

Coupe
journal « LA GRUYERE »
2020
(44 ème édition)

1. BUT

La Coupe « La Gruyère » des courses populaires a été créée en 1977 par le Sporting Athlétisme Bulle et par les FSG de la Gruyère sur une idée de Pierre-Noël Bapst et Maurice Perrinjaquet.

Elle a pour idéal de promouvoir la pratique de la course à pied dans le sud du canton de Fribourg comme sport pour tous et comme sport de compétition.

2. DEFINITION

La Coupe est ouverte à toutes les personnes domiciliées en Gruyère, Veveyse et Glâne, ou affiliées à un club de ces trois districts.

La Coupe consiste en une compétition par points dans chacune des catégories prévues. Elle établit aussi un classement interclubs.

3. LES 9 CLUBS MEMBRES

Les sociétés suivantes font partie de l'organisation de la Coupe « La Gruyère » :

| | |
|----------------------------|--|
| SA Bulle | FSG Gym-Hommes Broc |
| FSG Bulle | |
| La Corrida Bulloise | Ski Club Im Fang |
| CS Marsens | CS Vallée du Flon |
| CS Neirivue | CARC Romont |
| FSG Charmey | Les Assoiffés Botterens |
| FSG Sâles | FSG La Persévérance Châtel-St-Denis |
| CS Hauteville | Les Sansoucis |
| Chouettes-Team | Team Lys'Alp |
| Ski-club Le Cergny Vaulruz | |

4. ORGANISATION

Pour l'année 2020, Benoît Fragnière est chargé d'établir les classements individuels et interclubs.

Après chaque course, les responsables des clubs peuvent télécharger les résultats sur le site www.chronometrage.ch et par la suite transmettre les nouveaux inscrits ou les corrections éventuelles par e-mail à benoit.fragniere@websud.ch
Le but est de pointer les participants inscrits à la Coupe afin d'éviter des oublis lorsque les données ne sont pas correctement écrites (année, club...)

Si la disponibilité des résultats fait défaut sur internet. L'organisateur de la course figurant au calendrier adressera, au plus tard le lendemain de la manifestation, deux listes de résultats au responsable du décompte.

5. CATEGORIES

Les catégories suivantes donnent droit à l'attribution du titre de « Champion » ou « Championne » de la coupe LA GRUYERE 2020

| | | |
|-------|--------------------------------|--------------------------------|
| ■ F17 | Cadettes A/B | 2003 - 2006 |
| ■ F19 | Dames-Juniores | 2001 - 2002 |
| ■ F20 | Dames | 1981 - 2000 |
| ■ F40 | Dames 1 | 1971 - 1980 |
| ■ F50 | Dames 2 | 1970 et plus âgées |
| ■ FSH | <i>féminin Sport Handicap</i> | <i>2006 et plus âgés/âgées</i> |
| ■ M17 | Cadets A/B | 2003 - 2006 |
| ■ M19 | Juniors | 2001 - 2002 |
| ■ M20 | Seniors | 1981 - 2000 |
| ■ M40 | Vétérans 1 | 1971 - 1980 |
| ■ M50 | Vétérans 2 | 1961 – 1970 |
| ■ M60 | Vétérans 3 | 1960 et plus âgés |
| ■ WK | Walking, Nordic-Walking | 2006 et plus âgés |
| ■ MSH | <i>masculin Sport Handicap</i> | <i>2006 et plus âgés/âgées</i> |

Dans le but de mieux encadrer nos jeunes athlètes « fougueux », les organisateurs de la coupe, se sont engagés à proposer des épreuves avec des distances mieux adaptées **aux cadets M17 et cadettes F17 de 3 à 8km**

Les Juniors et dames-Juniores sont autorisés à effectuer le parcours des Seniors.

Les délégués ont adoptés en 2012, la création de deux nouvelles catégories dans la coupe soit F50 Dames 2 et M60 Vétérans 3.

Les délégués ont adoptés en 2018, la création de deux nouvelles catégories dans la course adaptée en séparant les hommes et les femmes.

Les participants qui ne respectent pas les distances correspondantes à leurs catégories proposées par l'organisateur, marqueront uniquement **20 points** de participation. La falsification de son année de naissance n'est pas autorisée !

6. INSCRIPTIONS

Les participants de 2019 sont automatiquement réinscrits pour la période 2020. Toute nouvelle inscription à la Coupe doit se faire individuellement par e-mail. Un changement d'adresse, de Club, ou d'email doit être signalé. Elles doivent être validées avant le 19 avril 2020.

Afin d'éviter des oublis dans le classement, il est important de fournir pour chacun les données suivantes par e-mail.

NOM - PRENOM - ANNEE - CATEGORIE + **ADRESSE complète**

Ils doivent aussi annoncer les épreuves aux quelles ils ont participées durant l'année pour obtenir le décompte des points avec effet rétroactifs.

