

RÈGLEMENT



INFORMATIONS

- **Course Populaire** ouverte à tous (licenciés et non licenciés) départ à 9h.
- **Grande course** : boucle vallonnée de **13 Km**, avec temps limité de classement à 2h00.
- **Petite course** : boucle vallonnée de **7,9 Km**.
- **Marche Populaire** ouverte à tous de **11 Km** avec départ à 8h30.
- Parking, vestiaires et douches.
- **MAIL**: infos.capecone@gmail.com

INSCRIPTIONS

- **COURSES 15€**
 - **MARCHE 10€**
 - **Inscriptions par bulletin avant le 12/04/2024**
 - **Aucune inscription pour les courses le jour même.**
 - **Inscriptions sur internet** : www.capecone.fr
- Paielement et dépôt du Certificat Médical en ligne

RETRAIT DOSSARDS

- **COURSES** : Retrait des dossards la veille, 14h-17h à Décathlon, Publier
 - **MARCHE** : Retrait le jour J, sur place
- ⚠ EPINGLES NON FOURNIES

RÉCOMPENSES

- Lot souvenir offert à **chaque participant**, coureur et marcheur.
- Lots aux trois premiers de chaque catégorie.
 - **3 premiers de chaque catégorie Cadet (petit parcours uniquement) Junior/ Espoir/ Sénior (sur les 2 parcours)**
 - **3 premiers de chaque paire de catégories regroupées Master (anciennes appellations Vétérans) : M0+M1 / M2+M3 / M4+M5 M6+M7 / M8+M9 / M10**
- Distribution des récompenses à 11h30 dans la Salle Olympe.

Traditionnelle **soupe aux cailloux** pour tous sous le chapiteau dès 11h.

Bar sur l'aire de départ/arrivée.



BULLETIN D'INSCRIPTION

À renvoyer **avant le 12/04/2024** au :

Centre Sportif de la Cité de l'Eau - Route du Vieux Mottay - 74500 AMPHION PUBLIER

Nom : Prénom :

Date de naissance : Sexe : Femme Homme

Ville :

N° de Licence : Non Licencié

Tél. |_|_|_|_|_|_|_|_|_|_| E-Mail :

Choix du parcours :

GRANDE COURSE **PETITE COURSE** **MARCHE**

POUR LES MINEURS (à partir de 16 ans)

Je soussigné(e)..... père, mère, tuteur (rayez les mentions inutiles) autorise mon enfant à participer à la CAPECONE.

Date et signature,

ATTENTION obligation de présenter pour LES COURSES soit :

- Licence F.F.A / Pass J'aime Courir
 - Certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an (ou de sa photocopie).
- Ce document sera conservé par l'organisation.

Ordre des chèques : LOUS COURATI DEU CHABLAIS



Réservé à l'organisation

N° DOSSARD	CLUB	CATÉGORIE	PAYÉ