 8

Article 12 - Droit à l'image (photographies et vidéos) 8

Article 13 - Force majeure 8

Conclusion 9

PREAMBULE

Depuis sa création, Les Foulées Rouges est bien plus qu'une course : c'est le rendez-vous annuel où le Centre d'Incendie et de Secours de Dol-de-Bretagne ouvre ses portes et invite trailers, coureurs et marcheurs aux côtés de ceux qui, le reste de l'année, courent pour les autres.

Cette dimension prend, en 2026, un relief particulier. L'été qui vient de s'écouler a durement éprouvé les Sapeurs-Pompiers de France, confrontés à des feux de forêt d'une intensité exceptionnelle, mobilisés parfois plusieurs semaines durant, loin de leurs casernes et de leurs proches. En signe de fraternité entre territoires et entre pompiers, l'intégralité des bénéfices de cette édition sera reversée en soutien aux Sapeurs-Pompiers et aux amicales des départements touchés. Chaque dossard retiré, chaque foulée contribuera ainsi, modestement mais concrètement, à cet élan de solidarité nationale entre soldats du feu.

Le présent règlement a été établi conformément au Code du sport, notamment ses articles L.331-6 à L.331-8 et D.331-5 relatifs à la déclaration des manifestations sportives, ainsi qu'à ses articles L.231-2 et L.231-3 relatifs à la surveillance médicale des sportifs. Il s'inscrit également dans le cadre de l'arrêté préfectoral et de l'arrêté municipal autorisant la tenue de la manifestation et la réglementation temporaire de la circulation qui l'accompagne, ainsi que du Code de la santé publique pour ce qui concerne la buvette temporaire, du règlement européen 2016/679 relatif à la protection des données personnelles, de l'article 9 du Code civil relatif au droit à l'image, et du règlement général de la Fédération Française d'Athlétisme applicable aux courses hors stade.

Par respect pour les sites naturels traversés et pour la sécurité de tous, la manifestation demeure fermée à tout engin à roue(s) autre que ceux de l'organisation, ainsi qu'aux animaux, quelle que soit la course concernée.

Article 1 - Lieu, date et nature de la compétition

Les Foulées Rouges regroupent 5 épreuves.
« Le KV des Foulées » se déroule sur plusieurs boucles, avec un départ et une arrivée commune au sommet du Mont-Dol, Le Tertre - 35120 Mont-Dol.
« La Grande Foulée », « La Petite Foulée », « La Mini Foulée », « La Marche des Foulées » se réalisent avec un départ et une arrivée commune au Centre d'Incendie et de Secours de Dol-de-Bretagne, Rue de Villouet - 35120 Baguer-Pican.

1. Course « KV des Foulées »

Départ : Samedi 14 novembre 2026, 15h00
Lieu : Le Tertre, 35120, Mont-Dol
Distance / D+ : 22,5 kms - 1070 D+ (1 boucles de 600m et 15m D+ puis 12 boucles de 1800m et 88m D+)
Parcours gpx disponible sur le site Nextrun

2. Course nature « La Grande Foulée »

Départ : Dimanche 15 novembre 2026, 9h00
Lieu : Centre d'Incendie et de Secours, rue de Villouet, 35120, Baguer-Pican
Distance / D+ : 25 kms - 370 m D+
Labellisée UTMB Index 20K
Parcours gpx disponible sur le site Nextrun

3. Course nature « La Petite Foulée »

Départ : Dimanche 15 novembre 2026, 9h30
Lieu : Centre d'Incendie et de Secours, rue de Villouet, 35120, Baguer-Pican
Distance / D+ : 12 kms - 170 m D+
Parcours gpx disponible sur le site Nextrun

4. Course enfant « La Mini Foulée »

Départ : Dimanche 15 novembre 2026, 11h00
Lieu : Centre d'Incendie et de Secours, rue de Villouet, 35120, Baguer-Pican
Distance / D+ : 2 kms - 30 m D+
Parcours gpx disponible sur le site Nextrun

5. La Marche des Foulées

Départ : Dimanche 15 novembre 2026, 09h45
Lieu : Centre d'Incendie et de Secours, rue de Villouet, 35120, Baguer-Pican
Distance : 8,5 kms
Parcours gpx disponible sur le site Nextrun

Article 2 - Organisateur

Les Foulées Rouges sont organisées par l'Amicale des Sapeurs-Pompiers de DOL DE BRETAGNE, domiciliée au Centre d'Incendie et de Secours, rue de Villouet, 35120 Baguer-Pican, joignable à l'adresse mail amicalepompiersdol@gmail.com.
La responsabilité de la manifestation est confiée à M. Franck PESTEL, Président de l'amicale du CIS de DOL DE BRETAGNE, qui demeure l'interlocuteur privilégié pour toute question relative à l'organisation, aux inscriptions ou au déroulement de l'épreuve.