7. ATTRIBUTION DES POINTS

Les points pour toutes les catégories seront attribués de la manière suivante :

7.1

F17, F19, F20, F40, F50

M17, M19, M20, M40, M50, M60

100 points au premier
95 points au deuxième
91 points au troisième
88 points au quatrième
86 points au cinquième
85 points au sixième
84 points au septième
83 points au huitième

dès la 89ème, chaque participant marque 2 points.

*La participation dans la catégorie **Walking, Nordic-Walking** marque 20 points.*

*La participation dans le relais **Gruyère Running** Hauteville marque 40 points.*

Un résultat de semi-marathon doit être communiqué dans les délais avec son justificatif.

Remarque 1 :

La participation à une épreuve dans une autre catégorie que la catégorie officielle permet de marquer 20 points.

Remarque 2 :

Si la neutralisation d'une course par l'organisateur affecte les résultats, les participants pénalisés recevront le même nombre de points que le résultat le plus faible avant la neutralisation et en tenant compte de la catégorie.

Calendrier pour 2020: 11 épreuves.

| | | |
|-------------------------------|--|---|
| Di/So 19.04.2020 | 49 ^{ème} COURSE DE RELAIS EN FORÊT BULLE Relais 3 x 6,0 Km Dénivellation 150 m Classement individuel et par équipe | Sporting Athlétisme Bulle, case postale 73, 1630 Bulle Bulle – Stade de Bouleyres www.sabulle.ch – benoit.fragniere@websud.ch www.chronometrage.ch |
| Sa/Sa 16.05.2020 | 8 ^{ème} Gruyère Running – Tour du lac 19,8Km individuel - Hauteville relais 8,8Km/10,9Km, WK 6,5Km (relais à deux, changement à Botterens) | Club Sportif Hauteville, Section course à pied Hauteville - Salle Otavella www.gruyere-running.ch – info@gruyere-running.ch |
| Je/Do 21.05.2020 | 46 ^{ème} COURSE DES 3 PONTS BROC 0,6 - 1,0 – 2,0 – 3,0 - 10,55 Km, Dénivellation 125 m | Gym-Hommes, 1636 Broc Broc – Halle de gym www.3ponts.ch - chassotf@gmail.com |
| Ve/Fr 12.06.2020 | 26 ^{ème} À TRAVERS SÂLES 1,1 – 1,8 – 2,5 – 8,03Km / Déniv.100m Walking 4,6Km | FSG Sâles, case postale 23, 1625 Sâles Sâles - Centre sportif La Lisière www.a-travers-sales.ch – course@a-travers-sales.ch |
| Da/So 21.06.2020 | 41 ^{ème} course de montagne NEIRIVUE-LE MOLESON 10,6 Km, dénivellation 1'290 m Course Jeunesse au village | CS Neirivue Neirivue - Halle de gym www.neirivue-moleson.ch - info@neirivue-moleson.ch |
| Ve/Fr 21.08.2020 | SOIREE POPULAIRE SUR PISTE BULLE « 5000m » 12tours ½ Championnats Fribourgeois (Open) | Sporting Athlétisme Bulle, case postale 73, 1630 Bulle Bulle – Stade de Bouleyres www.sabulle.ch – benoit.fragniere@websud.ch www.chronometrage.ch |
| Di/So 20.09.2020 *Bonus | 40 ^{ème} COURSE EN FORET ROMONT 0,4 - 0,8 – 1,8 – 3,0 – 7,5 - 14,7 Km | CARC Romont, case postale 303, 1680 Romont Romont – Montagne de Lussy www.carc.ch/course-en-foret - marcel.wider@gmail.com |
| Sa/Sa 10.10.2020 | 25 ^{ème} COURSE CONTRE LA MONTRE «Chupia à Pantè» MARSENS 0,7 – 2,3Km (départ en ligne) 5,91Km (départ individuel) | CS Marsens Marsens – Ferme communale www.chupia.ch – informations@chupia.ch |
| Di/So 08.11.2020 | 44 ^{ème} TROPHEE DE LA VALLEE DU FLON, PORSEL 1,0 – 2,0 – 5,5 - 12,5 km Dénivellation 220 m | CS Vallée du Flon, 1698 Bouloz Porsel – Halle de gym www.csvf.ch – info@csvf.ch |
| 2020 | Un semi-marathon 21,1Km de plaine ou de montagne dans le monde... Temps de passage d'un marathon valable | Votre résultat officiel doit être justifié et annoncé avant le 19 novembre 2020 benoit.fragniere@websud.ch |
| Sa/Sa 21.11.2020 | 45 ^{ème} CORRIDA BULLOISE BULLE 0,6 – 6,15 – 8,15Km | Corrida Bulloise Bulle - Grand-Rue www.corrida-bulloise.ch - info@corrida-bulloise.ch |

Organisation 2020 44^{ème} coupe par la FSG Sâles
➔ Soirée de clôture, le 28 novembre 2020
Lieu à définir ?

