

CHALLENGE ROUTE NAC REGLEMENT



SAISON 2018-2019

Voici en quelques mots la présentation de notre challenge interne. Nous sélectionnons au cours de la saison une quarantaine de courses sur routes et chemins, conviviales ou (et) renommées, pas trop lointaines, pas trop longues, pas trop difficiles, pas trop de vent, pas trop de côtes, pas trop de pluie, bref on vous chouchoute... A vous de participer à au moins huit de ces courses... et vous êtes classé ! Ce n'est quand même pas demander le Pérou ! Po pom po pom, podium, brabançonne, miss, etc... Pour ceux qui font plus de huit courses seuls les huit meilleurs résultats sont retenus et un bonus est octroyé... Il est également permis de participer à n'importe quel marathon qui remplace alors les courses de la sélection ou s'y ajoute.

Vous trouverez des tas d'infos sur les courses que nous proposons, sur notre site internet sous Menu/Onglet : calendrier.

En fin de saison, en général à la mi-novembre, un souper gigantesque réunit tous les sympathisants. C'est alors que tous les classés reçoivent un prix !

Pour augmenter la convivialité, nous participons (sans obligation bien sûr) à quelques épreuves autres que des joggings, cela pouvant susciter de nouvelles vocations : un cross (le cross du RCABW en octobre), l'un ou l'autre trail « courte distance » (le 10 km à Braine-Le-Comte en février par exemple), une course sur piste (le 5000 m du Nac) et une course sprint (notre contre-la-montre de 1km780).

Article 1^{er}

- 1.1 Nous sommes là pour nous amuser avant tout !
- 1.2 Les mots d'ordre sont « sport, copains, bonne humeur et fête ».
- 1.3 L'esprit de compétition est créé d'abord pour se dépasser soi-même.

1.4 Il est conseillé **d'offrir un verre au bar au comité** après la course ; cela ne peut qu'être bénéfique pour votre classement.

Article 2

Cinq catégories DAMES et cinq catégories HOMMES sont récompensées. Pour les dames : dames 1 (18-29 ans), dames 2 (30-39 ans), aînées 1 (40-49), aînées 2 (50-59 ans), aînées 3 (60 ans et plus). Pour les hommes : seniors 1 (18-29 ans), seniors 2 (30-39 ans), vétérans 1 (40-49), vétérans 2 (50-59), vétérans 3 (60 ans et plus). La date de référence pour le passage de catégorie est celle de l'année civile.

Article 3

Près de quarante courses sont proposées au Challenge route NAC. Ces courses figurent au calendrier publié sur le site internet www.nacnivelles.net et affiché sur le panneau au stade. Le calendrier est généralement publié en 2 vagues successives : la première pour la période novembre-mars et la seconde (au printemps) pour la période mars-octobre dès que le calendrier des courses de la 2^{ème} partie de l'année est connu. Ce calendrier est toujours susceptible de modifications.

S'y ajoute n'importe quel marathon (maximum 2 par saison). Sont repris en fin de saison les huit meilleurs résultats de chaque athlète. Un bonus est octroyé à partir de la 9^{ème} participation (voir ci-après).

Pour les nouveaux membres, les résultats entrent en ligne de compte pour le challenge dès que leur affiliation est enregistrée (coordonnées complètes), qu'ils sont en ordre de cotisation, que leur attestation est rentrée et qu'ils disposent du maillot NAC qu'ils porteront à chaque course. Les participations aux courses antérieures ne sont pas prises en considération.

A partir de la fin août, les membres sont invités à renouveler leur inscription en rentrant leur attestation annuelle et en payant la cotisation avant le 1^{er} novembre, date du début de la nouvelle saison.

Pour les retardataires, les résultats des courses ne sont pas enregistrés au challenge mais sont tenus en suspens jusqu'à ce qu'ils régularisent leur situation à condition toutefois qu'ils le fassent avant le 30 novembre. Au-delà de cette date les résultats en suspens sont effacés et aucune régularisation n'est faite a posteriori. Le listing des inscrits NAC est ensuite mis-à-jour au début de chaque mois (et plus souvent si nous en avons l'occasion). Le classement du challenge est régulièrement complété dès que les résultats des courses sont connus. Seuls les résultats des Naqués en ordre figurant sur le dernier listing des inscrits NAC sont pris en considération.

