

# Règlement SUD-OUEST MOUNRIDE 2026

*Dimanche 7 juin 2026*

---

## **Article 1 : Lieu et horaires de la manifestation**

L'épreuve se déroulera sur les communes de **Mont-de-Marsan** et **Saint-Pierre-du-Mont (Landes)**.

Les départs se feront depuis la **Place des Arènes à Mont-de-Marsan**, par vagues successives.

Le parcours est constitué d'une boucle ramenant les participants au village départ.

Lors de l'inscription, l'horaire de départ pourra être sélectionné (selon les places disponibles).

Cet horaire sera confirmé par e-mail par l'organisateur.

---

## **Article 2 : Conditions médicales et parcours**

### *Parcours 12 km – Adultes*

Pour participer à la course à obstacles du Mounride sur le **parcours 12 km**, aucun certificat médical n'est requis.

La manifestation n'étant pas chronométrée et les obstacles n'étant pas obligatoires, chaque participant peut évoluer à son rythme, en solo ou en équipe, sans notion de classement.

Il est toutefois **fortement recommandé** de s'assurer auprès de son médecin de l'aptitude à pratiquer une activité physique incluant la course et le franchissement d'obstacles.

Le parcours de 12 km demande un **minimum de condition physique et de préparation**, avec la capacité d'enchaîner la distance et de franchir des obstacles de niveaux de difficulté variés.

---

### *Parcours 5 km – Catégorie Famille, Jeunes et Adultes*

Le Mounride propose également un **parcours de 5 km en format urbain**, sur un tracé adapté, pensé pour une pratique **familiale, individuelle et accessible**, au cœur de l'environnement urbain.

Ce parcours est **ouvert aux adultes** ne souhaitant pas ou ne se sentant pas en capacité de participer au parcours 12 km, et désirant découvrir la course à obstacles dans un format plus court, progressif et rassurant.

### *Catégorie Famille*

La participation se fait en groupe composé :

- **d'au moins 1 adulte pour 3 enfants, (1 à 3 enfants) âgés de 12 à 15 ans.**

Les enfants âgés de **12 et 13 ans (LousJuenes)** ne sont **pas autorisés à participer seuls** et doivent rester sous la responsabilité de l'adulte accompagnant pendant toute la durée du parcours.

#### *Participation des jeunes de 14 et 15 ans*

Les adolescents âgés de **14 et 15 ans (LousGouyats)** sont autorisés à participer **au parcours 5 km sans accompagnement adulte**, sous réserve de la fourniture d'une **autorisation parentale obligatoire**.

Pour l'ensemble du parcours 5 km, l'épreuve n'est **pas chronométrée** et les obstacles restent **facultatifs**. Elle peut être réalisée à allure libre, dans un esprit **ludique, accessible et convivial**.

---

### **Article 3 : Catégories d'âge**

Les catégories sont déterminées en fonction de l'âge atteint **le jour de l'épreuve (07/06/2026)**.

Catégorie	Âge	Date de naissance
Lous Petits	6-9 ans	du 08/06/2016 au 07/06/2020
Lous Drôles	10-11 ans	du 08/06/2014 au 07/06/2016
LousJuenes	12-13 ans	du 08/06/2012 au 07/06/2014
LousGouyats	14-15 ans	du 08/06/2010 au 07/06/2012
Adultes / +16 ans	16 ans et +	né(e) avant le 08/06/2010

---

### **Article 4 : Conditions de participation**

Pour participer, chaque concurrent doit :

- être inscrit via la plateforme en ligne ou dossier papier,
- avoir réglé les droits d'inscription,
- avoir l'âge requis le jour de l'épreuve,
- pour les mineurs : fournir une **autorisation parentale**, incluant :
  - certification d'absence de problème de santé,
  - **certification d'aisance aquatique** pour les plus de 12 ans,
- avoir pris connaissance et accepté le présent règlement.

