

# RÈGLEMENT / PROGRAMME

CARLOS S   
NATURE EVENTS

---

GRANDE TRAIL DA SERRA D'ARGA®

15 JUILLET 2017

23 ET 24 SEPTEMBRE 2017



## Index

Index	01
1. Considérations générales	04
1.1. Condition d'âge	04
1.2. Inscription validée	04
1.3. Condition physique	04
1.4. Aide extérieur	04
1.5. Dossard	04
1.6. Le fair-play	04
2. L'évènement	05
2.1. Présentation	05
2.2. Programme	06
2.3. Distance, altimétrie et niveau de difficulté ATRP*	07
2.4. Carte/ itinéraire	07
2.5. Contrôle du temps	07
2.6. Barrières horaires	08
2.7. Points de contrôle	08
2.8. Points de ravitaillements	08
2.9. Matériel obligatoire	09
2.10. Lieux avec du trafic automobile	09
2.11. Pénalisations / Disqualification	09
2.12. Conditions de participation	10
2.13. Assurance	10
3. Inscriptions	10
3.1. Processus d'inscription	10
3.2. Prix d'inscription	10
3.3. Remboursement	11
3.4. Matériel inclus avec l'inscription	11
3.5. Secrétariat	11
4. Classement et récompenses	11
4.1. Date et lieu de remise des prix	11
4.2. Classement	11
5. Information	14
5.1. Comment arriver	14
5.2. Hébergement	14
6. Contrôles	14
7. Respect de l'environnement	15
8. Droits à l'image	15
9. Soutien d'urgence	15
10. Omissions	15
11. Autre information	15

\*ATRP – Association de Trail Running Portugaise

## Le secrétariat ne sera pas ouvert le dimanche

Les coureurs doivent recueillir leurs dossards avant le début de la compétition, suivant le calendrier ci-dessous:

Remise dossards GTSA		
Date	Horaire	Lieu
15 juillet (GTSA Vertical)	10h00 – 10h30	Quinta de Pentieiros (Ponte de Lima)
15 juillet (GTSA Sunset)	17h00 – 19h00	Ligne de départ (située près del'église paroissiale de Caminha)
21 septembre	17h00 – 20h00	Instituto Cuf - Porto
23 septembre	07h00 – 08h00	Dem (à côté de la ligne d'arrivée)
23 septembre	15h00 – 19h00	Dem (à côté de la ligne d'arrivée)

Note : il y a des milliers de participants en cette épreuve ; si vous venez en voiture vous pouvez ne trouver aucune place de stationnement.

## TRÈS IMPORTANT

- Il faut être en bonne forme physique pour participer ;
- L'inscription sur cette épreuve implique l'acceptation pleine et entière des règles ;
- Vous devez boire et manger convenablement dans les postes de ravitaillement ;
- Les premiers coureurs termineront la course principale en 5 heures (53 km 300 d+);
- L'inscription sera acceptée selon le principe du «premier arrivé, premier servi» ;
- Toutes les informations fournies par chaque participant doivent être légitimes ;
- Si un coureur inscrit ne peut pas participer; ou en cas d'annulation de l'événement en raison des conditions climatiques, l'organisation ne n'a pas l'obligation de rembourser le frais d'inscription ;
- Les modifications apportées aux données des participants ne seront pas acceptées après le 31 août 2017;
- Le contenu de ce manuel est sujet à changement sans préavis.

## **1. Considérations générales**

### **1.1. Âge minimum**

L'âge minimum pour participer à l'épreuve Grande Trail Serra d'Arga est de 18 ans.

### **1.2. Inscription**

La participation à l'épreuve entraîne l'acceptation sans réserve du présent règlement lors de l'inscription.

### **1.3. Condition physique**

- Il faut être en bonne forme physique pour participer à cet épreuve extrêmement exigeante (longues distances, terrains très montagneux, sentiers techniques et beaucoup de dénivèles).
- Chaque coureur doit savoir affronter des conditions météorologiques difficiles – chaleur, froid, vent fort, pluie intense ou neige.
- Chaque coureur doit savoir gérer son stress physique et mental et faire face à des situations défavorables pendant la course.
- Chaque coureur doit savoir comment gérer les problèmes physiques ou mentaux découlant de haute fatigue, les problèmes digestifs, les douleurs musculaires etc.