Article 4

Attribution des points suivant la formule suivante :

place x 100 / nombre d'arrivées

C'est bien sûr celui qui a le moins de points qui gagne.

Exemple : un jogging réunit 232 partants ; celui qui termine 12^{ème} reçoit 12 x 100 / 232 = 5,172 points ;
le 184^{ème} a 79,310 points.

Seules exceptions à cette manière de calculer les points :

1. Les épreuves où deux distances **de 9 km ou plus** sont proposées : celui qui s'aligne sur la plus longue distance reçoit un bonus sous forme de 30% de ses points en moins ; pour la plus courte distance, une pénalité de 10% des points en supplément est donnée.
2. Les courses qui comptent moins de 200 participants classés seront assimilées à des courses sans points.
3. Certaines courses ne comptent pas pour des points mais vous permettent d'augmenter votre nombre de participations et d'ainsi bénéficier de bonus éventuels. Idem pour certaines activités NAC particulières. Ces activités et courses sans points sont précisées au calendrier. De plus, pour toute course inscrite au calendrier du Challenge route NAC, lorsqu'une distance courte de minimum 5 km mais inférieure à 9 km est proposée, cette distance courte compte toujours comme course sans point (même si cette distance n'est pas indiquée au calendrier).
4. Pour le **5000m** organisé par le NAC (en mai), pour les **20 km de Bruxelles** (fin mai), pour le **tour spaghetti** ainsi que pour les **marathons et les courses mesurées officiellement**, c'est la performance chronométrique (h:mm:ss) et elle seule qui compte. Voir en annexe les tableaux d'équivalence ou échelles qui indiquent les points obtenus en fonction du temps réalisé.

Note : par coureur, seuls 2 marathons maximum comptent pour des courses à points ; les autres marathons éventuels sont assimilés à des courses sans points.

La moyenne des huit meilleurs résultats de chaque athlète est effectuée. Des bonus sont éventuellement retirés selon les règles indiquées ci-dessous. Après déduction des bonus, la moyenne nette est calculée. Le classement dans chaque catégorie est effectué suivant la moyenne nette. En fin de saison, ceux qui ont effectué minimum 8 courses sont classés. Attention, pour figurer dans le classement de la catégorie en fin de saison, il faut impérativement avoir couru au moins 8 courses à points. Ceux qui ne satisfont pas à cette condition sont classés en 2^e série.

Un(e) Naqué(e) habitant à plus de 100 km de Nivelles est classé s'il a participé à minimum 6 courses.

Bonus : de la moyenne des huit courses on retire 1% par épreuve courue dès la 9ème mais avec un maximum de 10 %.

- Exemple : moyenne de 48,855 pour les 8 meilleurs résultats, 13 courses effectuées,
5% de bonus (13-8) sont retirés de 48,855 et la moyenne nette devient 46,412 points.
- Un bonus spécial supplémentaire de -2% est octroyé pour la participation aux activités particulières (avec un maximum de 10 %) :
 - le cross du RCABW organisé en novembre
 - les Relais Givrés (en janvier)
 - les Duos du Nac
 - le 5000m piste au stade de la Dodaine, un mercredi soir.
 - le tour spaghetti
 - le déplacement annuel en car à la fin de l'été
 - toute nouvelle activité, mise en place par le comité Nac

Un maximum de 20% de bonus total peut donc être atteint par athlète.

Article 5

Le classement du Challenge route NAC est régulièrement publié en cours de saison. Chacun est invité à vérifier que toutes ses performances ont été correctement enregistrées et à signaler, le cas échéant, les erreurs ou omissions.

En plus de la communication des résultats de leurs prestations, ceux qui participent à un marathon sont encouragés à en transmettre un compte-rendu.

Article 6

Pour participer au Challenge route NAC, il convient d'être fidèle à nos couleurs tout au long de la saison. Pour être classé lors d'une épreuve, il convient obligatoirement de s'inscrire sous le sigle d'appartenance NAC (ou RCABW), d'être en règle de cotisation vis-à-vis du NAC, d'avoir rentré une attestation valide pour la saison en cours, d'être en ordre administrativement (carte d'affiliation rentrée au secrétariat et coordonnées complètes communiquées au secrétariat) et de porter le maillot officiel NAC (ou RCABW).