Article 3 - Conditions de participation

A. Catégories d'âge

Le KV des Foulées et La Grande Foulée sont réservés à la catégorie Junior et plus. La Petite Foulée s'ouvre dès la catégorie Cadet et plus. Quant à La Mini Foulée, elle est réservée aux catégories Eveil Athlétique, Poussin et Minime.

« KV des Foulées » : à partir de Junior (nés avant le 01/01/2009)
« La Grande Foulée » : à partir de Junior (nés avant le 01/01/2009)
« La Petite Foulée » : à partir de Cadet (nés avant le 01/01/2011)
« La Mini Foulée » : d'Eveil Athlétique à Minime (nés entre le 31/12/2019 et le 01/01/2011)

B. Certificat médical, licences et Pass Prévention Santé

(Conformément aux articles L.231-2 et L.231-2-1 du Code du sport)
Licenciés FFA (Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running, Pass' J'aime Courir) : dispensés sur présentation d'une licence 2026 en cours de validité.
Licenciés FFA Athlé Santé, Athlé Encadrement ou Athlé Découverte : non dispensés - doivent produire un Pass Prévention Santé valide.
Licenciés d'une autre fédération agréée : licence sportive en cours de validité mentionnant l'absence de contre-indication à la course à pied/l'athlétisme en compétition.
Majeurs non licenciés FFA : depuis le 15 janvier 2026, la présentation d'un certificat médical de non-contre-indication de moins d'un an est remplacée par le Pass Prévention Santé (PPS), délivré sur pps.athle.fr, valable 1 an, au tarif de 5 €, assurance responsabilité civile incluse. Le certificat médical classique reste également accepté à titre alternatif.

Mineurs : non soumis au Pass Prévention Santé. Ils doivent produire une attestation du questionnaire de santé mineur (rempli avec leurs représentants légaux, réponses négatives), accessible sur pps.athle.fr, ainsi qu'une autorisation parentale. En cas de réponse positive à une question, un certificat médical de moins de 6 mois est exigé.

C. Droits d'inscription

« KV des Foulées » : 25€ (cadeau coureur + ravitaillement arrivée)
« La Grande Foulée » : 25€ (cadeau coureur + ravitaillement arrivée)
« La Petite Foulée » : 12€ (cadeau coureur + ravitaillement arrivée)
« La Mini Foulée » : 5€ (cadeau coureur)
« Marche des Foulées » : 6€ (1 boisson ou 1 crêpe offerte)

Le paiement est réalisable en ligne sur le site de Nextrun, ou sur place, dans la limite des places disponibles.

D. Ouverture et clôture des inscriptions

Ouverture : 01/09/2026 à 18h00 sur Nextrun.
Clôture : 13/11/2026 à 19h00

Sur place : possible le jour de la course, dans la limite des jauges fixées.

E. Athlètes handisports

Le parcours n'est malheureusement pas praticable en fauteuil, le terrain naturel ne le permettant pas. Les joëlettes et dispositifs assimilés restent en revanche les bienvenus, avec un départ organisé en fin de vague pour leur sécurité.

F. Dossards

Chaque participant doit porter son dossard de façon visible, sur la poitrine ou à la ceinture, tout au long de l'épreuve ; l'absence de dossard à l'arrivée entraîne l'absence de classement.

G. Matériel obligatoire

Sur le Kilomètre Vertical, il est obligatoire de concourir muni d'une lampe frontale. Tout concurrent se présentant au départ sans ce matériel pourra se voir refuser l'accès à la course ou être disqualifié.
Chaque coureur doit posséder un gobelet réutilisable pour les ravitaillements.

