



INFOS UTILES

































Inscriptions

A PARTIR DE QUEL ÂGE PUIS-JE PARTICIPER?

Quelle que soit la distance, seules les personnes nées en 2006 ou avant peuvent participer à La Dag. Les mineurs de moins de 16 ans au 31 décembre 2022 ne pourront donc pas s'inscrire.

Les mineurs devront, en plus de leur certificat médical, fournir une autorisation d'inscription signée par un représentant légal. Un modèle à remplir vous sera envoyé par mail après avoir validé votre inscription.

JUSQU'À QUAND PUIS-JE M'INSCRIRE?

Dans la limite des places disponibles, vous pourrez vous inscrire jusqu'au jeudi 22 septembre 2022 à 20h.

A noter que le 12 km est complet depuis début septembre ! Près de 1000 coureurs seront au départ. Nous encourageons celles et ceux qui souhaitent accompagner le mouvement à vous inscrire sur la distance du 6 km. Merci à toutes et à tous.

PUIS-JE M'INSCRIRE SUR PLACE?

Non































Certificat médical

DOIS-JE FOURNIR UN CERTIFICAT MÉDICAL POUR PARTICIPER ?

OUI. Le certificat est obligatoire pour participer au 6 km et au 12 km II doit être daté de moins d'un an à la date de la course et doit établir l'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition, de la course à pied en compétition ou de l'athlétisme en compétition.

COMMENT TRANSMETTRE MON CERTIFICAT MÉDICAL?

Vous pouvez envoyer la version numérique de votre certificat médical conforme à l'adresse suivante : contact@ladag.fr Ou vous pouvez apporter une version papier lorsque vous retirerez votre dossard. Attention celle-ci sera conservée par l'organisateur. Pensez éventuellement à prévoir une copie.

























Grandiouan





Retrait des dossards

OÙ ET QUAND PUIS-JE RETIRER MON DOSSARD POUR LA COURSE ?

Le retrait des dossards s'effectuera au DECATHLON ATLANTIS qui vous offre 10% de réduction sur le rayon running en présentant votre dossard.

> Vendredi 23 septembre de 16h à 20h Samedi 24 septembre de 10h à 19h



DE QUOI AI-JE BESOIN POUR RETIRER MON DOSSARD?

Une pièce d'identité, ma confirmation d'inscription recue par mail, mon certificat médical si je ne l'ai pas encore envoyé par mail à contact@ladag.fr. Attention, pensez éventuellement à apporter une copie de votre certificat médical qui sera conservée par l'organisateur.

JE NE POURRAI PAS VENIR. QUELQU'UN PEUT-IL RÉCUPÉRER MON DOSSARD ?

Oui c'est possible. Cette personne devra être munie de votre confirmation d'inscription. de votre pièce d'identité et de votre certificat médical si celui-ci n'a pas été envoyé par mail en amont de la course.

JE NE PEUX PAS VENIR ET PERSONNE NE PEUT Y ALLER POUR MOI. QUE PUIS-JE FAIRE?

Merci de nous contacter sur l'adresse mail suivante : contact@ladag.fr pour que nous trouvions ensemble une solution.

PUIS-JE DONNER MON DOSSARD À UN AMI ?

C'est interdit! En cas de problème, votre ami ne serait pas couvert par notre assurance.

PUIS-JE MARCHER OU COURIR SANS DOSSARD?

Les accès aux parcours sont exclusivement réservés aux participants dûment inscrits et munis de leurs dossards. Les accompagnateurs ne seront pas non plus autorisés sur le parcours pendant le temps de course, en revanche ils pourront encourager les participants dans l'enceinte du Stade de La Beaujoire.





























Stationnement et accés à la ligne de départ

EST-IL POSSIBLE DE STATIONNER MON VÉHICULE CÔTÉ JONELIÈRE ?

Non. Pour des raisons pratiques et logistiques le stationnement est interdit côté La Chapelle-sur-Erdre, route de la Jonelière. Nous invitons les participants et spectateurs de La DAG à stationner leurs véhicules aux parkings Ranzay et S3 du Stade de La Beaujoire réservés spécifiquement pour l'évènement.

COMMENT REJOINDRE LA LIGNE DE DÉPART?

En empruntant le Pont de La Jonelière, 15 minutes de marche à pied vous permettront de rejoindre la ligne de Départ située devant le Centre Sportif du FC Nantes, route de La Jonelière.































Départ à la Jonelière Dimanche 25 septembre

À QUELLE HEURE LE DÉPART DE LA MARCHE ET DE LA COURSE ?

