



4^e édition de
l'ETAPE DE LA PIERRE
Dimanche 11 janvier 2026
Règlement de course



1 - DESCRIPTIF DE LA COURSE

La célèbre compétition de ski alpinisme La Pierra Menta rassemble chaque année en mars, depuis 39 ans les meilleurs athlètes mondiaux. Sur le modèle de l'Etape du Tour de France, le comité d'organisation de la Pierra Menta et la station d'Arêches Beaufort proposent aux amateurs de se confronter sur une journée aux meilleurs compétiteurs. Les départs sont organisés au Plateau du Cuvy (accessible depuis la télécabine du Bois au Planay) ou au Planay et les arrivées au Planay

**L'Etape de la Pierre à Arêches Beaufort comprend 2 parcours en individuel
Ils seront présentés sur le site de la course
Championnat de France Individuel Seniors, Master, U23/20/18 et 16**

Parcours A : de 21 ans jusqu'à 99 ans.

Championnat de France Individuel Seniors Master et U23, licence FFME pour être classé

Certificat médical obligatoire pour la pratique du ski alpinisme en compétition et si vous avez, le scan de votre licence FFME ou CAF.

Dénivellations pouvant aller jusqu'à 1800 m avec plusieurs montées et descentes.

Parcours avec des passages de 40° à 45° à la montée ou à la descente.

Les organisateurs pourront imposer des mesures de sécurité comme l'utilisation de la corde fixe et des crampons dans certains passages.

Des barrages horaires seront calculés sur une base horaire de 600 m à la montée et de 4000 m à la descente : soit un total de course de 5h30 de course (si départ 8 h fin de course 13 h 30).

Les organisateurs pourront imposer des mesures de sécurité comme l'utilisation de la corde.

Parcours B : Ouvert aux participants de 15 à 99 ans.

Championnat de France Individuel U20/U18 et U16, licence FFME pour être classé

Certificat médical obligatoire pour la pratique du ski alpinisme en compétition et si vous avez, le scan de votre licence FFME ou CAF.

Pour les mineurs une autorisation parentale sera obligatoire.

Dénivellation pouvant aller jusqu'à 800 m en plusieurs montée et descente.

Les organisateurs pourront imposer des mesures de sécurité comme l'utilisation de la corde fixe et des crampons dans certains passages.

Les organisateurs pourront imposer des mesures de sécurité comme l'utilisation de la corde fixe et des crampons dans certains passages pour les Seniors et U20.

Des barrages horaires seront calculés sur une base horaire de 300 m à la montée et de 4000 m à la descente : Soit un temps total de course de 4H de course (si départ à 9 h 30 fin de course 13 h 30)

Accueil des compétiteurs :

Le Samedi 10 janvier 2026 de 16h00 à 19h00 devant le magasin MONTAGNE.

Et le Dimanche 11 janvier 2026 de 6 h à 7 h 30 au départ avant la course, pour le contrôle des DVA et la remise des dossards.

Il serait préférable de récupérer vos dossards le samedi après-midi pour être prêt pour le départ selon le parcours choisi.

Votre dossard est personnel et doit être accompagné d'une photocopie de votre carte d'identité, en aucun cas il ne pourrait être utilisé par une autre personne sans l'accord de l'organisation. Téléphone portable utile en cas de secours.