### **1.4. Aide extérieure**

Chaque coureur doit être la capacité de s'adapter aux problèmes rencontrés pendant la course. Aucune aide extérieure n'est autorisée, sauf dans les postes de ravitaillement.

### **1.5. Dossard**

Le dossard est remis individuellement à chaque coureur. Le dossard doit être visible en permanence et en totalité pendant toute la course. En cas d'abandon, le coureur doit redonner son dossard à l'organisation.

### **1.6. Règles de conduite sportif**

L'utilisation de langage offensant, les agressions verbales/physiques et autres comportements inappropriés ne seront pas tolérés et seront punis avec des pénalités ou disqualification.

## 2. L'évènement

### 2.1. Présentation

Le **Grande Trail da Serra d'Arga** est un évènement organisé par Carlos Sá Nature Events® avec le soutien et la collaboration de Desnível Positivo. Il compte également sur le soutien des maires de Caminha, Viana do Castelo et Ponte de Lima ; et le soutien des paroisses de Dem, São Lourenço da Montaria, Estorãos, Arga S. João, Arga de Cima et Arga de Baixo.

#### Épreuves :

Le 15 Juillet auront lieu les preuves GTSA Vertical, Trail Kids et GTSA Sunset, qui seront la présentation d'autres preuves de l'évènement en Septembre.

**GTSA Vertical** – commence à 11h à Estorãos et se termine à Senhora do Minho, couvrant 4 km avec D + 800m.

**Trail Kids** – commence à 12h00 au sommet de Senhora do Minho. Il aura les étapes et les distances suivantes:

- Jusqu'à 7 ans – **500 m**
- 7 – 10 ans – **1000 m**
- 10 – 13 ans – **1500 m**
- 13 – 16 ans – **2000 m**

**GTSA Sunset** – commence à 19h au centre du village de Caminha et se termine au même endroit. Il y aura deux distances:

- **Distance Aventure 32 km et 1100D +**, couvrant la colline de Santo Antão et Santa Tecla (Galice, Espagne), avec traversée de la rivière Minho en kayak, unissant ainsi les deux pays.
- **Distance 17 Km 460 + D**, couvrant la colline de Santa Tecla, avec traversée de la rivière Minho en kayak.

Les courses suivantes auront lieu le 23 septembre: **Ultra Trail 53 km** (la course principale de cet évènement) et **VI Trail Kids**.

**Ultra Trail 53 km** commence à 09h00, avec une distance de 53 km et un total d'altitude cumulé de 6 000 m; départ et arrivé à Dem. Cette course fantastique traverse des nombreux villages historiques préservés tels que S. João d'Arga, Mosteiro S. João de Arga, Arga de Baixo, Arga de Cima, Cerquido, S. Lourenço da Montaria (et sa rivière fantastique, Âncora) et Dem, appartenant à trois municipalités différentes: Caminha, Ponte de Lima et Viana do Castelo.

Le VI Trail Kids commence à 17 heures dans le village de Dem, à côté de la ligne d'arrivée de l'Ultra Trail 53 km. **VI Trail Kids** est divisé par les classes d'âge suivantes :

- Jusqu'à 7 ans – **500 m**
- 7 – 10 ans – **1000 m**
- 10 – 13 ans – **1500 m**
- 13 – 16 ans – **2000 m**

Le 24 septembre, trois compétitions auront lieu simultanément: **Trail Long, 33 km et 21 km** et **Trail Court 14 km**. Il y aura aussi une **randonnée de 7 km** de long. Toutes ces courses sont circulaires avec départ et arrivée à S. Lourenço da Montaria.

• **Trail Long 33 km** commence à 9h00, avec une distance d'environ 33 km et un écart cumulé de 3400m. Il traverse les sentiers de Serra d'Arga en passant par plusieurs zones d'intérêt comme la rivière Ancora, Pedrulhos, Calçada Romanas, Cerquido, l'Alto da Senhora do Minho et S. Lourenço da Montaria.