Précisons également que les anciens maillots NAC ne peuvent plus être portés en compétition.

Nous insistons fortement sur cet article du règlement et soulignons qu'en plaçant le dossard sur le maillot NAC lors de chaque compétition, il importe de ne pas cacher les logos des sponsors avec le dossard !

Article 6 bis

Celui qui cache le logo des sponsors avec son dossard offrira le samedi suivant la tournée générale.

Article 7

Remise des prix/podiums : Tout lauréat d'un podium de catégorie se doit d'être présent personnellement lors de la cérémonie de remise des prix ayant lieu le 2^{ème} samedi du mois de novembre, pour recevoir son (ses) prix. Dans le cas contraire, son (ses) prix sera (seront) remis au suivant présent physiquement, selon l'ordre du classement.

Article 8

Les cas non prévus seront tranchés par le Comité NAC.

Annexes : marathon, 10 Miles, 5000m NAC, 20 km de Bruxelles et Tour Spaghetti (points en fonction du temps)

Annexes :

Maillot NAC - pour rappel

Le port du maillot officiel NAC (ou RCABW) est obligatoire en compétition.

Par respect pour nos sponsors, évitez ceci :



En compétition,

- **portez toujours le nouveau maillot (et non une ancienne version)**
- **placez le dossard au bas de votre maillot, en-dessous du logo de nos sponsors (voir ci-contre).**

Cfr les articles 6 et 6 bis du règlement du Challenge route NAC



Pour le **5000m** organisé par le NAC (en mai ou Août), pour les **20 km de Bruxelles** (fin mai), pour le **tour spaghetti** ainsi que pour les **marathons et les courses mesurées officiellement**, c'est la performance chronométrique (h:mm:ss) et elle seule qui compte. Les tableaux d'équivalence ou échelles ci-dessous indiquent les points obtenus en fonction du temps réalisé. Pour les 10 km, 20 km, semi-marathons et marathons mesurés, un tableau d'équivalence similaire est proposé, on peut le trouver sur le site Nac.

Ci-dessous le tableau d'équivalence des points pour le calcul du Challenge route NAC

(un incrément points ne sera plus utilisé pour l'ajustement – Exemple : les points jusqu'à la seconde 30 seront arrondis vers le bas et à partir de la seconde 31 vers le haut,...)