2 - REGLEMENT DE COURSE

- 2.1 Les organisateurs fixent l'heure de départ.
- 2.2 Les organisateurs se réservent le droit d'apporter au programme, à n'importe quel moment, toutes les modifications qu'ils jugeront nécessaires.
- 2.3 L'organisation est déchargée de tout recours des coureurs.
- 2.4 Les organisateurs pourront imposer d'éventuelles neutralisations de temps.
- 2.5 Le port du dossard sur le sac est obligatoire entre la ligne de départ et la ligne d'arrivée (Dossard non plié).
- 2.6 Pendant l'étape, en cas d'abandon pour cause physique, technique ou dépassement des barrages horaires les compétiteurs doivent rentrer en contact avec les contrôleurs les plus proches et voir avec eux l'organisation du rapatriement. En cas de non respect de ces consignes, les compétiteurs évoluent à leurs risques et périls.
- 2.7 Le podium officiel sera présenté dans l'aire d'arrivée vers 13h30 14h30 avec :
- parcours A : Hommes femmes
- parcours B : U16 H et F, U18 H et F, U20 H et F, Scratch H et F.
- 2.8 Lots : des lots seront distribués sur le podium et d'autres par tirage au sort des n° de dossard. Si un dossard n'est pas présent lors de la remise des prix, un autre tirage au sort remettra en jeu le lot.
- 2.9 Toute réclamation sur un point du déroulement de la course doit être déposée par écrit auprès du Jury de Course après l'affichage des résultats officiels sur l'aire d'arrivée.
- 2.10 Le comité d'organisation a souscrit une assurance « responsabilité civile » propre à l'évènement. Il n'assure pas les coureurs. En cas d'accident une déclaration dans les 48 h devra être faite auprès de l'assurance par le concurrent ou tierce personne.
- 2.11 Les participants autorisent les organisateurs de l'Etape de la Pierre ainsi que les ayants-droit tels que partenaires et média, à utiliser les images fixes ou et audiovisuelles sur lesquelles ils pourraient apparaître, prises à l'occasion de leur participation à l'étape de l'étape de la Pierre sur des supports y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires, dans le monde entier et pour la durée la plus longue prévue par la loi.
- 2.12 Les concurrents reconnaissent la non-responsabilité des organisateurs pour la surveillance des biens ou des objets en cas de vol ou de perte.
- 2.13 Les organisateurs ne sauraient en aucun cas répondre des conséquences dommageables imputables à une non-conformité de l'équipement des participants qui n'aurait pu être décelée lors des opérations de vérification. Les coureurs seront contrôlés (dossard, DVA) à l'entrée de leur ligne de départ.
- 2.14 Les coureurs devront suivre les instructions pour les parkings et avoir leur véhicule équipé pour l'hiver.
- 2.15 L'organisation ne peut en aucun cas être tenue responsable en cas d'accident d'un concurrent ou de défaillance consécutive à un mauvais état de santé ou à une préparation physique insuffisante ;
- 2.16 En cas de casse de matériel, ski ou bâton peuvent être changés. En aucun cas l'organisation n'est obligée de fournir le matériel de change. Les changements de skis se font uniquement dans les zones autorisées par le jury. (Points de contrôle)
- 2.17 Un Briefing via Facebook la veille et rappel des consignes de sécurité aura lieu sur l'aire de départ 15 minutes avant départ de chaque parcours.

3 - RAVITAILLEMENT INTERDIT sous peine de disqualification sur les parcours

Les coureurs devront être en autonomie (nourriture et boisson)

4 - MATERIEL OBLIGATOIRE PAR PERSONNE (sur la base du règlement FFME)

- 4.1 Skis d'au moins 60 mm de largeur au patin, 80 mm à la spatule et 70 mm au talon avec carres métalliques sur au moins 90 % de la longueur. La mesure du fabricant sera retenue (minimum 160 cm pour les hommes et 150 cm pour les femmes).
- 4.2 Les fixations (avant et arrière) doivent être du même fabricant et permettre le mouvement des talons à la montée et leur blocage à la descente avec système de déclenchement latéral et frontal. Avec stop ski obligatoire. Voir règlement FFME.
- 4.3 Une paire de peau anti-recul pour la course (une paire de peau anti recul de rechange dans le sac à dos recommandée).
- 4.4 Chaussures montantes au-dessus de la malléole avec semelle crantée type Vibram avec 2 serrages efficaces (un au collier et l'autre sur le coup de pied). Les crans devront recouvrir 100% de la surface et leur profondeur ne pourra être inférieure à 4 mm. Elles doivent être compatibles avec l'utilisation de crampons.

