

11^{ème} Course à pied DE L'ÉPIPHANIE

**5
KM**

&

**10
KM**

DIMANCHE 7 JANVIER 2018

à FOURAS LES BAINS

**Organisation : «Les Pousses Pieds de FOURAS LES BAINS»
Bulletin disponible sur courirencharentemaritime**

**Départ 10km à 14h
Départ 5km à 15h**

**Salle Rondeaux,
rue du trop tôt venu**

**Renseignements au
06.01.76.98.28**

**ou par mail :
epiphanie17450@yahoo.fr**



Chronométrage : www.runheure.fr



INFOS PRATIQUES

Course pédestre de l'Epiphanie Dimanche 07 Janvier 2018 FOURAS LES BAINS

Descriptif de la course

- 5 Km en une boucle route et chemins.
- 10 Km en 2 boucles de 5 km par route et chemins.

Participants

Epreuves ouvertes à tous nés avant le 01 Novembre 2002.
5km limité à 300 concurrents et 10km limité à 500 concurrents.

Départs

- 5 Km → 15 H 00
 - 10 Km → 14 H 00
- Ravitaillements : au km 5 et final à l'arrivée } rue du trop tôt venu, face salle Rondeaux

Sécurité

50 bénévoles sur le parcours, 2 ambulances et médecin sur le site.
Encadrement de la course par motos et VTT.

Accueil

Salle Rondeaux, rue du trop tôt venu 17450 FOURAS LES BAINS

Assurance

Responsabilité civile de l'organisateur souscrite auprès de la MACIF.
Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance de leurs licences. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

Inscriptions

PAS D'INSCRIPTION LE JOUR DE L'EPREUVE
DATE LIMITE DES INSCRIPTIONS LE JEUDI 04 JANVIER 2018 A 20h
(courrier postal et internet)
Ne sont pris en compte que les dossiers complets
(bulletin, règlement, certificat ou licence)

• Par courrier :
Les pousse pieds FOURAS 4 rue Georges Bizet 17450 FOURAS

• Par internet : sur www.runheure.fr
(certificat ou licence à envoyer lors de l'inscription sur ce site)

Renseignements au 06.01.76.98.28

Retrait des dossards et inscriptions possibles :
Le Samedi 06 Janvier 2018 de 16 h 00 à 19 h 00
Salle Rondeaux rue du trop tôt venu 17450 FOURAS LES BAINS

Retrait des dossards le jour de la course de 12 h 00 à 14 h 30
Chaque concurrent devra se munir d'épingles ou d'un porte dossard et présenter une pièce d'identité.

Engagements

5 Km → 5 euros - 10 Km → 10 euros
Chronométrage : www.runheure.fr

Remise des prix 16 H 30 Salle Rondeaux
Lots à chaque participant inscrits aux 5 et 10 km.

1 part de brioche des rois et boissons chaudes contre remise du dossard à la buvette. Lot si fève :

Récompenses : (présence obligatoire du ou des concurrents)
• 5 Km : 3^{er} femmes et hommes puis 1^{er} par catégories.
• 10 km : 3^{er} femmes et hommes puis les 3^{er} par catégories sans cumul.

BULLETIN D'ENGAGEMENT INDIVIDUEL

5 km	10 km
NOM	NOM
Prénom	Prénom
Date de naissance	Date de naissance
H ou F	H ou F
Nr licence et club :	Nr licence et club :
Adresse :	Adresse :
Tel.	Tel.
Signature	Signature
Autorisation parentale : Je soussigné Autorise mon fils / ma fille A participer à la course de l'Epiphanie du 7 Janvier 2018	Autorisation parentale : Je soussigné Autorise mon fils / ma fille A participer à la course de l'Epiphanie du 7 Janvier 2018
Signature	Signature

Conditions d'engagement

Licencié (FFA, FFtri compétition) photocopie de la licence en cours.
Non licencié ou autre fédération certificat médical de non contre indication
à la pratique de la course à pied en compétition de moins d'un an au jour de la course.

Montant des inscriptions : 5 euros pour les 5 KM - 10 euros pour les 10 KM

Règlement et envoi des inscriptions

LES POUSSE PIEDS 4 rue Georges BIZET 17450 FOURAS

Pas d'inscription le jour de la course.
AUCUNE INSCRIPTION PAR TELEPHONE