5000 m NAC		Tour Spaghetti		10 Miles		20 km de Bxl		Marathon	
14:00	0,0045	05:00	0,0090	00:48:00	0,0900	01:00	0,0900	02:15	0,1350
14:05	0,0090	05:02	0,0180	00:49:00	0,1170	01:01	0,1035	02:16	0,1440
14:10	0,0135	05:04	0,0270	00:50:00	0,1530	01:02	0,1215	02:17	0,1530
14:15	0,0180	05:06	0,0360	00:51:00	0,1980	01:03	0,1440	02:18	0,1620
14:20	0,0225	05:08	0,0450	00:52:00	0,2520	01:04	0,1710	02:19	0,1710
14:25	0,0270	05:10	0,0675	00:53:00	0,3150	01:05	0,2070	02:20	0,1800
14:30	0,0360	05:12	0,0900	00:54:00	0,3960	01:06	0,2520	02:21	0,1980
14:35	0,0450	05:14	0,1125	00:55:00	0,4950	01:07	0,3060	02:22	0,2160
14:40	0,0540	05:16	0,1350	00:56:00	0,6300	01:08	0,3690	02:23	0,2340
14:45	0,0630	05:18	0,1575	00:57:00	0,8100	01:09	0,4500	02:24	0,2520
14:50	0,0720	05:20	0,2025	00:58:00	1,0530	01:10	0,5490	02:25	0,2700
14:55	0,0810	05:22	0,2475	00:59:00	1,3770	01:11	0,6660	02:26	0,2880
15:00	0,0990	05:24	0,2925	01:00:00	1,8000	01:12	0,8010	02:27	0,3060
15:05	0,1170	05:26	0,3375	01:01:00	2,3490	01:13	0,9810	02:28	0,3240
15:10	0,1350	05:28	0,3825	01:02:00	3,0420	01:14	1,2060	02:29	0,3420
15:15	0,1530	05:30	0,4500	01:03:00	3,8790	01:15	1,4760	02:30	0,3600
15:20	0,1710	05:32	0,5175	01:04:00	4,8600	01:16	1,8360	02:31	0,3780
15:25	0,1890	05:34	0,5850	01:05:00	5,9670	01:17	2,2860	02:32	0,3960
15:30	0,2160	05:36	0,6525	01:06:00	7,1730	01:18	2,8260	02:33	0,4140
15:35	0,2430	05:38	0,7200	01:07:00	8,4600	01:19	3,4560	02:34	0,4320
15:40	0,2700	05:40	0,7875	01:08:00	9,8280	01:20	4,1760	02:35	0,4500
15:45	0,2970	05:42	0,8550	01:09:00	11,2770	01:21	4,9860	02:36	0,4680
15:50	0,3240	05:44	0,9225	01:10:00	12,8070	01:22	5,8410	02:37	0,4860
15:55	0,3510	05:46	1,0125	01:11:00	14,4000	01:23	6,7410	02:38	0,5040
16:00	0,3960	05:48	1,1025	01:12:00	16,0560	01:24	7,6860	02:39	0,5220
16:05	0,4410	05:50	1,1925	01:13:00	17,7570	01:25	8,6760	02:40	0,5400
16:10	0,4860	05:52	1,2825	01:14:00	19,4850	01:26	9,7110	02:41	0,5850
16:15	0,5310	05:54	1,3725	01:15:00	21,2400	01:27	10,7910	02:42	0,6300
16:20	0,5760	05:56	1,4625	01:16:00	22,9950	01:28	11,9610	02:43	0,6750
16:25	0,6210	05:58	1,5525	01:17:00	24,7500	01:29	13,1760	02:44	0,7200
16:30	0,7110	06:00	1,7325	01:18:00	26,5050	01:30	14,4360	02:45	0,7650
16:35	0,8010	06:02	1,9125	01:19:00	28,2600	01:31	15,7410	02:46	0,8550
16:40	0,8910	06:04	2,0925	01:20:00	30,0150	01:32	17,0910	02:47	0,9450
16:45	0,9810	06:06	2,2725	01:21:00	31,7700	01:33	18,4410	02:48	1,0350
16:50	1,0710	06:08	2,4525	01:22:00	33,5250	01:34	19,7910	02:49	1,1250
16:55	1,1610	06:10	2,6325	01:23:00	35,2800	01:35	21,1410	02:50	1,2150
17:00	1,2960	06:12	2,8125	01:24:00	37,0350	01:36	22,4910	02:51	1,4400
17:05	1,4310	06:14	2,9925	01:25:00	38,7900	01:37	23,8410	02:52	1,6650
17:10	1,5660	06:16	3,3525	01:26:00	40,5450	01:38	25,1910	02:53	1,8900
17:15	1,7010	06:18	3,7125	01:27:00	42,3000	01:39	26,5410	02:54	2,1150
17:20	1,8360	06:20	4,0725	01:28:00	44,0550	01:40	27,8910	02:55	2,3400
17:25	1,9710	06:22	4,4325	01:29:00	45,8100	01:41	29,2410	02:56	2,5650
17:30	2,1510	06:24	4,7925	01:30:00	47,5650	01:42	30,5910	02:57	2,7900
17:35	2,3310	06:26	5,1525	01:31:00	49,3200	01:43	31,9410	02:58	3,0150
17:40	2,5110	06:28	5,5125	01:32:00	51,0750	01:44	33,2910	02:59	3,2400
17:45	2,6910	06:30	6,0525	01:33:00	52,8300	01:45	34,6410	03:00	3,6900
17:50	2,8710	06:32	6,5925	01:34:00	54,5850	01:46	35,9910	03:01	4,1400
17:55	3,0510	06:34	7,1325	01:35:00	56,3400	01:47	37,3410	03:02	4,5900
18:00	3,3210	06:36	7,6725	01:36:00	58,0950	01:48	38,6910	03:03	5,0400
18:05	3,5910	06:38	8,2125	01:37:00	59,8500	01:49	40,0410	03:04	5,4900
18:10	3,8610	06:40	8,7525	01:38:00	61,6050	01:50	41,3910	03:05	5,9400
18:15	4,1310	06:42	9,2925	01:39:00	63,3600	01:51	42,7410	03:06	6,3900
18:20	4,4010	06:44	9,8325	01:40:00	65,1150	01:52	44,0910	03:07	6,8400
18:25	4,6710	06:46	10,5525	01:41:00	66,8700	01:53	45,4410	03:08	7,2900
18:30	5,0310	06:48	11,2725	01:42:00	68,6250	01:54	46,7910	03:09	7,7400
18:35	5,3910	06:50	11,9925	01:43:00	70,3800	01:55	48,1410	03:10	8,1900

