

Coupe

journal « LA GRUYERE »

2023

(45 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 / CS Broc
FSG Bulle	
La Corrida Bulloise/FSG Bulle	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	CS Le Pâquier

Proposition : Athletica Veveyse 2024 ?

4. ORGANISATION

Pour l'année 2023, 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 2023

■ F17	Cadettes A/B	2006 - 2009
■ F19	Dames-Juniores	2004 - 2005
■ F20	Dames	1984 - 2003
■ F40	Dames 1	1974 - 1983
■ F50	Dames 2	1973 et plus âgées
■ FSH	*féminin Sport Handicap	2007 et plus âgés/âgées
■ M17	Cadets A/B	2006 - 2009
■ M19	Juniors	2004 - 2005
■ M20	Seniors	1984 - 2003
■ M40	Vétérans 1	1974 - 1983
■ M50	Vétérans 2	1964 – 1973
■ M60	Vétérans 3	1963 et plus âgés
■ WK	Walking, Nordic-Walking	2007 et plus âgés
■ MSH	*masculin Sport Handicap	2007 et plus âgés/âgées

(*) L'organisateur s'engage dans un processus inclusif pour permettre la participation sportive à une course adaptée dans le respect de la charte de Special Olympics Unified !

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

Les délégués ont adopté 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 inscriptions doivent se faire individuellement en ligne sur le site :

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeIFt3w8VCVYU-f1bcepGmxula2Ci-3oO03E6g3JMd2DIKzUA/viewform?usp=pp_url

Un fichier EXCEL est à disposition pour les inscriptions groupées des clubs.
Un changement d'adresse, de Club, ou d'email doit être signalé
Ils doivent aussi annoncer les épreuves auxquelles ils ont participé durant l'année pour obtenir le décompte des points avec effet rétroactifs.

Les clubs ne s'engagent pas financièrement lors de l'inscription de leurs membres.
Un décompte sera effectué en fin de saison uniquement sur les membres classés.

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.

7.2 Course « Joker »

Afin d'encourager les coureurs à participer à **une nouvelle épreuve** ou à une épreuve menacée de disparition à cause **d'une participation trop faible**. Chaque année, une course sera choisie par l'assemblée des délégués.

***Bonus :** non activé pour 2023

L'épreuve avec Le Bonus accorde 10 points supplémentaires à tous

7.8 Interclubs

Le classement interclub sera établi par addition de tous les points obtenus par les athlètes inscrits à la Coupe.

Un participant doit figurer au minimum dans **2 manches** pour que ses points soient attribués à son club.

7.9 Classement final individuel

Les **6** meilleurs résultats seront pris en considération pour le classement final individuel. Chaque athlète devra toutefois être classé dans **4** courses au moins pour figurer au classement final.

En cas d'égalité entre les premiers d'une catégorie, la totalité des points récoltés dans toutes les courses effectuées les départagera. Toutefois, en cas de nouvelle égalité de points, c'est le rang de la dernière course *voir précédente* qui sera déterminant pour désigner le gagnant.

Pour la catégorie WK Walking la participation au classement final est fixée à **4** épreuves. (classement alphabétique sans mentionner les rangs)

8. FINANCES

Les clubs membres de la Coupe versent un montant de CHF 100.-

Le club qui organise une épreuve comptant pour la Coupe verse le montant de CHF 150.- par épreuve.

En outre, chaque club payera, sur la base d'une facture établie par le responsable central, une contribution de CHF 10.- **par coureur classé** à la fin de la saison.

Les individuels payent une finance de CHF 30.- par année.

Cette contribution devra être encaissée en fin de saison au près du club organisateur et responsable pour la saison.

Calendrier pour 2023: 10 épreuves.