### **Article 5 : Droits d'inscriptions**

Les droits d'inscription sont fixés à :

- Pour le 12 km : 37 € jusqu'au 30/04/2025, 40 € du 01/05 au 06/06, 43 € sur place.
- Pour le 5 km : 16 € jusqu'au 30/04/2025, 18 € du 01/05 au 06/06, 20 € sur place
- Pour les catégories 6/9 ans et 10/11 ans : 10 € en ligne et 13 € sur place

## **Article 6 : Annulation et remboursement**

En cas de désistement de la part d'un concurrent **aucun remboursement ne sera effectué.**

Tout coureur pourra, au moment de son inscription, souscrire la garantie annulation. Le coût de cette assurance s'élèvera à 2,5 € par personne. Cette garantie interviendra, pour le participant, en cas de maladie, blessure, accident de trajet, décès du conjoint ou concubin, d'un ascendant ou descendant. Un courrier demandant le remboursement et un justificatif devront être adressés au Stade Montois Omnisports, 346 avenue du stade, 40000 Mont de Marsan, **au plus tard le 10 juin 2026**, le cachet de la poste faisant foi.

En cas d'acte de terrorisme, de guerre, d'épidémie, de catastrophe naturelle, d'inondation, de tremblements de terre ou toute autre condition qui mettrait en danger les participants, l'organisateur se réserve le droit d'annuler les épreuves. Dans cette hypothèse, le remboursement des droits d'inscription se fera à la discrétion du Stade Montois.

## **Article 7 : Les bracelets**

Afin d'accéder au parcours, chaque participant recevra un bracelet comportant son numéro d'inscription, celui-ci fera office de dossard.

Le port de ce bracelet est obligatoire pour accéder à la zone de départ. Il devra être porté durant toute la durée de l'épreuve, les personnes sans bracelet seront automatiquement sorties de la course.

Nous vous rappelons que tout engagement est personnel. Aucun transfert d'inscription n'est autorisé pour quelque motif que ce soit. Toute personne rétrocédant son bracelet à une tierce personne, sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve. Toute personne disposant d'un bracelet acquis en infraction avec le présent règlement pourra être disqualifiée. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation.

## **Article 8 : Tenue et déguisement**

Un collant ou un survêtement et des gants pour le franchissement d'obstacles sont recommandés. Le port de bijoux est interdit. Le port de déguisement est fortement conseillé mais ne devra pas entraver la progression des participants, notamment pour le franchissement des obstacles, ni présenter un risque quelconque de blessure pour ces derniers.



La matière d'un costume détermine s'il est portable ou non en course à obstacles. La façon la plus simple de le vérifier est encore de prendre un bain avec ! S'il s'alourdit trop, sachez qu'avec la boue et la course, le ressenti sera encore pire. Dans tous les cas, évitez les matières de type peluche et les mousses qui boivent beaucoup trop d'eau.

Les accessoires types bâtons, cordes, sont interdits pour éviter des risques de blessures.

### **La course**

La distance de chaque épreuve est adaptée en fonction de l'âge afin de ne pas excéder les capacités des participants, **qui pourront, s'ils le souhaitent, ne pas réaliser ces épreuves et continuer leur progression normalement.**

La course adulte (12 km) se déroulera à la fois dans les villes de Mont de Marsan et de Saint Pierre du Mont (Landes), mais également sur des terrains privés. Chaque participant devra respecter l'environnement de la course. Des poubelles seront positionnées sur le parcours afin d'éviter les abandons de papiers et de bouteilles suite aux ravitaillements prévus sur le circuit et à l'arrivée.

La course traversant une zone classée « Natura 2000 », il est demandé aux participants de respecter scrupuleusement le balisage et de ne pas sortir des sentiers délimités par l'organisation. Les coureurs sont civilement et pénalement responsables des dommages qu'ils pourraient occasionner lors de leurs passages dans les lieux publics ou privés empruntés par la manifestation.

La course comprend une **quarantaine** d'épreuves qui devront être franchies, en courant, en nageant, en rampant, en sautant, en escaladant (hauteur maxi 3 mètres), en pagayant, ou simplement en faisant preuve d'adresse.

**Certification d'aisance aquatique : chaque participant atteste qu'il est apte à nager 25 mètres sans interruption, ainsi qu'à supporter une immersion complète sans paniquer.**

### **Obstacle « Vachette » :**



Nous souhaitons vous informer que l'obstacle de la Vachette, comme tous les autres obstacles, est **facultatif**. Vous pouvez choisir de l'ignorer et de continuer votre parcours sans passer par cet obstacle.