• **Trail Long 21 km et Trail Court 14 km** – Départ à 10h00. Avec une différence cumulée de 2000m et 1300m respectivement, il commence dans la paroisse de S. Lourenço da Montaria, en traversant des pistes de la Serra d'Arga avec le passage à travers la rivière fantastique Âncora, par la ville de Chão et finissant à S. Lourenço da Montaria.

La **randonnée** commencera à 10h10 avec départ et arrivée à S. Lourenço da Montaria.

**Une fois la course terminée, les coureurs peuvent prendre une douche et un repas léger.**

## **2.2. Programme**

### **15 Juillet (Samedi)**

**10h00** – Ouverture du secrétariat à Quinta de Pentieiros (GTSA Vertical)

**11h00** – Départ GTSA Vertical et clôture du secrétariat

**12h00** – Départ Trail Kids

**13h00** – Remise des prix GTSA Vertical + photo de groupe avec les participants du Trail Kids (Senhora do Minho)

**17h00** – Ouverture du secrétariat : Ligne de départ (située près de l'église paroissiale de Caminha) (GTSA Sunset)

**19h00** – Départ GTSA Sunset et clôture du secrétariat

**22h00** – Remise des prix GTSA Sunset (ligne de départ, Caminha)

## **Samedi 23 Septembre**

**07:00** – Ouverture du secrétariat (Dem)

**09:00** – Départ Ultra Trail 53 km et clôture du secrétariat

**15:00** – Ouverture du secrétariat (Dem)

**17:00** – Départ Trail Kids

**17:30** – Remise des prix Ultra 53 km + photo de groupe avec les participants du Trail Kids.

**19:00** – Clôture des activités

## **Dimanche 24 Septembre**

**09:00** – Départ Trail Long 33 km (S. Lourenço da Montaria)

**10:00** – Départ Trail Long 21 km et Trail Court 14 km (S. Lourenço da Montaria)

**10:10** – Départ Randonné

**11:30** – Arrivée prévue des 1ers athlètes 14 km (S. Lourenço da Montaria)

**11:50** – Arrivée prévue des 1ers athlètes 33 km et 21 km (S. Lourenço da Montaria)

**15:00** – Cérémonie de remise des prix 33 km, 21 km et 14 km.

**Les athlètes doivent aller au lieu de départ de façon autonome.**

### **2.3. Distance, altimétrie et niveau de difficulté ATRP\***

**GTSA Vertical** – 4 Km – 800m d+ (1600dac) Trail Court – niveau 4

**GTSA Sunset** – 32 Km – 1100m d+ Trail Long – niveau 2

**GTSA Sunset** – 17Km – 460m d+ Trail Court – niveau 1

**Ultra Trail** – 53 km – 3000m d+ (6000dac) Trail Ultra Moyen – niveau 3

**Trail Long** – 33 km – 1700m d+ (3400dac) Trail Long – niveau 3

**Trail Long** – 21 km – 1000m d+ (2000dac) Trail Long – niveau 3

**Trail Court** – 14 km – 650m d+ (1300dac) Trail Court – niveau 2

\*ATRP – Association de Trail Running Portugaise

### **2.4. Carte/ itinéraire**

Voir 2.1. Plus d'information :

<http://carlossanatureevents.com/evento.aspx?idevento=GTSA>

### **2.5. Barrières horaires**

- Tout coureur qui abandonne l'épreuve doit alerter l'organisation et restituer son dossard.
- L'Ultra-Trail dispose d'un délai de 11 heures maximum ; et le Trail Long 33 km dispose d'un délai de 7 heures. Il n'y a aucune limite de temps pour le Trail Long 21 km et le Trail Court.



## 2.6. Contrôle du temps

Le temps est contrôlé par puce électronique; les coureurs doivent le valider dans chaque poste de contrôle. La perte d'une puce est de la seule responsabilité du participant. Tous les coûts associés à son remplacement seront à la charge du participant.

## 2.7. Points de contrôle

Les contrôles de temps intermédiaires seront opportunément définis.