Di / So 16.04.2023	50^{ème} COURSE DE RELAIS EN FORÊT Bulle – Stade de Bouleyres Relais 3 x 6,0 km Dénivellation 150 m Course de relais jeunesse 3 x 1250m	Sporting Athlétisme Bulle www.sabulle.ch www.chronometrage.ch benoit.fragniere@websud.ch
Je / Do 18.05.2023	47^{ème} COURSE DES 3 PONTS Broc – Complexe Sportif de la Plaine des Marches 10,25 km Dénivellation 180 m Walking / Nordic 6,25 km Courses jeunesse 500 m – 1,5 km – 2,6 km – 3,0 km	FSG Gym-Hommes, CS Broc www.3ponts.ch chassotf@gmail.com
Ve / Fr 09.06.2023	28^{ème} À TRAVERS SÂLES Sâles – Centre sportif La Lisière 8,03 km Dénivellation 100 m Courses jeunesse 1,1 km – 1,8 km	FSG Sâles www.a-travers-sales.ch course@a-travers-sales.ch
Di / So 18.06.2023	43^{ème} NEIRIVUE – LE MOLÉSON Neirivue – Halle de gym 10,6 km Dénivellation 1290 m Courses jeunesse au village 500 m – 1,0 km – 2,0 km	CS Neirivue www.neirivue-moleson.ch info@neirivue-moleson.ch
Ve / Fr 18.08.2023	SOIREE POPULAIRE SUR PISTE Bulle – Stade de Bouleyres 5'000 m Championnats Fribourgeois (OPEN)	Sporting Athlétisme Bulle www.sabulle.ch www.chronometrage.ch benoit.fragniere@websud.ch
Di / So 17.09.2023	42^{ème} COURSE EN FORET DE ROMONT Romont – Montagne de Lussy 14,7 km Dénivellation 130 m Courses jeunesse 400 m – 800 m – 2,0 km – 3,0 km Juniors / Populaires 7,5 km Walking / Nordic 7,5 km	CARC Romont www.carc.ch/course-en-foret xaconus@bluewin.ch
Sa / Sa 07.10.2023	28^{ème} COURSE CONTRE LA MONTRE «Chupia Pantè» Marsens – Ferme communale 5,91 km (départ individuel) Dénivellation 132 m Courses jeunesse 700 m – 1,0 km – 2,0 km – 2,3 km	CS Marsens www.chupia.ch informations@chupia.ch
Di / So 05.11.2023	46^{ème} TROPHEE DE LA VALLEE DU FLON Porsel – Halle de gym 12,5 km Dénivellation 220 m Courses jeunesse 1,0 km – 2,0 km Juniors / Populaires 5,5 km Walking / Nordic 5,5 km	CS Vallée du Flon www.csvf.ch/trophee/accueil info@csvf.ch
## 2023	Un semi-marathon 21,1Km de plaine ou de montagne dans le monde... Temps de passage d'un marathon est accepté	Votre résultat officiel doit être justifié et annoncé avant le 15 novembre 2023 benoit.fragniere@websud.ch

Sa / Sa	46^{ème} CORRIDA BULLOISE	Corrida Bulloise
18.11.2023	Bulle – Grand-Rue 6,2 km – 8,2 km Jeunes 750 m – 1,15 km – 1,75 km – 3,15 km Populaires 3,2 – 6,2 km Walking / Nordic 7,75 km	www.corrida-bulloise.ch info@corrida-bulloise.ch

Organisation 2023 45^{ème} coupe par le SA Bulle
→ Soirée de clôture, le 25 novembre 2023
Salle polyvalente - Le Pâquier

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 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 Annulé
1997 FSG Marsens	2021 Annulé
1998 FSG Sâles	2022 FSG Sâles
1999 FSG Neirivue	2023 SA Bulle
2000 SA Bulle	2024 CS Vallée du Flon
	2025 CS Neirivue
	2026 La Corrida Bulloise / FSG Bulle
2027 CS Hauteville ?	
2028 CARC Romont	

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 CHF 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 2023 ?

Adresse du responsable 2023: SA Bulle
Patrick Clément
Chemin des Primevères 4, 1661 Le Pâquier-Montbarry
patrick.clement@ch.nestle.com

Bulle, février 2023



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