



13 NOVEMBRE 2022

ANIMATION
DAVID CHAMBON

ANIMATION
JACKY RAZON

9H00 - COURSE BENJAMINS 1 KM 200

9H15 - COURSE POUSSINS

9H30 - ANIMATION EA

9H45 5 KM QUALIFICATIF

10H30 10 KM QUALIFICATIF FFA

CHAMPIONNAT D'OCCITANIE DU 10 KM

Infographie : magie-image.com / Illustration cov. : Michel Marguinot



Bulletin d'Inscription

EN LIGNE

www.endurancechronos.com

PAR COURRIER À :
ACA - 13 place Louis Pasteur
30340 MONS

Inscription en ligne ou par courrier uniquement
Renseignements au : 06 83 38 68 34 / aca.alba@cevenol.com

Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Sexe F ou M Année de naissance :

CLUB : N° LICENCE :

Temps de référence sur 10 km : Temps de référence sur 5 km :

À FOURNIR AVEC VOTRE INSCRIPTION

Photocopie licence FFA, UNSS ou affiliataire (uniquement).

Non licenciés Certificat médical mentionnant la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an.
Je reconnais avoir pris connaissance du règlement et l'accepte sans restriction.

signature : _____

COURSE 10 Km : **12€** **A**

COURSE 5 Km : **10€** **B**

REPAS D'APRES COURSE 15 € X Nombre = **C**

TOTAL A OU B = **€**

Règlement par chèque à l'ordre de : ACA

AUCUNE INSCRIPTION LE JOUR MÊME

Inscription sur place uniquement le samedi de 15h à 18h au tarif de 14 € & 12 €

LIMITÉS À 150

REPAS D'APRES COURSE

- Salade César
- Poulet Curry lait de coco - Tagliatelles
- Assiette de fromage • Tropicienne ou tarte tatin

APÉRO VIN • EAU • CAFÉ OFFERTS

15€

Programme

- **9 h 00 : course sur 1 km 200** réservée aux benjamins, nés en 2010/2011
- **9 h 15 : course sur 1 km 200** réservée aux poussins, nés en 2012/2013
- **9 h 30 : animation EA**

9 H 45

5 km qualificatifs FFA

Départ devant la patinoire

10 H 30

10 km qualificatifs FFA

Croisement : rue abbé Lemire

quai brigade du languedoc

Inscription sur place uniquement le samedi de 15h à 18h au tarif de 15€ et 13€

Le 10 Km étant Championnat Régional, les licenciés FFA compétition d'occitanie seront remboursés de leurs frais d'inscription par la LAO ultérieurement

DOSSARD PRÉFÉRENCIEL
téléphoner au

06 83 38 68 34

Dotation 10 km

PLUS DE 3000 € DE LOTS AUX COUREURS CLASSÉS

- 3 premiers scratch Hommes et Femmes : prime 200, 150, 100 Euros
- 3 premiers H et F des catégories C-J-E-S
- Le premier H/F M0 à M9

Dotation 5 km

- 3 premiers scratch H et F 100-75-50 €
- 3 premiers Minimes H et F
- Le 1er H et F des catégories C-J-E-S et V1 à V5
- Le premier H/F M0 à M9
- Les primes en numéraires seront envoyées par voie postale.

Dotation

COURSES JEUNES

- 3 premiers Poussins / Benjamins F et G

Primes

PRIMES AU RECORD 300 € SI RECORD BATTU

H - F à la Performance

- H : 150 F si temps ≤ à 30' 00"
- H : 200 F si temps ≤ à 29' 30"
- F : 150 F si temps ≤ à 34' 00"
- F : 200 F si temps ≤ à 33' 30"

RECORDS

Homme : Hassan LAHSSINI 28'32 (1996)
Femme : Christine BARDELLE 32'36 (2014)

REMISE DES PRIX 11 H 45