- 4.5 Un sac à dos. Durant l'étape, pour des raisons de sécurité, le sac à dos doit être porté individuellement avec le matériel de secours.
- 4.6 Bâtons diamètre maximum 25 mm avec rondelles en plastique.
- 4.7 Une couverture de survie de 1,80 m2 minimum, sans modification après la sortie d'usine.
- 4.8 Une gourde pleine de 1 litre minimum.
- 4.9 Vêtements haut du corps, manches longues, à la taille du concurrent. Trois épaisseurs minimums dont une « coupe-vent ». Une quatrième couche thermique à manches longues "vêtement qualité haute montagne". 280g pour les hommes set 250g pour les femmes.
- 4.10 Vêtements bas du corps, jambes longues, à la taille du concurrent. Deux épaisseurs minimums dont un coupe-vent.
- 4.11 Une paire de lunettes et de gants, un bonnet, un sifflet.
- 4.12 Une pelle à neige non modifiée, sortie d'usine (conforme aux normes FFME).
- 4.13 Un appareil de détection en avalanche, DVA 457 khz, conforme aux exigences de la norme EN 300718 (UIAA ou CE), tri antennes. Le DVA doit être porté à l'intérieur de la combinaison, dans une poche qui ferme ou dans son portage d'origine sur le sous pull jamais visible.
- 4.14 Une paire de crampons 10 pointes minimum, dont deux à l'avant conformes à UIAA 153, munis d'une lanière de sécurité et réglés et adaptés à la chaussure du concurrent. Ils devront être rangés dans vos sacs à dos quand ils ne sont pas utilisés
- 4.15 Sonde de 2,40 m de long conforme à la norme FFME
- 4.16 Casque obligatoire, fermé tout au long de la course, conforme aux normes CE EN 12492 et CE EN 1077 classe B.
- 4.17 Carte d'identité (copie) et n° téléphone de la personne à prévenir en cas d'incident. Ils doivent être présentables à tout moment durant la course.

5 - PENALISATION

Les pénalisations en accord avec FFME s'appliqueront à :

- 5.1 Tout objet demandé par l'Organisation et manquant au contrôle.
- 5.2 Non-respect des conditions du port du dossard.
- 5.3 En cas d'assistance hors points de contrôle de la course.
- 5.4 Pour abandon de matériel ou de détrit.

Toutes les pénalités seront attribuées par le jury de course et pourront être graduées de 30 secondes jusqu'à la disqualification.

6 - DISQUALIFICATION

- 6.1 Départ avant l'heure fixée par les organisateurs. Non passage à un point de contrôle.
- 6.2 Imprudence ou erreur grave.
- 6.3 Pour tout matériel de sécurité manquant ou non-conforme.
- 6.4 Tout irrespect ou insulte envers tout participant à la compétition : coureurs, bénévoles, organisateurs.

7- INSCRIPTION

Ouverture des inscriptions : le 17 Novembre 2025

Tarif :

Parcours A et B : 40 € par personne

Le prix de l'inscription inclut : le dossard et un en-cas à l'arrivée

Inscription à faire auprès de l'Office de tourisme d'Arêches Beaufort sur

<https://www.areches-beaufort.com/evenement/letape-de-la-pierre/>

8 - CHRONOMETRAGE ELECTRONIQUE

Badge sur le dossard (Pas de dossard pas de chrono à l'arrivée)

9- ANNULATION DE L'EPREUVE

En cas d'annulation imposée à l'organisation par la Préfecture de la Savoie (conditions météorologiques nivologiques ou crise sanitaire) nous rembourserons l'inscription en gardant 5 euros par personne.

10- DESISTEMENT D'UN CONCURRENT

Si le désistement est demandé avant le 28 décembre 2025 à minuit, l'inscription sera remboursée avec une retenue de 5 €.

Si il est demandé avant le 2 janvier 2026 à minuit, l'inscription sera remboursée avec une retenue de 20 €.
Après le 2 janvier 2026, l'inscription ne sera pas remboursée.

11- LES CATEGORIES (conforme au règlement FFME)

U16, 15 et 16 ans dans l'année 2025, année de naissance 2011 et 2010

U18, 17 et 18 ans dans l'année 2025, année de naissance 2009 et 2008

U20, 19 et 20 ans dans l'année 2025 année de naissance 2007 et 2006

U23 21, 22 et 23 ans dans l'année 2025 (années de naissance 2005, 2004,2003)

Tous les autres âgés de 24 à 99 ans (années de naissance 1927 à 2002)

12 - HEBERGEMENT

Au moment de votre inscription, l'Office de Tourisme vous proposera une solution d'hébergement

13 - DRONES

Interdiction d'utiliser des Drones sur le parcours

V5 du 05/11/2025