

dimanche 22 mai 2011

TRAIL DES CORNICHES DU LARZAC

Course inscrite au Challenge Nature Groupama

LA SALVAGE
(SUR LE LARZAC)
Commune de Millau

- 25 km en solo ou en relais
- 10 km
- Rando 10 km



BULLETIN D'INSCRIPTION

A découper et à renvoyer à :
ALLIER Bruno - 11 Boulevard de l'Ayrolle - 12100 Millau

- Je m'inscris à la randonnée 10 km - 8 euros
 10 km - 8 euros
 25 km solo - 8 euros
 Relais 25 km - 8 euros par personne
 Je cours avec (nom de votre co-équipier)

NOM : PRENOM :
 ADRESSE COMPLETE :
 TEL : E-MAIL :
 ANNEE DE NAISSANCE : SEXE : M F

Joindre un chèque du montant de l'inscription à l'ordre du Spiridon-Club.
Joindre la photocopie de la licence ou du certificat médical.

Tél : 05 65 60 38 77
repro-service12@wanadoo.fr

12100 Millau
Tél : 05 65 60 61 28

Claude Gineste - Millau
Tél : 05 65 60 07 62
Fax : 05 65 60 81 67

TRAIL DES CORNICHES DU LARZAC

■ Programme

Quatre épreuves seront proposées cette année, le dimanche 22 mai 2011.

- > Un **trail de 25 km en solo** avec 800 m de dénivelé positif, départ à 9h30.
- > Un **trail de 25 km en relais de 2 coureurs (10 et 15 km)** parcours et départ commun avec le 25 km solo.
- > Un **trail de 10 km** avec 200 m de dénivelé positif, départ à 10h.
- > Une **randonnée de 10 km** avec 200 m de dénivelé positif, départ à 10h.

■ Parcours

Ces trails auront pour départ le cadre merveilleux de Notre-Dame de La Salvage à 20 km du centre ville de Millau. (Voir plan)

Le parcours sillonnera les sentiers et les chemins, il vous fera découvrir le plateau du Larzac et les Gorges de La Dourbie.

Vous parcourez des paysages inoubliables et vous apercevrez une nature intacte chargée d'histoire.

■ Récompenses

- > Des produits régionaux seront offerts à chaque participant.
- > Les trois premiers hommes et femmes au scratch de chaque course seront récompensés et les premiers hommes/femmes de chaque catégorie.
- > Les 3 premières équipes Hommes, Femmes et Mixte seront récompensées.
- > Tous les randonneurs auront un cadeau.

■ Classement

Il sera établi un classement général scratch homme/femme par catégorie pour chaque trail.

Pas de classement pour les randonneurs.

■ Ravitaillements

Les épreuves se disputent en autosuffisance. Un seul ravitaillement sur chaque course (25 km et relais : à la Salvage - 10 km : à La Borie).

Un ravitaillement est prévu aussi pour les randonneurs.

Un casse-croûte d'après course sera offert à tous les concurrents !

*Merci de ne pas jeter vos détritrus sur le parcours,
pensez à la nature.*

■ Matériel indispensable

Une réserve d'eau.

■ Assurance

Les épreuves sont couvertes par une responsabilité civile souscrite par les organisateurs. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence, il incombe aux autres participants de s'assurer individuellement.

La responsabilité de l'organisateur sera dérogée dès le retrait du dossard. (Disqualification ou abandon).

Les organisateurs se réservent le droit de modifier ou d'annuler la course.

■ Modalités d'inscription

Ouvert aux licenciés et non licenciés.

Une photocopie de la licence pour les licenciés FFA est nécessaire.

> Pour les non licenciés :

Une photocopie d'un certificat médical de moins de 1 an avec la mention de non contre indication de la pratique de l'athlétisme en compétition ou course à pied en compétition sera demandée.

Cette photocopie est obligatoire pour le départ et elle sera conservée par les organisateurs après la course.

■ Départ et inscription

Inscription à La Salvage, le dimanche à partir de 8h. Possibilité de s'inscrire à l'avance grâce au bulletin ci-joint ou par mail.

- Tarifs :**
- > Trail 25 km : 8 euros
 - > Relais 25 km : 8 euros par personne
 - > Trail 10 km : 8 euros
 - > Randonnée : 8 euros.

■ Renseignement

Bruno Allier

05 65 60 00 51 ou sarl.bga.sport@wanadoo.fr

**RETROUVEZ TOUS LES RÉSULTATS
SUR WWW.SPIRIDONCLUB-AVEYRON.FR**

le Viaduc de Millau



EIFFAGE