

10 Km de SARREGUEMINES

Départ : 10 H 00 Avenue de la Blies
57200 Sarreguemines
Course classée dans le «TOP 10» des
courses du département par VO2
Magazine.

DIMANCHE 18 Octobre 2009



PRIMES Parité Hommes / Femmes	
SCRATCH H + F	
1er/ère :	200 €
2eme :	180 €
3eme :	160 €
4eme :	130 €
5eme :	100 €
6eme :	60 €
7eme :	60 €
8eme :	50 €
9eme :	50 €
10eme :	40 €
Coupes et lots aux 3 premiers de chaque catégorie.	
CHALLENGE DU NOMBRE	
Primes et coupes aux 3 premières équipes	

BULLETIN D'INSCRIPTION / ANMELDUNG

A faire parvenir impérativement au plus tard le **17 Octobre 2009** à :
Office de Tourisme de SARREGUEMINES - 11, rue du Maire Massing -
57200 - SARREGUEMINES

N°

Obligatoirement accompagné de votre règlement par chèque bancaire (à l'ordre du CAN) et la photocopie d'une licence sportive " d'athlétisme " ou d'un certificat médical de non contre indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an (ou sa photocopie). Bezahlung in bar, bei Abholung der Startnummer. Ärztliches Attest (oder Kopie) nicht älter als 1 Jahr, oder Leichtathletik (Kopie)

NOM / NAME..... PRENOM / VORNAME.....

SEXE / GESCHLECHT M F ANNEE DE NAISSANCE / GEBURTSJAHR 19.....

CLUB / ASSOCIATION.....N° LICENCE.....

ADRESSE / N°..... RUE / STRASSE.....

CODE POSTAL / PLZ..... LOCALITE / ORT.....

SIGNATURE/UNTERSCHRIFT

CERTIFICAT MEDICAL OU LICENCE "FFA" OBLIGATOIRE
ACHTUNG! LEICHTATHLETIK ODER ÄRZTLICHES ATTEST BEIFÜGEN

INFORMATIONS PRATIQUES

DEPART/START: 10 H 00 Avenue de la Blies à Sarreguemines

PARCOURS / Strecke:

Urbain sur routes asphaltées, carrefours protégés, ravitaillement au km 5. / Strassenlauf durch Sarreguemines, Kreuzungen gesichert, Verpflegung bei km 5.

ACCUEIL / EMPFANG:

A partir de 8 H 00 au gymnase du Lycée Lazard, rue Rauski. Vestiaires. Après la course café et gâteaux gratuits. Douches, animations musicales. / Ab 8.00 Uhr Ausgabe der Startnummern im Gymnasium Lycée Lazard in der rue Rauski. Umkleieräume, Duschen.

Inscriptions / Anmeldung:

A l'aide du bulletin d'inscription. / Bitte füllen Sie das Anmeldeformular aus. Droit d'inscription / Anmeldegebühr : 7 €
Pas d'inscription le jour même / keine Nachmeldung möglich

CONDITIONS / BEDINGUNGEN:

Age minimum : 16 ans, être né(e) en 1993 ou avant. Présentation d'une licence d'athlétisme ou d'un 'running pass' sinon un certificat médical (ou photocopie) de non contre indication à la pratique de la course à pied en compétition de moins d'un an. / Mindestalter 16 Jahre - Achtung- Startmöglichkeit nur mit Leichtathletik oder gültigem Ärztliches Attest nicht älter als 1 Jahr (Kopie ausreichend).

RECOMPENSES / PREISE:

Primes aux 10 premiers hommes et femmes, Tee-shirt et médaille à tous les arrivants ainsi qu'une surprise à toutes les féminines. Tirage au sort des dossards. (nombreux lots de valeur).

Preisgelder für die jeweils 10 besten Männer und Frauen. T-Shirts und Medaillen für alle ankommenden Läufer/innen. Für die Damen eine Überraschung. Extras: Nach dem Lauf gratis Kaffee und Kuchen, in der Halle Musik, Tombola mit vielen Preisen.

REMISE DES PRIX / Preisverleihung:

A partir de (ab) 11 H 30 au gymnase du Lycée Lazard.

RENSEIGNEMENTS / Auskunft:

Off. du Tourisme, Tél.: 03 87 98 80 81

ASSA Tél: 03 87 98 15 68

Résultats consultables sur sites :

CAN: <http://courezavecnous.ifrance.com>

ASSA: <http://assa.athle.com>

Courir en moselle: <http://courirenmoselle.free.fr>



10 Km de SARREGUEMINES le 18/10/2009

Inscriptions :

**Office du Tourisme
Rue du Maire Massing
57200 SARREGUEMINES**

Inscription jusqu'au 17 Octobre 2009 12 Heures

Pas d'inscription le jour même

Certificat médical de non contre indication à la pratique de la course à pied en compétition de moins d'un an, obligatoire pour tous les non-licenciés.

Cette année chronométrage par puce

Un grand merci à tous nos sponsors



VILLE DE
SarreGuemines