Nous vous rappelons que la sécurité est notre priorité absolue.

Si vous décidez de relever le défi de l'obstacle de la Vachette, à votre arrivée dans l'enceinte de l'arène, suivez scrupuleusement la signalétique et les consignes suivantes :

- Le responsable de l'obstacle vous orientera, selon votre choix, de faire l'obstacle ou de le contourner
- Ne pénétrez sur la piste qu'avec l'autorisation des professionnels de la Course Landaise (vacher et raseteurs) présents sur la piste

Afin d'aider au bon déroulement, des raseteurs attireront l'attention de la vachette pour faciliter votre passage. Un îlot de sécurité central, composé de bottes de paille, est prévu sur la piste.

Montez sur le plus haut niveau afin de vous mettre en sécurité lors de votre traversée.

Un seul passage par concurrent.

**DURANT TOUTE LA DUREE DE VOTRE PRESENCE SUR LA PISTE, RESPECTEZ SCRUPULEUSEMENT LES CONSIGNES DONNEES PAR LES PROFESSIONNELS DE LA COURSE LANDAISE**

### **Article 9 : Droit à l'image et utilisation des données**

Du fait de son inscription, le concurrent donne à l'organisateur le droit d'utiliser toute photo ou vidéo, prise dans le cadre du Sud-Ouest Mounride 2026 pour promouvoir l'épreuve et les éditions suivantes. Conformément aux lois informatiques et libertés, (Loi 78-17 du 6 janvier 1978) chaque participant peut accéder aux informations qu'il a données lors de son inscription, en vérifier l'exactitude, les rectifier si nécessaire, et s'opposer à leur diffusion ou en limiter l'utilisation, sur simple demande écrite à : Stade Montois, 346 avenue du stade, 40000 Mont de Marsan ou par e-mail à : [contact@mounride.fr](mailto:contact@mounride.fr)

## **Article 10 : Classement**

Les épreuves, ne seront pas chronométrées. Tous les finishers se verront offrir une médaille représentative de la manifestation. Les 1000 premiers inscrits du parcours adulte recevront un teeshirt de la manifestation et les 250 premiers enfants (-16 ans) recevront une casquette de la manifestation.

## **Article 11 : Assurance**

Le Stade Montois Omnisports est couvert par une police d'assurance en responsabilité civile souscrite auprès d'ABEILLE ASSURANCES N° 72661783, le garantissant dans le cadre de l'organisation du Sud-Ouest Mounride.

Il est rappelé aux participants la nécessité d'avoir souscrit au préalable chez l'assureur de leur choix, une assurance dommages corporels individuelle, si elle n'est pas assurée par leur licence lorsqu'ils en possèdent une, et il est rappelé l'intérêt d'être à jour pour la vaccination antitétanique.

De plus, tous les participants sont responsables civilement et pénalement de leurs actes et assument donc tous les risques liés à une épreuve de ce type, pour eux ou les autres participants, spectateurs ou équipe d'organisation.

## **Article 12 : Ethique**

Cette manifestation a pour but de regrouper des personnes de tous niveaux, cherchant à passer de bons moments, dans un esprit sportif. Les organisateurs se réservent le droit de mettre fin au parcours d'un candidat :

- Si celui-ci se met en danger physiquement au cours de l'épreuve.
- S'il est très largement hors délai.
- S'il est fauteur de troubles et porte préjudice au déroulement de la manifestation (non-respect du règlement, non-respect des autres participants, du public ou des organisateurs).

## **Article 13 : Sécurité**

Chaque coureur veille à sa sécurité et à celle des autres participants en adoptant une conduite empreinte de fair-play, d'entraide mais aussi de maîtrise. Les organisateurs se réservent la possibilité de mettre fin à la course d'un candidat qui mettrait en péril son intégrité physique ou celle d'un autre concurrent ou qui ne respecterait pas les consignes de sécurité affichées avant les obstacles.

Chaque participant est le premier responsable de sa sécurité. Chacun veillera à porter assistance à tout autre participant si nécessaire.