H. Matériel recommandé

Sur La Grande Foulée comme sur le Kilomètre Vertical, il est vivement recommandé de partir muni d'un téléphone portable chargé, d'au moins 500ml d'eau et d'une réserve énergétique équivalente à 200 kcal minimum.

I. Matériel interdit

Les bâtons de trail sont interdits sur l'ensemble des courses.

J. Annulation / rétractation

L'inscription est ferme et ne peut donner lieu à remboursement, sauf présentation d'un certificat médical, auquel cas des frais administratifs de 5 euros seront retenus. Une bourse aux dossards permet néanmoins la revente ou le transfert d'une inscription, dans la limite des places disponibles.

Article 4 - Cession de dossard

Toute cession de dossard en dehors du dispositif prévu à l'article précédent est strictement interdite. Le coureur qui participerait sous un dossard qui n'est pas le sien en assumera l'entière responsabilité en cas d'accident, et s'exposera à une disqualification immédiate.

Article 5 - Assurances

La responsabilité civile de la manifestation est couverte par l'assurance de l'Union Départementale des Sapeurs-Pompiers d'Ille-et-Vilaine, au titre de la police A.O RC n°03.
Les participants licenciés FFA bénéficient par ailleurs de la couverture dommages corporels attachée à leur licence.
Pour les non-licenciés, le Pass Prévention Santé inclut désormais une assurance responsabilité civile ; il demeure toutefois conseillé de souscrire une assurance individuelle accident complémentaire, l'organisation ne pouvant se substituer à la vigilance de chacun sur ce point.

Article 6 - Règles sportives

La course se déroule dans le respect du règlement général de la Fédération Française d'Athlétisme. Des commissaires de course, reconnaissables à leur chasuble jaune ou orange, veillent tout au long du parcours à la sécurité et à la régularité de l'épreuve. L'assistance extérieure est interdite en dehors des zones de ravitaillement prévues à cet effet, tout comme la présence de suiveurs ou l'usage de bâtons de randonnée et de trail.
Une barrière horaire de 3h00 s'applique sur le KV des Foulées, avec un passage intermédiaire fixé à 1h00 pour 4 boucles et 2h00 pour 8 boucles. Tout coureur en dehors de ces barrières horaires se verra arrêté et son dossard sera récupéré par l'organisation.
Le chronométrage de l'ensemble des courses est assuré par Chronowest, chaque dossard étant équipé d'une puce dédiée.

Article 7 - Classements et récompenses

Les classements sont établis au scratch, par genre et par catégorie, pour chacune des épreuves. Des podiums récompenseront les premiers de chaque catégorie sur le KV des Foulées, La Grande Foulée et La Petite Foulée.
Les résultats seront consultables à l'issue de la course sur le site d'arrivée ainsi que sur la plateforme Chronowest.

Article 8 - Ravitaillements

Les coureurs du KV des Foulées évolueront en semi-autosuffisance, avec un point de ravitaillement à chaque boucle, sur la zone de départ/arrivée.
Les coureurs de La Grande Foulée évolueront en semi-autosuffisance, avec un point d'eau au km6, un point de ravitaillement au km 13 et un second à l'arrivée.
Les coureurs de La Petite Foulée évolueront en semi-autosuffisance, un point d'eau sera proposé au km 6 et ravitaillement arrivée.

Article 9 - Sécurité et soins

Certains tronçons du parcours empruntant des routes ouvertes à la circulation, les concurrents devront impérativement respecter le balisage et courir sur le côté gauche de la chaussée, qui leur est réservé. Le dispositif prévisionnel de secours est assuré par l'association des secouristes de la côte d'émeraude (ASCE), dont l'intervention indépendante garantit la sécurité médicale de tous les participants. Il est enfin rappelé qu'en cas d'accident survenant à un tiers, tout concurrent se doit de lui porter assistance.

