

Lundi de Pâques

22 avril 2019

à

Pleudaniel

Entre bois et rivière

Contact inscription :

<http://www.ikinoa.fr>



[GALOPETTE DU TRIEUX - PLEUDANIEL](#)

PROGRAMME DES COURSES

- Course nature 18,5 km (Naiss. 2001 et avant) - Départ à 9h30
- Course nature 10 km (Naiss. 2003 et avant) - Départ à 9h45
- Course enfants 950 m (nés de 2012 à 2008) - Départ 9h
- Course enfants 1700 m (nés de 2007 à 2004) - Départ 9h
- Randonnée 9 km - Départ 8h30

BULLETIN INSCRIPTION COURSE

Nom, Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Tél :

Club :

Année de naissance :

TARIFS

- Inscription courses adulte :
8 € en pré-inscription,
10 € sur place
- Inscription marche 5 €
- Inscription enfant 3 €
(Autorisation parentale écrite + certificat
médical obligatoire course à pied en
compétition ou licence FFA ou triathlon)

Du fait de son inscription, le coureur déclare, avoir lu le règlement et l'accepter. Joindre un certificat médical autorisant la course à pied en compétition ou une photocopie de licence FFA ou triathlon de l'année en cours, pour les courses ainsi que le montant de l'engagement à l'ordre de l'Amicale Laïque de Pleudaniel.

Signature du coureur (ou du représentant légal pour les mineurs) pour acceptation du règlement :

REGLEMENT DE COURSE

- L'épreuve est ouverte à toute personne licenciée ou non,
- Les catégories d'âges sont réparties sur les différentes distances comme suit :
 - École d'athlétisme, poussins (2012-2008) : 950 m,
 - Benjamins et minimes (2007-2004) : 1700m,
 - Cadets, juniors, espoirs, seniors et vétérans (2003 et avant) : 10 km.
 - Juniors, espoirs, seniors et vétérans (2001 et avant) : 18,5 km.
- Tout concurrent inscrit court sous sa propre responsabilité, dégageant les organisateurs, en cas d'accident ou de défaillance physique du coureur ou du marcheur,
- Les concurrents doivent suivre les flèches et banderoles qui jalonnent le parcours et s'engagent à respecter l'environnement,
- Toute personne qui abandonne doit prévenir le signaleur le plus proche et ramener son dossard aux organisateurs,
- Des signaleurs situés sur le parcours veilleront au bon déroulement de l'épreuve,
- Des signaleurs assureront la fermeture du circuit derrière les derniers concurrents,
- Des secouristes et une ambulance seront présents durant la compétition.

INSCRIPTIONS

Les concurrents peuvent s'inscrire le jour même jusqu'à 30 min avant le départ ou le 21 avril 2019 avant 12h, au plus tard :

- Sur le site internet IKINOA.FR,
- Par courrier : bulletin d'inscription ou papier libre ainsi qu'une photocopie du certificat médicale ou de la licence (FFA ou triathlon), à l'adresse suivante : Arnaud Le Briand, 2 rue Bobe de Moyneuse - 22200 Guingamp - 0786894219 ou 0683451700
- L'engagement pour la course est de 8 € (10 € pour une inscription le jour même), 3 € pour les enfants,
- Chèques libellés à l'ordre de l'Amicale Laïque de Pleudaniel.
- Les participants devront impérativement se munir d'une licence de l'année (FFA ou triathlon) ou d'un certificat médical datant de moins d'un an autorisant la Course à pied en compétition. **Les enfants devront, en plus, fournir une autorisation parentale.**

ORGANISATION

- Remise des dossards et inscription le 22 avril 2019 dès 8h à la salle des fêtes de Pleudaniel, place de la mairie,
- Départ des courses selon le programme joint,
- Le circuit est une boucle empruntant des chemins boisés. Sur les courses adultes, un point de ravitaillement est prévu au 6ème et au 12ème kilomètre, ainsi qu'à l'arrivée. Remise d'un lot à chacun à l'arrivée.
- Durant la course, le tirage d'une tombola sera effectué. A l'arrivée, lots et récompenses seront remises à chacun lors de la restitution des dossards, ainsi que coupes et bouquets aux vainqueurs.

CIRCUIT DES MARCHEURS

Itinéraire de 10 km. A l'arrivée, il leur sera remis un lot et ils seront également les bienvenus pour partager le pot de l'amitié.