18:40	5,7510	06:52	12,7125	01:44:00	72,1350	01:56	49,4910	03:11	8,6400
18:45	6,1110	06:54	13,4325	01:45:00	73,8900	01:57	50,8410	03:12	9,0900
18:50	6,4710	06:56	14,1525	01:46:00	75,6450	01:58	52,1910	03:13	9,5400
18:55	6,8310	06:58	14,8725	01:47:00	77,4000	01:59	53,5410	03:14	9,9900
19:00	7,2810	07:00	15,7725	01:48:00	79,1550	02:00	54,8910	03:15	10,4400
19:05	7,7310	07:02	16,6725	01:49:00	90,0000	02:01	56,2410	03:16	10,8900
19:10	8,1810	07:04	17,5725	01:50:00	90,0000	02:02	57,5910	03:17	11,3400
19:15	8,6310	07:06	18,4725			02:03	58,9410	03:18	11,7900
19:20	9,0810	07:08	19,3725			02:04	60,2910	03:19	12,2400
19:25	9,5310	07:10	20,2725			02:05	61,6410	03:20	12,6900
19:30	10,0260	07:12	21,1725			02:06	62,9910	03:21	13,1400
19:35	10,5210	07:14	22,0725			02:07	64,3410	03:22	13,5900
19:40	11,0160	07:16	23,0625			02:08	65,6910	03:23	14,0400
19:45	11,5110	07:18	24,0525			02:09	67,0410	03:24	14,4900
19:50	12,0060	07:20	25,0425			02:10	68,3910	03:25	14,9400
19:55	12,5010	07:22	26,0325			02:11	69,7410	03:26	15,3900
20:00	13,0410	07:24	27,0225			02:12	71,0910	03:27	15,8400
20:05	13,5810	07:26	28,0125			02:13	72,4410	03:28	16,2900
20:10	14,1210	07:28	29,0025			02:14	73,7910	03:29	16,7400
20:15	14,6610	07:30	30,0825			02:15	75,1410	03:30	17,1900
20:20	15,2010	07:32	31,1625			02:16	76,4910	03:31	17,7300
20:25	15,7410	07:34	32,2425			02:17	77,8410	03:32	18,2700
20:30	16,3260	07:36	33,3225			02:18	79,1910	03:33	18,8100
20:35	16,9110	07:38	34,4025			02:19	80,5410	03:34	19,3500
20:40	17,4960	07:40	35,4825			02:20	90,0000	03:35	19,8900
20:45	18,0810	07:42	36,5625			02:21	90,0000	03:36	20,4300
20:50	18,6660	07:44	37,6425			02:22	90,0000	03:37	20,9700
20:55	19,2510	07:46	38,8125			02:23	90,0000	03:38	21,5100
21:00	19,8810	07:48	39,9825			02:24	90,0000	03:39	22,0500
21:05	20,5110	07:50	41,1525			02:25	90,0000	03:40	22,5900
21:10	21,1410	07:52	42,3225			02:26	90,0000	03:41	23,1300
21:15	21,7710	07:54	43,4925			02:27	90,0000	03:42	23,6700
21:20	22,4010	07:56	44,6625			02:28	90,0000	03:43	24,2100
21:25	23,0310	07:58	45,8325			02:29	90,0000	03:44	24,7500
21:30	23,6610	08:00	47,0925			02:30	90,0000	03:45	25,2900
21:35	24,2910	08:02	48,3525					03:46	25,8300
21:40	24,9210	08:04	49,6125					03:47	26,3700
21:45	25,5510	08:06	50,8725					03:48	26,9100
21:50	26,1810	08:08	52,1325					03:49	27,4500
21:55	26,8110	08:10	53,3925					03:50	27,9900
22:00	27,4860	08:12	54,6525					03:51	28,5300
22:05	28,1610	08:14	55,9125					03:52	29,0700
22:10	28,8360	08:16	57,2625					03:53	29,6100
22:15	29,5110	08:18	58,6125					03:54	30,1500
22:20	30,1860	08:20	59,9625					03:55	30,6900
22:25	30,8610	08:22	61,3125					03:56	31,2300
22:30	31,5360	08:24	62,6625					03:57	31,7700
22:35	32,2110	08:26	64,0125					03:58	32,3100
22:40	32,8860	08:28	65,3625					03:59	32,8500
22:45	33,5610	08:30	66,8025					04:00	33,3900
22:50	34,2360	08:32	68,2425					04:01	33,9300
22:55	34,9110	08:34	69,6825					04:02	34,4700
23:00	35,6310	08:36	71,1225					04:03	35,0100
23:05	36,3510	08:38	72,5625					04:04	35,5500
23:10	37,0710	08:40	74,0025					04:05	36,0900
23:15	37,7910	08:42	75,4425					04:06	36,6300
23:20	38,5110	08:44	76,8825					04:07	37,1700
23:25	39,2310	08:46	78,4125					04:08	37,7100
23:30	39,9510	08:48	79,9425					04:09	38,2500