Article 10 - Protection de l'environnement

Les Foulées Rouges se déroulent sur des sites naturels remarquables - le Mont-Dol et ses abords, la campagne entre Dol-de-Bretagne et Saint-Broladre - que l'organisation entend préserver. Tout jet de déchet en dehors des zones prévues à cet effet expose son auteur à une disqualification.
Dans cet esprit, et conformément à la démarche désormais généralisée sur les manifestations sportives, aucun gobelet à usage unique ne sera distribué sur les points de ravitaillement. Chaque participant est donc invité à se munir de son propre gobelet ou de sa propre flasque, réutilisable tout au long de l'épreuve.
Des points de tri sélectif seront installés sur les zones de ravitaillement et d'arrivée afin de permettre à chacun de trier ses déchets recyclables. Les participants et leurs accompagnants sont enfin encouragés à privilégier le covoiturage pour rejoindre le site.

Article 11 - Buvette et restauration

Une buvette proposant des boissons, y compris alcoolisées, ainsi qu'une restauration, seront installées à l'extérieur de la caserne du CIS Dol-de-Bretagne, dans le respect des règles suivantes :
Débit de boissons temporaire : la vente de boissons alcoolisées du groupe 3 (bière, vin, cidre, boissons fermentées non distillées de moins de 18°) est subordonnée à une autorisation préalable délivrée par la mairie de Baguer-Pican (ou, selon compétence, par la préfecture), conformément aux articles L.3334-1 et L.3334-2 du Code de la santé publique. La demande doit être déposée dans les délais requis (généralement 15 jours à 3 mois avant la manifestation selon le régime applicable).
Interdiction de vente aux mineurs : conformément à l'article L.3342-1 du Code de la santé publique, la vente d'alcool est strictement interdite aux personnes mineures ; un contrôle d'âge pourra être demandé.
Publicité : toute communication relative à la vente de boissons alcoolisées respectera les restrictions de la loi Évin (article L.3323-2 du Code de la santé publique) applicables aux manifestations sportives.
Restauration : la vente de repas respectera les règles d'hygiène alimentaire applicables à la restauration temporaire (déclaration préalable auprès des services vétérinaires si requise, respect de la chaîne du froid, affichage des allergènes).
L'arrêté d'autorisation de la buvette sera conservé sur place et présenté à toute réquisition des autorités.

Article 12 - Droit à l'image (photographies et vidéos)

Du seul fait de leur participation, les concurrents autorisent expressément l'organisation et ses partenaires à fixer, reproduire et diffuser, sur tout support (presse, site internet, réseaux sociaux, supports promotionnels), les images (photographies et vidéos) prises à l'occasion de leur participation à l'épreuve - y compris les prises de vues aériennes réalisées par drone, pour une durée de 2 ans à compter de l'événement, sans contrepartie financière.
L'utilisation d'un drone pour la captation d'images est conforme à la réglementation de la Direction Générale de l'Aviation Civile (DGAC) applicable aux aéronefs télépilotés ; l'opérateur devra disposer des autorisations de vol nécessaires (notamment au regard du survol de personnes et, le cas échéant, de zones réglementées).
Conformément au règlement (UE) 2016/679 (RGPD) et à la loi Informatique et Libertés du 6 janvier 1978 modifiée, tout participant dispose d'un droit d'accès, de rectification, d'opposition et d'effacement des données le concernant, y compris les images sur lesquelles il est identifiable, en adressant sa demande à amicalepompiersdol@gmail.com. Toute demande de retrait d'image formulée avant l'événement sera prise en compte par l'organisation.

Article 13 - Force majeure

L'organisation se réserve le droit d'interrompre ou d'annuler la manifestation en cas de force majeure ou de décision administrative contraire, sans que sa responsabilité puisse être engagée et sans qu'aucun remboursement ni indemnité ne soit dû aux participants.*

Article 14 - Dispositions finales

Le présent règlement a été établi par l'Amicale des Sapeurs-Pompiers de Dol-de-Bretagne, organisatrice de la manifestation, et s'impose à l'ensemble des participants du seul fait de leur inscription, laquelle emporte acceptation sans réserve de toutes les dispositions qui précèdent.
L'organisation tient à saluer l'engagement des services de secours, collectivités, partenaires et bénévoles qui concourent à la tenue de cette manifestation, ainsi que la mobilisation exceptionnelle dont ont fait preuve, au cours de l'été 2026, les Sapeurs-Pompiers de France face aux feux de forêt qui ont frappé notre territoire. Il est rappelé que l'intégralité des bénéfices de la présente édition leur sera reversée, en signe de solidarité et de fraternité entre les Services d'Incendie et de Secours de France.