

1^{er} Mai 2010

Les Crêtes Baraquinnes

Monthermé (08)

Catégories: Ouvert aux licenciés et non licenciés

Départ: 10h30 devant le COSEC

Parcours : 19.370 m en 1 boucle

Dénivelé: 620 m

Ravitaillements : Km 4 / Km 10 / Km 14

Vestiaires: gardés (les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de perte ou de vol)

Classement par équipes: sur 5 coureurs

Coupes: aux 3 premiers au scratch aux (1^{er} Jun, 1^{er} Esp, 1^{er} Sen, 1^{er} Vét) H & F les coupes ne sont pas cumulables

Souvenirs: aux 200 premiers arrivants

Lots: tirés au sort, offerts par le LCM

Remise des prix: 13h30 sur le podium

Droits d'engagement: 11 € avant le 29/04/10
13 € ensuite

Bulletin d'engagement ci joint à retourner avant le 29/04/10 à:

Gérard MACHARD
23 Grand Rue 08800 NAUX
Tél 03.24.32.83.72
gerard.machard@wanadoo.fr

Courses de Jeunes

10 h 00 Microbes F & G 1200 m 01-après

10 h 35 Poussins F & G 1500 m 99-00

10 h 50 Benjamins F & G 97-98, 2230 m
Minimes F & G 95-96 2230 m

Engagement gratuit

Souvenirs à tous, offerts par la municipalité.

Médaille aux 3 premiers.

Coupe à chaque équipe sur 3 coureurs.

Lots tirés au sort lors de la remise des prix à 13h30

Fiche d'inscription individuelle

Nom: _____

Prénom: _____

Adresse: _____

Année de naissance: _____ Sexe: _____

Licencié FFA N° de licence: _____

Club: _____

Licencié d'une autre fédération sportive

Fédération: _____

joindre obligatoirement une photocopie de la licence

Non licencié : joindre obligatoirement un certificat médical de non contre indication à la pratique de la course à pied, datant de moins de 1 an. (photocopie acceptée)

Règlement:

par courrier, joindre 11 euros, par chèque de préférence par Email, régler 11 euros le jour de l'épreuve (chèques à l'ordre du Local Club Monthermé)

COURSE NATURE 19.370 km

Les Crêtes Baraquinnes
à 1^{er} mai 2010
à MONTHERMÉ

Les Crêtes - Départ 10 H 30
Tirage au sort - Souvenir à tous



Courses jeunes
gratuites autour
du cosec à partir
de 10H