Nous vous conseillons vivement de vérifier avec votre médecin si vous êtes à jour de votre vaccination antitétanique afin de prévenir tous risques d'infection après une blessure.

## **Article 14 : Responsabilités**

Chaque participant reconnaît être apte médicalement et physiquement et être informé des risques liés aux épreuves localisées sur le parcours. De ce fait, il assume l'ensemble des risques inhérents à sa participation, tels que : les accidents seul ou avec les autres participants, les intempéries météorologiques, les accidents pouvant se produire durant les trajets aller ou de retour de l'épreuve et décharge les sponsors et organisateurs de l'épreuve, le Sud-Ouest Mounride et l'association Stade Montois Omnisports (et ses représentants) ainsi que toute autre personne associée à l'événement, de toutes responsabilités, dommages et intérêts.

## **Article 15 : Concours déguisements**

Le concours est ouvert à tous les participants déguisés de la Mounride. Deux classements seront établis : individuel et groupe avec un gagnant par catégorie. Les participants déguisés seront photographiés au départ de la course.

Un jury désigné par l'organisation évaluera les déguisements les résultats seront communiqués via notre site Internet et nos réseaux sociaux 7 jours après l'événement. Les gagnants seront directement notifiés.

Les critères principaux sont l'originalité et la démonstration du déguisement.

Le prix « Groupe » (à partir de 2 participants) comprend un fût de 30 L de bière Blanche de Namur et 100 € de planches fromage/charcuterie (valeur totale : 500 €).

Le lot groupe est à consommer au bar Le Craft, place Saint Roch.

Le prix « Individuel » est un séjour seul ou à deux à l'Hôtel Villa Seren à HOSSEGOR au bord du lac.

Les prestations :

- 1 Nuit en chambre Seren
- 2 Petits déjeuners
- 2 Accès au Spa SEREN'ity
- 1 Heure de privatisation nocturne de notre piscine accompagnée de 2 cocktails
- 1 Accueil gourmand en chambre accompagné de 2 coupes de Champagne
- 1 Ambiance romantique en chambre
- 1 Accueil floral

Bon cadeau valable 365 jours après la date de remise Prix: 395.00 €

Les gagnants ne pourront prétendre à une compensation financière de la valeur des lots offerts.

Les lots sous forme de bons seront à retirer au siège du Stade Montois Omnisports maximum 30 jours après la proclamation des gagnants



# AUTORISATION PARENTALE

## AUTORISATION PARENTALE POUR UN MINEUR A PARTICIPER AU SUD OUEST MOUN RIDE

*Je soussigné(e) (représentant légal de l'enfant)*

Nom .....

Prénom .....

*Information sur l'enfant*

Nom .....

Prénom .....

Date de naissance ..... / ..... / .....

Autorise mon enfant mineur à participer au SUD OUEST Mounride

- Lous Petits 6/9ans*
- Lous Drole 10/11ans*
- Lous Jüenes 12/13ans*
- Lous Gouyats 14/15ans*
- Parcours adulte 16ans et +*

En cochant cette case, je certifie que mon enfant n'a pas fait l'objet d'une réponse oui, à une ou plusieurs questions du questionnaire de santé annexé au présent règlement. Si cette case n'est pas cochée, vous devrez fournir un certificat médical autorisant la pratique de l'Athlétisme en compétition.

\* En cochant cette case, je certifie que mon enfant est apte à la pratique d'activités nautiques (être capable de nager 25 m et de supporter une immersion de quelques secondes).

Date : .....

Signature du responsable légal :

## Certification parentale d'aisance aquatique.

Je certifie que mon enfant ..... dispose de l'aisance aquatique nécessaire à la participation au Mouride.

Soit :

Effectuer un saut dans l'eau, réaliser une flottaison sur le dos et une sustentation verticale pendant 5 secondes, franchir une ligne d'eau ou passer sous une embarcation ou un objet flottant, nager sur le ventre pendant 25 mètres.

*(Ce document peut être obtenu gratuitement en vous adressant à un MNS dans une piscine municipale)*

Nom Prénom du représentant légal.

.....

