

DIMANCHE 8 MARS 2009

► **au Village du Ché (15300 Valuégols)** ◀



Organisée par le **Domaine Nordique Lioran Haute Planèze**
et le **Club Nordique Plomb du Cantal**

Contact : Domaine LIORAN HAUTE PLANEZE
Col de Prat de Bouc, 15300 ALBEPIERRE BREDONS
Tel : 04 71 73 32 13

Fax / Enneigement : 04 71 73 31 80

Site internet (Blog) : <http://cnplombducantal.canalblog.com>
E-Mail : clubnordiqueplombducantal@gmail.com

Bulletin de participation individuel

A retourner à l'adresse suivante : Domaine Lioran Haute-Planèze – Col de Prat de Bouc 15300 ALBEPIERRE ☎
: 04 71 73 32 13

Nom : Prénom :

Adresse :

Date de Naissance : / / Club :

N° licence ou carte neige : Points FFS :

Je m'inscris à la Montagnoune sur le parcours :

La Montagnoune 30 Km	Coureur licencié : 17 €	Avec ticket course : 23 €
L'Essor du Cantal 20 km	Coureur licencié : 17 €	Avec ticket course : 23 €
La Rando 10 Km	10 €	
La course KID	5 €	

Règlement de la course

► La Montagnoune, l'Essor du Cantal, la Rando et la course Kid auront lieu le dimanche 8 Mars 2009. Elles se dérouleront en style libre. Le départ sera donné à tous les concurrents sur le lieu du départ au village du Ché (15300 Valuéjols), à 10h00.

► La remise des dossards aura lieu, sur le lieu du départ le jour même, de 7h30 à 9h00.

► **La Montagnoune 30 Km.** Elle est ouverte aux personnes nées en 1988 et avant.

L'Essor 20 Km. Il est ouvert aux personnes nées en 1991 et avant.

La Rando 10 Km. Elle est ouverte aux personnes nées en 1994 et avant.

La course Kid sera courue sur une boucle, d'une distance d'environ 4 Km Elle est ouverte à tous les jeunes nés en 1995 et après.

► **Les concurrents non licenciés F.F.S.** devront être munis :

- D'un certificat médical et d'un ticket course pour **La Montagnoune** et **l'Essor**.
- D'un certificat médical pour la **Rando** et la course **Kid**.
- D'une autorisation parentale pour les mineurs.

► Les engagements seront accompagnés du montant des inscriptions (par chèque à l'ordre du Domaine Nordique Lioran Haute-Planèze) et d'une enveloppe timbrée avec adresse, plus une photocopie de la licence pour la Montagnoune et l'Essor.

Tout dossier d'inscription incomplet ne sera pas pris en considération.

L'inscription peut se faire :

- Par mail : clubnordiqueplombducantal@gmail.com
- le matin même de la course, sur le lieu de départ à la remise des dossards

► Pour chaque course, il sera établi un classement individuel : général hommes/dames et par catégorie. Les résultats de la course seront proclamés à 13h30 au foyer du Ché.

► Des points de ravitaillement pendant la course et à l'arrivée seront prévus, il sera servi un repas à tous les participants, au menu : Soupe, Aligot-Saucisse, Gâteaux, Café.

► La décision d'annuler, de modifier le lieu de départ ou de reporter sera arrêtée le 5 mars 2009 au soir et diffusée sur le site internet du club : <http://cnplombducantal.canalblog.com>

Les organisateurs se réservent le droit de prélever 1 € par dossard pour les frais d'inscription.