

SAR'RUN 14.5KM (à partir de Cadets) départ 10h30

La course se déroulera le dimanche 8 septembre 2016 à 10H30 sur un parcours nature de 14.5km pour un dénivelé + de 180m environs. Le départ sera donné au stade Jean-Jacques MORIN de la Ville de Sarrebourg. Le parcours est constitué en grande partie de chemins forestiers et de sentiers et de moins de 2km de macadam. Il empruntera le banc communal de Sarrebourg (passage notamment à la zone de loisirs, les hauts de Kerprich, le pré des oiseaux et dans la forêt d'oberwald) et d'Imling (piste cyclable rue du faubourg et rue des forets). L'arrivée se fera au point de départ.

COURSES BENJAMINS/MINIMES (NÉ DE 2004 À 2007) départ 10h00

La course sera proposée sur un parcours de 1400m aux abords du stade à parcourir 2 fois.

ANIMATIONS ENFANTS: (6 À 10 ANS) à partir de 9h30

Il sera proposé gratuitement une animation de découverte des activités Kid's Athlé pendant la durée de courses. Celle-ci sera assurée par des éducateurs diplômés et/ou formés du club d'athlétisme de l'ASSA.

Accueil à partir de 9h30. Il est préférable pour une meilleure prise en charge de vos enfants de se pré-inscrire gratuitement sur le site performance67.com.

MARCHE NORDIQUE :

Le parcours est ouvert à la marche nordique sans classement. Un échauffement collectif est prévu sur le stade avec un entraîneur diplômé FFA à 10h15. L'accès au parcours se fera à 10h30, après le départ de la Sar'run.

PARTICIPATION :

Les participants doivent être :

- Titulaires d'une licence FFA Athlé compétition, Athlé santé loisir option Running ou d'un Pass' Running.
- ou titulaires d'une licence FSCF, FSGT, FF Tri ou UFOLEP avec la mention de non contre-indication à la pratique de l'Athlétisme en compétition.
- ou, pour les 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, ou de sa copie.

ASSURANCES :

Les organisateurs sont assurés en responsabilité civile mais déclinent toute autre responsabilité.

DROITS D'INSCRIPTION : L'inscription est préférable en ligne sur le site [performance 67.com](http://performance67.com)

SAR'RUN : Les droits sont de 10€ en pré-inscription et seront majorés de 2 € le jour même.

COURSE BENJAMINS MINIMES Les droits sont de 2€, il n'y aura pas de majoration sur place.

MARCHE NORDIQUE Les droits sont de 5€, il n'y aura pas de majoration sur place.

Informations complémentaires assa.athle.com ou facebook.com/LASARRUN

Inscription sur internet jusqu'au jeudi 5 septembre 2016 minuit : [www.performance 67.com](http://www.performance67.com)

Les inscriptions sur place seront possibles jusqu'à 20 min avant le départ de chaque course.

DOSSARDS :

Leur retrait s'effectuera le Dimanche 8 septembre à partir de 8h30 sur le lieu de départ. Merci de se munir d'épingles.

RAVITAILLEMENTS :

1 ravitaillement solide et liquide tout les 5km environs est prévu sur le parcours.

Un ravitaillement sera assuré à l'arrivée.

VESTIAIRES/DOUCHES :

Vestiaires et douches à disposition des coureurs au stade Municipal J.J. Morin.

LOTS ET RECOMPENSE :

Lot offert aux 200 premiers inscrits en ligne.

Coups ou lots aux premier de chaque catégorie plus les 5 premiers du scratch Homme et femmes.

Il sera également effectué un tirage au sort des dossards.

La remise des prix se fera à partir de 12h30.

RESTAURATION : Casse-croûtes, grillades, frites, crêpes, gâteaux, boissons.