LA BALLASTIÈRE

11 SEPTEMBRE 2016 À 10 HEURES

12e édition

16 KM
ET **7 KM**

Les Loulous de l'ES Hagondange

Entente Sportive Hagondange

COURSE NATURE À HAGONDANGE

PETITE RESTAURATION SUR PLACE

ÉCHAUFFEMENT COLLECTIF AVANT LE DÉPART

www.eshcap.com

BULLETIN D'INSCRIPTION

« LA BALLASTIERE »

Dimanche 11 Septembre 2016 à Hagondange

NOM : |__|__|__|__|__|__|__|__|__|__|__|__| ***PRENOM :*** |__|__|__|__|__|__|__|__|__|__|__|__|
MAJUSCULES

Année de naissance: _ _ _ _ *Sexe* **M** ☐ **F** ☐

Course choisie : ***16 km*** *(10h)* ☐ *ou* ***7 km*** *(10h 30)* ☐

Adresse complète : n°_ _ _ rue : _ CP : _ _ _ _ _

Localité : _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ @mail : _

Club ou association : _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ No de licence : _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

Numéro de téléphone portable : _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

Inscription

- ***Par Internet (sécurisé): www.eshcap.com ou www.gotiming.fr***
- ***Par courrier*** *: en nous faisant parvenir le bulletin ci-joint accompagné de la photocopie du certificat médical ou de la licence et du chèque de règlement avant le 8 septembre 2016. À envoyer à Marie José MASSON, 25 rue Charles PELTE 57300 AY SUR MOSELLE. Prévoyez le délai d'acheminement.*

Renseignement : 06 30 93 10 66.

- *Droit d'inscription : 9 €. Chèque à l'ordre de :* ***ESH course à pied***

ATTENTION : Aucune inscription ne sera prise sur place

Règlement :

- Départ à **10h** pour le 16 km et **10h 30** pour le 7 km (École de LA BALLASTIERE)
- Ravitaillements : 2 sur le parcours du 16 et à l'arrivée
- Chronométrage par système à puce jetable
- Parcours varié et très agréable (80% en forêt)
- Cadeaux aux 500 premiers inscrits
- Trophée aux 3 premiers du scratch féminin et masculin et uniquement aux premiers de chaque catégorie. (non cumulables). A partir de junior (1998) pour le 16 km et cadet (2000) pour le 7 km. Catégorie tous les 5 ans à partir de senior 35
- Parking, douches, buvette, casse-croûtes, consigne clés + affaires personnelles
- **Retrait des dossards** le samedi entre 14h30 et 17h dans la cour de l'école rue du Dr Viville, le jour de la course à partir de 8h jusqu'à 10 mn avant le départ
- Les organisateurs se réservent le droit de toutes modifications

Non licenciés *: un certificat médical de non contre indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an est obligatoire pour obtenir un dossard. Ce document sera conservé par l'organisation*

Assurance des participants *: pour une individuelle accident, il incombe aux coureurs non licenciés de s'assurer personnellement*

Par le fait de mon inscription, j'autorise à titre gracieux la reproduction et l'exploitation de mon image par l'organisateur