## 2.8. Points de ravitaillements

- **GTSA Vertical**
  - **Point de ravitaillement 1** – Meta (Alto da Senhora do Minho)
  
- **GTSA Sunset 32 km**
  - **Point de ravitaillement 1** – 8 km (Santa Tecla)
  - **Point de ravitaillement 2** – 17 km (Caminha)
  - **Point de ravitaillement 3** – 22 km (Santo Antão)
  - **Point de ravitaillement 4** – 28,5 km (Santo Antão)
  
- **GTSA Sunset 17 km**
  - **Point de ravitaillement 1** – 8 km (Santa Tecla)
  
- **Ultra Trail 53 km**
  - **Point de ravitaillement 1** – 7 km (Arga S. João)
  - **Point de ravitaillement 2** – 15 km (Arte na Leira)
  - **Point de ravitaillement 3** – 24km (Cerquido)
  - **Point de ravitaillement 4** – 33 km (Montaria)
  - **Point de ravitaillement 5** – 44 km (Pedrulhos)
  
- **Trail Long 33 km**
  - **Point de ravitaillement 1** – 8 km (Viveiros)
  - **Point de ravitaillement 2** – 15 km (Chão)
  - **Point de ravitaillement 3** – 22 km (Cerquido)
  
- **Trail Long 21 km:**
  - **Point de ravitaillement 1** – 8 km (Viveiros)
  - **Point de ravitaillement 2** – 15 km (Chão)
  
- **Trail Court 14 km:**
  - **Point de ravitaillement 1** – 8 km (Viveiros)

## 2.9. Matériel recommandé

Matériel recommandé	GTSA Vertical	GTSA Sunset 30 km	GTSA Sunset 17 km	GTSA 14 km	GTSA 21 km	GTSA 33 km	GTSA 53 km	Randonnée
Lampe de poche		X	X					X
Réserve d'eau				X	X	X	X	
Couverture de survie				X	X	X	X	
Sifflet				X	X	X	X	
Veste imperméable				X	X	X	X	
Téléphone mobile		X	X	X	X	X	X	

L'organisation vérifiera le matériel de chaque coureur avant le départ. Si vous ne possédez pas le matériel obligatoire, vous ne serez pas autorisé à commencer l'épreuve. En fonction des conditions météorologiques, le matériel obligatoire peut changer.

## 2.10. Lieux avec du trafic automobile

L'organisation dispose d'un système de sécurité tout au long de la route, cependant, il sera impossible d'arrêter le trafic routier à certains lieux. Les participants doivent respecter les règles de la circulation en routes publiques et respecter l'environnement.

## 2.11. Pénalisation / Disqualification

Disqualification :

- Non-respect des règles;
- Coupe du parcours;
- Jet de détritux;
- Port du dossard non conforme;
- Refus de respecter les ordres de l'organisation;
- Comportement antisportif.

**Les participants couverts par l'un des deux derniers comportements ci-dessus ne seront pas autorisés à s'enregistrer dans les prochaines éditions.**

## 2.12. Conditions de participation

L'inscription sur la preuve implique l'acceptation sans réserve du présent règlement.

Les participants seront tenus responsables de toutes les actions qui peuvent causer des dommages matériels ou moraux à eux-mêmes et/ou à des tiers. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident, de négligence, ou de vol d'objets.

## 2.13. Assurance

Le frais d'entrée comprend une prime d'assurance accidents personnels.