Signature

**ATTESTATION D'APTITUDE PRÉALABLE  
A LA PRATIQUE D'ACTIVITÉS NAUTIQUES ET AQUATIQUES  
DANS LES ACCUEILS COLLECTIFS DE MINEURS**  
(accueils relevant des articles L. 227-4 et R. 227-1 du code de l'action sociale et des familles)

*Références : Code de l'action sociale et des familles : article R. 227-13 et à l'arrêté du 25 avril 2012 ; Code du sport : A322-44 et A322-66*

Le test est obligatoire pour la pratique des activités de canoë-kayak et disciplines associées, nage en eau vive, voile, canyonisme, surf de mer et natation .

Il peut être effectué en piscine ou sur le lieu de l'activité pour la pratique de laquelle il est obligatoire.

Le test doit être effectué sans brassière de sécurité (circulaire du 30 mai 2012)

**Date du test :**

**Nom et prénom du mineur :**

**Aptitudes vérifiées et acquises** (mettre une croix dans les cases correspondantes)

- Effectuer un saut dans l'eau
- Réaliser une flottaison sur le dos pendant 5 secondes
- Réaliser une sustentation verticale pendant 5 secondes
- Franchir une ligne d'eau ou passer sous une embarcation ou un objet flottant
- Nager sur le ventre pendant 25 mètres ( ! Attention 50 m pour **les plus de seize ans qui pratiqueront une activité voile**)

**Résultat du test :**  **satisfaisant**  **non satisfaisant**

**Personne ayant fait passer le test :**

Nom et prénom :

Qualification (voir informations au verso) :

Etablissement d'appartenance :

N° de carte professionnelle d'éducateur sportif :

Signature :

**Avertissement à destination des parents ou de la personne ayant l'autorité parentale:** Il est préférable que ce questionnaire soit complété par votre enfant, c'est à vous d'estimer à quel âge il est capable de le faire. Il est de votre responsabilité de vous assurer que le questionnaire est correctement complété et de suivre les instructions en fonction des réponses données.

Faire du sport: c'est recommandé pour tous. En as-tu parlé avec un médecin? T'a-t-il examiné (e) pour te conseiller ? Ce questionnaire n'est pas un contrôle. Tu réponds par OUI ou par NON, mais il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Tu peux regarder ton carnet de santé et demander à tes parents de t'aider.			
Tu es :    une fille <input type="radio"/> un garçon <input type="radio"/> , Ton âge :            ans			
<b>Depuis l'année dernière</b>		<b>OUI</b>	<b>NON</b>
Es-tu allé (e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
As-tu été opéré (e) ?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
As-tu beaucoup maigri ou grossi ?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé sans te souvenir de ce qui s'était passé ?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé à interrompre un moment une séance de sport?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
As-tu eu beaucoup de mal à respirer pendant un effort par rapport à d'habitude ?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
As-tu eu beaucoup de mal à respirer après un effort ?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Depuis un certain temps (plus de 2 semaines)</b>			
Te sens-tu très fatigué (e) ?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sens-tu que tu as moins faim ? que tu manges moins ?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Te sens-tu triste ou inquiet?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pleures-tu plus souvent ?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Aujourd'hui</b>			
Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Questions à faire remplir par tes parents</b>			
Quelqu'un dans votre famille proche a-t-il eu une maladie grave du cœur ou du cerveau, ou est-il décédé subitement avant l'âge de 50 ans ?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Etes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Avez-vous manqué l'examen de santé prévu à l'âge de votre enfant chez le médecin ? (Cet examen médical est prévu à l'âge de 2 ans, 3 ans, 4 ans, 5 ans, entre 8 et 9 ans, entre 11 et 13 ans et entre 15 et 16 ans.)		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions :**

Le sportif mineur devra fournir un certificat médical d'absence de contre-indication pour obtenir ou renouveler sa licence. Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.

**Si vous avez répondu NON à toutes les questions :**

Vous n'avez pas de certificat médical à fournir pour votre enfant mineur. Simplement attestez, en remplissant ce questionnaire sur son espace personnel en ligne ou en retournant une version papier au Club, avoir répondu NON à toutes les questions lors de la demande de renouvellement de la licence.