23:35	40,6710	08:50	90,0000		04:10	38,7900
23:40	41,3910	08:52	90,0000		04:11	39,3300
23:45	42,1110	08:54	90,0000		04:12	39,8700
23:50	42,8310	08:56	90,0000		04:13	40,4100
23:55	43,5510	08:58	90,0000		04:14	40,9500
24:00	44,3610	09:00	90,0000		04:15	41,4900
24:05	45,1710	09:02	90,0000		04:16	42,0300
24:10	45,9810	09:04	90,0000		04:17	42,5700
24:15	46,7910	09:06	90,0000		04:18	43,1100
24:20	47,6010	09:08	90,0000		04:19	43,6500
24:25	48,4110	09:10	90,0000		04:20	44,1900
24:30	49,2210	09:12	90,0000		04:21	44,7300
24:35	50,0310	09:14	90,0000		04:22	45,2700
24:40	50,8410	09:16	90,0000		04:23	45,8100
24:45	51,6510	09:18	90,0000		04:24	46,3500
24:50	52,4610	09:20	90,0000		04:25	46,8900
24:55	53,2710	09:22	90,0000		04:26	47,4300
25:00	54,1710	09:24	90,0000		04:27	47,9700
25:05	55,0710	09:26	90,0000		04:28	48,5100
25:10	55,9710	09:28	90,0000		04:29	49,0500
25:15	56,8710	09:30	90,0000		04:30	49,5900
25:20	57,7710				04:31	50,1300
25:25	58,6710				04:32	50,6700
25:30	59,5710				04:33	51,2100
25:35	60,4710				04:34	51,7500
25:40	61,3710				04:35	52,2900
25:45	62,2710				04:36	52,8300
25:50	63,1710				04:37	53,3700
25:55	64,0710				04:38	53,9100
26:00	64,9710				04:39	54,0000
26:05	65,8710				04:40	54,0000
26:10	66,7710				04:41	54,0000
26:15	67,6710				04:42	54,0000
26:20	68,5710				04:43	54,0000
26:25	69,4710				04:44	54,0000
26:30	70,3710				04:45	54,0000
26:35	71,2710					
26:40	72,1710					
26:45	73,0710					
26:50	73,9710					
26:55	74,8710					
27:00	75,7710					
27:05	76,6710					
27:10	77,5710					
27:15	78,4710					
27:20	79,3710					
27:25	80,2710					
27:30	90,0000					
27:35	90,0000					
27:40	90,0000					