## 3. Inscriptions

### 3.1. Processus d'inscription

Inscription en ligne: <http://www.carlossanatureevents.com/>

### 3.2. Prix d'inscription

- **GTSA Vertical**  
15 euro  
Le frais d'inscription comprend: dossard, assurance, des ravitaillements, des douches et d'autres offres potentielles.
- **GTSA Sunset**  
15 euro  
Le frais d'inscription comprend: dossard, assurance, des ravitaillements, des douches et d'autres offres potentielles.
- **GTSA Vertical + GTSA Sunset**  
20 euro  
Le frais d'inscription comprend: dossard, assurance, des ravitaillements, des douches et d'autres offres potentielles.
- **Randonnée 7 km**  
5 Euro  
Le frais d'inscription comprend: dossard, assurance, des ravitaillements, des douches et d'autres offres potentielles.
- **Ultra Trail 53 km**  
35 Euro  
Le frais d'inscription comprend: gilet de course, dossard, assurance, chemise officielle de l'épreuve, médaille finaliste, des ravitaillements, des douches et d'autres offres potentielles.
- **Trail Long 33 km**  
25 Euro  
Le frais d'inscription comprend: dossard, assurance, chemise officielle de l'épreuve, médaille finaliste, des ravitaillements, des douches et d'autres offres potentielles.

- **Trail Long 21 km**

20 Euro

Le frais d'inscription comprend: dossard, assurance, chemise officielle de l'épreuve, médaille finaliste, des ravitaillements, des douches et d'autres offres.

- **Trail Court 14 km**

15 Euro

Le frais d'inscription comprend: dossard, assurance, chemise officielle de l'épreuve, médaille finaliste, des ravitaillements, des douches et d'autres offres potentielles.

### **3.3. Remboursement**

Il n'y aura pas de remboursement pour les participants inscrits qui ne se présentent pas dans les compétitions.

### **3.4. Matériel inclus avec l'inscription**

Voir 3.2.

### **3.5. Secrétariat**

- Le dossard est remis individuellement à chaque coureur.
- Chaque athlète doit apporter une pièce d'identité et quatre broches.

## **4. Classement et Récompenses**

### **4.1. Date et lieu de remise des prix**

Voir programme.

### **4.2. Les catégories d'âge / sexe individuel et équipes**

L'ATRP déterminera la classification par catégories. L'année de naissance de l'athlète sera considérée pour le classement et le score par échelon. On considère l'âge que l'athlète aura au 31 décembre du temps compétitif actuel. Par exemple: Un athlète qui fait 40 ans le 31 décembre, sera classifié dans l'échelon M40 pendant tout le championnat.

- Sub-23 – 19 a 22 ans
- Seniores – 23 a 39 ans
- M40 – 40 a 44 ans
- M45 – 45 a 49 ans
- M50 – 50 a 54 ans
- M55 – 55 a 59 ans
- M60 – plus de 60 ans

Pour le classement par équipe, les temps des trois meilleurs athlètes dans la classification générale (sans distinction d'âge ou de sexe), seront pris en considération.

Il y aura des prix par échelon pour les courses GTSA Ultra Trail 53km, GTSA Long Trail 33 Km, GTSA Long Trail 21km et GTSA Trail Court 14km de la manière suivante:

- Sub-23 – 19 a 22 ans (3 premières hommes et 3 premières femmes);
- Seniors – 23 a 39 ans (3 premières hommes et 3 premières femmes);
- M40 – 40 a 49 ans (3 premières hommes et 3 premières femmes) - sont regroupé M40 et M45;
- M50 – 50 a 59 ans (3 premières hommes et 3 premières femmes) - (sont regroupé M50 et M55);
- M60 – plus de 60 ans.

### **Prix**

#### GTSA Vertical (classement général)

##### **Homme:**

- 1<sup>er</sup> – Trophée
- 2<sup>ème</sup> – Trophée
- 3<sup>ème</sup> – Trophée

##### **Femme:**

- 1<sup>er</sup> – Trophée
- 2<sup>e</sup> – Trophée
- 3<sup>e</sup> – Trophée

#### GTSA Sunset 32 km (classement général)

##### **Homme:**

- 1<sup>er</sup> – Trophée
- 2<sup>e</sup> – Trophée
- 3<sup>e</sup> – Trophée

##### **Femme:**

- 1<sup>er</sup> – Trophée
- 2<sup>e</sup> – Trophée
- 3<sup>e</sup> – Trophée

### GTSA Sunset 17 km (classement général)

#### **Homme:**

1<sup>er</sup> – Trophée

2<sup>e</sup> – Trophée

3<sup>e</sup> – Trophée

#### **Femme:**

1<sup>e</sup> – Trophée

2<sup>e</sup> – Trophée

3<sup>e</sup> – Trophée

### GTSA Ultra Trail 53 km (classement général)

#### **Hommes:**

1<sup>er</sup> – Trophée, inscription 2018, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

