

## Voir Blénod et courir

En passant par la Lorraine arrêtez-vous le dimanche 8 mai 2016 dans notre petite cité nichée entre Nancy et Metz, venez y découvrir trois trails sympas un 8 km vallonné mais pas trop, bon pour les néophytes, un 16km plus raide mais accessible à tous et toutes et un 27 km pour les plus chevronnés.

Les trois parcours vous feront découvrir une partie de l'immense forêt domaniale de Puvenelle, la vallée de l'Esch la petite Suisse Lorraine et si vous avez le temps vous pourrez cueillir du muguet !!!

Les caids apprécieront les nombreuses difficultés, les moins aguerris pourront admirer ( dans la douleur) en fin de course une vue imprenable sur la vallée de la Moselle, sport, tourisme et culture libèrent l'esprit des soucis quotidiens.

Les organisateurs dont une grande majorité sont des traillieurs seront heureux de vous accueillir et vous récompenser de vos efforts



Coupe au club le plus représenté sur les trois courses



**NUTRI-BAY.COM**  
NUTRITION SPORTIVE - SPORTS ENDURANCE



**running conseil**  
Nancy

**Dimanche 08 MAI 2016**  
**La BELLEDOTRAIL**

Les pré-inscriptions sont ouvertes  
Dossards limités

**4 COURSES**  
CHALLENGE DU NOMBRE

- 800m Mc DO
- TRAIL 8KM
- TRAIL 17KM
- TRAIL 27KM

1€ par inscription reversé à l'association «POUR QUENTIN»

RENSEIGNEMENTS: [www.acob-jeunes.com](http://www.acob-jeunes.com) Tel: 09 67 24 27 18