Le coordinateur de la Coupe journal LA GRUYERE
 Benoît Fragnière, Chemin du Comte-Michel 6, 1630 Bulle, Tél. 079 440 49 35
 e-mail : benoit.fragniere@websud.ch www.chronometrage.ch

10. PRIX RECOMPENSES

Un prix souvenir sera offert à tous les participants ayant accompli au moins **quatre courses**. (Walking et Sport Handicap inclus)

Le club responsable pour l'année organisera à la fin de la saison, à une date qu'il fixera et communiquera aux autres clubs, une proclamation des résultats avec remise des challenges et prix spéciaux.

11. TOURNUS DES CLUBS RESPONSABLES DE L'ORGANISATION

| | |
|--------------------------|---|
| 1977 SA Bulle | 2001 CS Vallée du Flon |
| 1978 SA Bulle | 2002 FSG Persévérance Châtel-St-Denis |
| 1979 SA Bulle | 2003 FSG Bulle |
| 1980 FSG Neirivue | 2004 CS Hauteville |
| 1981 FSG Marsens | 2005 CARC Romont |
| 1982 FSG Bulle | 2006 FSG Broc |
| 1983 CARC Romont | 2007 TV Jaun |
| 1984 FSG Gym-Hommes Broc | 2008 FSG Charmey |
| 1985 CS Vallée du Flon | 2009 CS Marsens |
| 1986 TV Jaun | 2010 2010 FSG Sâles |
| 1987 FSG Charmey | 2011 SA Bulle |
| 1988 FSG Marsens | 2012 CS Neirivue |
| 1989 FSG Neirivue | 2013 CS Vallée du Flon |
| 1990 SA Bulle | 2014 La Corrida Bulloise / FSG Bulle / SA Bulle |
| 1991 CS Vallée du Flon | 2015 CS Hauteville |
| 1992 FSG Bulle | 2016 CARC Romont |
| 1993 CARC Romont | 2017 Ski Club Le Cergny Vaulruz |
| 1994 FSG Gym-Hommes Broc | 2018 FSG Broc |
| 1995 TV Jaun | 2019 CS Marsens |
| 1996 FSG Charmey | 2020 FSG Sâles |
| 1997 FSG Marsens | 2021 CS Neirivue |
| 1998 FSG Sâles | 2022 SA Bulle |
| 1999 FSG Neirivue | 2023 CS Vallée du Flon |
| 2000 SA Bulle | 2024 La Corrida Bulloise |

12. DIVERS

Les clubs membres organisant une épreuve comptant pour la Coupe doivent permettre aux coureurs de s'inscrire, **sans prix souvenir**, moyennant une finance de Fr. 20.- maximum. Un supplément de Fr. 3.- à Fr. 5.- est admis pour une inscription hors délai ou sur place. Une exception est accordée à la Corrida Bulloise qui ne peut pas garantir le montant limite. (La Corrida de part son organisation grandissante et couteuse doit aligner ses prix sur les autres grandes classiques)

Chaque programme ou règlement devra clairement indiquer que la course est au calendrier de la Coupe journal **LA GRUYERE**. Il est obligatoire de faire apparaître le logo LA GRUYERE dans le libretto et dans la liste de résultats.

Une banderole LA GRUYERE doit aussi être installée dans l'espace de la manifestation. (prendre contact avec Monnairon Valentin 076/ 382 24 86 valentin.monnairon@lagruyere.ch)

En cas de parrainage d'un autre journal, il est indispensable de prendre contact avec l'administrateur de <https://www.media-f.ch/> pour trouver un accord de partage.

Une annonce gratuite vous est offerte dans la rubrique « **FAITES VOS LOISIRS** » moyennant un minimum de 6 x 1 inscription gratuite.

Veillez vous annoncer 3 semaines à l'avance chez le responsable marketing Valentin Monnairon 076/382 24 86 valentin.monnairon@lagruyere.ch

La commission de la Coupe est composée de deux membres de chaque société ou club organisateur. Elle est compétente pour trancher tous les cas non prévus par le présent règlement. Chaque société ou club organisateur à droit à une voix.

Le club organisateur convoque les responsables de la Coupe pour élaborer le calendrier de l'année suivante avant la soirée de proclamation des résultats. Il transmet à la presse les informations et les résultats intermédiaires et finals.

Ce règlement a été établi selon les décisions prises par les délégués des clubs présents lors de l'assemblée du lundi 18 novembre 2019 à Vuippens.

Adresse du responsable 2020: FSG Sâles
Pierre-André Kolly, Les Mosses 30, 1625 Sâles
079/ 872 35 65 pakkolly@bluewin.ch

Bulle, décembre 2019



Le Coordinateur :
Benoît Fragnière
Ch. du Comte Michel 6
1630 Bulle
Mobile: 079 / 440 49 35

e-mail: benoit.fragniere@websud.ch
www.chronometrage.ch