2<sup>e</sup> – Trophée, inscription 2018, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

3<sup>e</sup> – Trophée, inscription 2018, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

4<sup>e</sup> – Trophée, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

5<sup>e</sup> – Trophée, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

#### **Femmes :**

1<sup>er</sup> – Trophée, inscription 2018, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

2<sup>e</sup> – Trophée, inscription 2018, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

3<sup>e</sup> – Trophée, inscription 2018, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

4<sup>e</sup> – Trophée, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

5<sup>e</sup> – Trophée, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

### Trail Long 33 km (classement général)

#### **Hommes :**

1<sup>er</sup> – Trophée, inscription 2018, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

2<sup>e</sup> – Trophée, inscription 2018, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

3<sup>e</sup> – Trophée, inscription 2018, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

#### **Femmes :**

1<sup>er</sup> – Trophée, inscription 2018, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

2<sup>e</sup> – Trophée, inscription 2018, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

3<sup>e</sup> – Trophée, inscription 2018, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

### Trail Long 21 km (classement général)

#### **Hommes :**

1<sup>er</sup> – Trophée, inscription 2018, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

2<sup>e</sup> – Trophée, inscription 2018, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

3<sup>e</sup> – Trophée, inscription 2018, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

#### **Femmes :**

1<sup>er</sup> – Trophée, inscription 2018, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

2<sup>e</sup> – Trophée, inscription 2018, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

3<sup>e</sup> – Trophée, inscription 2018, inscription à Gerês Extreme Marathon (une des épreuves)

### Trail Court 14 km (classement général)

#### **Hommes:**

1<sup>er</sup> – Trophée, inscription 2018

2<sup>e</sup> – Trophée, inscription 2018

3<sup>e</sup> – Trophée, inscription 2018

#### **Femmes:**

1<sup>er</sup> – Trophée, inscription 2018

2<sup>e</sup> – Trophée, inscription 2018

3<sup>e</sup> – Trophée, inscriptions 2018

**Si vous gagnez une inscription Gerês Extreme Marathon, vous devez confirmer votre participation à l'épreuve jusqu'au 18 Octobre.**

### Équipes

#### **Ultra Trail 53 km / Trail Longo 33 km / Trail Longo 21 km / Trail Curto 14 km**

1<sup>er</sup> – Trophée

2<sup>e</sup> – Trophée

3<sup>e</sup> – Trophée

## **5. Information**

### **5.1. Comment arriver**

Aéroport Francisco Sá Carneiro

Autoroute A28, sortie 28 (Dem)

## **5.2. Hébergement**

Les coureurs peuvent camper dans le lieu de l'épreuve ou dans le Pavillon sportif de Caminha. Les participants doivent apporter des sacs de couchage.

## **6. Contrôles**

L'itinéraire est marqué par des bandes et des drapeaux. Tous les participants doivent passer à travers les points de contrôle établis.

## **7. Respect de l'environnement**

Vous ne pouvez pas jeter vos déchets (qu'ils soient biodégradables ou non) sur le parcours. Vous devez déposer vos déchets dans le poste de ravitaillement le plus proche, ou à la ligne d'arrivée.

## **8. Droits à l'image**

Chaque participant autorise les organisateurs à utiliser des images prises durant l'événement. Ces images peuvent être utilisées pour des documents promotionnels et / ou moyens publicitaires (radio, presse, vidéo, photo, internet, etc.).

## **9. Soutien d'urgence**

Il y aura des équipes de soutien, d'aide et d'urgence pour fournir des soins aux participants qui en ont besoin.

## **10. Omissions**

Omissions dans le présent règlement seront résolus par le comité d'organisation.

## **11. Autre information**

- Les participants doit aider les blessés et respecter les règles de la circulation dans la route.
- L'organisation se réserve le droit d'apporter des modifications qu'il estime nécessaires en fonction des conditions différentes, telles que l'annulation de l'épreuve en raison des conditions météorologiques.