



VILLE DE SAINT-MAUR-DES-FOSSÉS



# 9<sup>ème</sup> Saint-Maurienne

Dimanche 13 octobre 2019

Départ à 9h15 au Stade des Corneilles



## 4 DÉPARTS

- course familiale "Bike and Run" \* - 7 km au stade des Corneilles à 9 h 15 (gratuit)
- \* Equipe 1 cycliste et 1 coureur, possibilité de permuter.
- marche nordique - 7 km au stade des Corneilles à 9 h 30 (tarif : 9 €)
- course à pied officielle (tarif : 14 €) - 10 km au stade des Corneilles à 10 h 15
- course-cross pour les enfants de 8 à 14 ans au stade Chéron à 11 h 45 (gratuit)

## 4 PUBLICS

## COURSES 7 et 10 KM



Flashez-moi pour vous inscrire

<https://protiming.fr/Runnings/detail/5218>

ATHLÈ



Renseignements et inscriptions : VGA omnisports au 01 48 83 44 24 - [www.saint-maur.com](http://www.saint-maur.com)

## ÉPREUVES

**9h15 : 7 kilomètres**, une course familiale «bike and run » à allure libre reliant le stade des Corneilles au stade Chéron. Les engagements se font par équipe : 1 coureur et 1 cycliste, les rôles pouvant être permutés au cours de l'épreuve.

**9h30 : 7 kilomètres**, épreuve de Marche Nordique départ au stade des Corneilles.

**10h15 : 10 kilomètres** reliant le stade des Corneilles au stade Chéron (course ouverte à partir de la catégorie cadets, nés en 2003 et avant)

**11h45 : 700 mètres** pour les catégories éveillé et poussin, suivi d'un **1 400 mètres** pour les benjamins et minimes, au stade Chéron.

## PARCOURS

**Les trois épreuves partant du stade des Corneilles rejoignent le stade Chéron en empruntant :**

Le boulevard des Corneilles, les bords de Marne (quai de Bonneuil, puis piste cyclable) et quai du Parc.

**Pour les 7 km (Bike & Run et Marche Nordique) :**

Montée avenue de l'Observatoire et arrivée dans le stade Chéron

**Pour le 10 km :** pont du Petit-Parc, quai Beaubourg, Maison de retraite, impasse de la Terrasse, rue du Château de Condé, avenue Andrée, avenue Francis-Berthier, avenue des Ailantes et avenue de Neptune. Arrivée dans le stade Chéron.

**Les courses jeunes** (700 mètres et 1400 mètres) se déroulent dans l'enceinte du stade Chéron.

## ENGAGEMENTS

Les courses jeunes ainsi que l'épreuve familiale bike and run sont **GRATUITES**. *(Ces épreuves ne feront pas l'objet de classement). Limité à 150 équipes, les inscriptions pour les courses jeunes peuvent être faites sur place*

### ATTENTION

**le nombre de dossards est limité à 650 pour le 10 km**  
Aucune inscription sur place

**- La course de 10 km (inscriptions avant le 10 octobre 2019) : 14€**

**- La marche nordique de 7 km : 9€**

**dont 2 € reversés à la Croix-Rouge Française.**

Inscription par internet jusqu'au 10 octobre à 23 h

Sur le site <https://protiming.fr/Runnings/detail/5218>

Inscription par courrier à renvoyer au plus tard le jeudi 10 octobre à :

VGA Saint-Maur - 8 avenue du Nord - 94100 Saint-Maur-des-Fossés



## DISTRIBUTION DE DOSSARDS

**La distribution des dossards des courses de 7 et 10 kilomètres** aura lieu le **samedi 12 octobre de 10h à 16h au siège de la VGA - 8, avenue du Nord.**

Une pièce d'identité vous sera demandée.

La distribution des dossards des courses jeunes aura lieu **au stade Chéron de 10h30 à 11h30, le jour de la manifestation.**

**Les dossards devront être visibles sur la poitrine pendant la course.**

## CERTIFICAT MÉDICAL

### (Pour la course de 10 kilomètres et la marche nordique)

Pour les coureurs non licenciés FFA, un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition ou sa copie certifiée conforme (par l'intéressé), datant de moins d'un an au 13 octobre 2019 est obligatoire.

Pour les titulaires d'une licence FFA, il faudra présenter sa licence à la remise des dossards ou joindre une photocopie lors de l'inscription par correspondance.

## RÉCOMPENSES

### - Courses jeunes :

Une médaille sera remise à chacun des participants.

### - Marche nordique

Une coupe aux trois premiers masculins et aux trois premières féminines.

### - Course de 10 kilomètres :

Une coupe aux trois premiers de chaque catégorie.

## INFORMATIONS GÉNÉRALES

**La sécurité** de la course sera assurée par les services municipaux et les commissaires de course.

**Un ravitaillement en eau** est organisé aux alentours du 5<sup>e</sup> kilomètre et à l'arrivée.

**Pour les mineurs**, la fiche d'inscription doit comporter l'autorisation signée des parents.

**Pour la course familiale**, vous pouvez venir en famille ou entre amis : un coureur et un cycliste.

**Une assistance médicale** sera assurée.

**Un fléchage** sera mis en place pour le tracé des courses.

# Inscriptions à retourner avant le 10 octobre 2019

VGA Saint-Maur – 8, avenue du Nord – 94100 Saint-Maur-des-Fossés

Nom ..... Prénom.....  
Adresse .....  
Code postal ..... Ville .....  
Date de naissance ..... Sexe : Féminin - Masculin  
Nationalité : .....  
Club (facultatif) ..... N° de licence .....  
E-mail ..... Tél .....

## Courses :

**9h15 :**  Bike and run (course familiale) : port du casque obligatoire - 7 kilomètres -  
gratuit

**9h30 :**  Marche Nordique – 7 kilomètres - 9 euros

**10h15 :**  10 kilomètres : 14 euros – pas d'inscription sur place (à partir de cadets  
nés en 2003 et avant)

**11h45 :**  700 mètres - gratuit - (nés entre 2008 et 2011)

**11h55 :**  1 400 mètres - gratuit - (nés entre 2004 et 2007)

## NUMERO DE DOSSARD

(à remplir par les organisateurs)

## AUTORISATION PARENTALE POUR LES MINEURS

Monsieur, Madame .....  
Autorise mon fils, ma fille ..... à participer à la Saint-Maurienne.

**Signature :**

## Course familiale « Bike and Run »

DEUXIEME MEMBRE DE L'EQUIPE

NOM ..... Prénom .....

Adresse .....

Code postal ..... Ville .....

Date de naissance ..... Sexe :  Féminin  Masculin

## AUTORISATION PARENTALE POUR LES MINEURS

Monsieur, Madame .....  
Autorise mon fils, ma fille ..... à participer à la Saint-Maurienne.

**Signature :**