Il est recommandé à chaque participant de se présenter au moins 15 minutes avant le départ de son épreuve.

Départ 6 KM à 9h00 Départ 12 KM à 9h20

COMMENT S'ORGANISE LE DÉPART?

Un premier sas est réservé aux marcheurs du 6 KM dont le départ est donné à 9:00. Les marcheurs devront avancer jusqu'à l'arche de départ située devant le Centre Sportif de La Jonelière. Les coureurs du 12 KM devront patienter dans le deuxième sas en amont de la Route de La Jonelière pour permettre le départ de la marche de 6 KM. Suite aux départs des marcheurs à 9:00, les coureurs du 12 KM pourront alors s'avancer jusqu'à l'arche de départ pour prendre position avant le départ de la course qui sera donné à 9:20.

DES CONSIGNES SONT-ELLES PRÉVUES ?

Non. Nous invitons les participants à prendre leurs dispositions car aucune consigne ni vestiaire ne sera disponible le jour de l'évènement.

DES ACCROCHES POUR LES DOSSARDS SONT-ELLES FOURNIES?

Non, celles-ci ne sont pas fournies. Pensez à vos attaches de dossards le jour de la course.

DES TOILETTES SONT-ELLES PRÉVUES ?

Oui, des toilettes sont à la disposition des coureurs accessibles à la Plaine de Jeux de la La Jonelière avant le Départ.





























La course

UN RAVITAILLEMENT EST-IL PRÉVU?

Oui. un ravitaillement est prévu au pied du Pont de La Jonelière: KM 2 pour les marcheurs, KM 9 pour les coureurs (voir parcours). Un ravitaillement final est également prévu à l'arrivée au Stade de La Beaujoire.

Y AURA-T-IL UN CLASSEMENT OU CHRONOMÉTRAGE?

Non, La DAG étant une course festive et sans pression, aucun classement, ni chrono ne sera réalisé. Nous invitons les amateurs de performance à se munir de leur propre montre connectée pour connaître leur temps.

EN CAS DE BLESSURE, QU'EST-IL PRÉVU?

Les secouristes de l'UNASS, 2 postes de secours et 2 véhicules sanitaires légers nous accompagnent sur l'ensemble du parcours pour veiller à la santé et sécurité de l'ensemble des participants.

EST-IL POSSIBLE DE COURIR SUR LE 6 KM?

Oui la distance courte peut être réalisée en marchant ou en courant. Ce parcours de 6 KM est destiné aux marcheurs et aux coureurs de niveau modeste.

Y-A-T-IL UN TEMPS MAXIMUM POUR FINIR LE 12 KM?

Tous les participants qui ne seraient pas arrivés après 1h45 d'épreuve seront mis hors course.































L'arrivée à la Beaujoire

UN RAVITAILLEMENT EST-IL PRÉVU À L'ARRIVÉE POUR LES PARTICIPANTS ?

Oui, les participants y accéderont en remontant les gradins vers la coursive de la Tribune Présidentielle.

DES TOILETTES SONT-ELLES PRÉVUES ?

Oui, des toilettes sont disponibles dans l'enceinte du stade.

COMMENT SOUTENIR SON COUREUR OU MARCHEUR?

Les familles et amis des participants pourront accéder aux gradins de la Tribune Présidentielle du Stade de La Beaujoire pour encourager l'arrivée des marcheurs et coureurs.

COMMENT ACCÉDER AU STADE DE LA BEAUJOIRE?

Supporters et spectateurs des participants pourront accéder au Stade de la Beaujoire par l'entrée B au niveau des grilles principales à partir de 8h00.

UN SERVICE DE RESTAURATION EST-IL PRÉVU POUR LES SPECTATEURS AU STADE ?

Oui, un foodtruck proposant boissons chaudes, froides et viennoiseries sera stationné devant la boutique du FC Nantes.

LES MARCHEURS PEUVENT-ILS ATTENDRE LES COUREURS AU NIVEAU DE LA PELOUSE ?

NON, nous demandons aux marcheurs et aux coureurs, à la fin de l'épreuve de franchir la ligne d'arrivée et regagner immédiatement les gradins afin de ne pas gêner l'arrivée des autres participants.

PEUT-ON ACCÉDER À LA PELOUSE DU STADE?

NON, il est strictement interdit de pénétrer sur l'aire de jeu du Stade de la Beaujoire. Nous invitons le public, les marcheurs et coureurs, au terme de l'épreuve à rester en tribune Présidentielle. Nous comptons sur votre respect et civisme pour le bon déroulement de l'évènement.



























