



31ème édition Des FOULEES De L'ARDENTE



INSCRIPTION
Envoyez vos bulletins d'inscription avant le
lundi 1^{er} juin 2020 à :
Antoine ROUSSELIN
27 rue de la Duchesse de Chartres
60500 VINEUIL SAINT FIRMIN
Ou inscription direct sur le site
www.sport-up.fr

Renseignement :
03 60 46 13 83

Règlement :
Par chèque à libeller à l'ordre de
l'Ardente

Retrait des dossards :
Les dossards seront remis à partir de
13 heures le jour de l'épreuve au Centre
Communal Maurice Bernaudin à Vineuil
Saint Firmin 2 avenue de la Bouleautière
(n'oubliez pas vos épingles, merci).
Parking à proximité.

IMPORTANT

Les **NON-LICENCIÉS** sont dans
l'obligation de fournir à l'organisateur
l'original d'un certificat médical, ou une
photocopie, de moins d'un an, les
autorisant à pratiquer la course à pied en
compétition.
Ce document sera conservé pendant un an
par l'organisateur.
Sans un de ces deux documents, ils ne
peuvent prétendre à participer aux
épreuves.
Les **LICENCIÉS** doivent noter leur
numéro de licence sur le bulletin
d'engagement et présenter leur licence
athlétisme (FFA – UFOLEP – FSCF -
UGSEL – FSGT – Triathlon) au moment
du retrait de leur dossard le jour de
l'épreuve.
VI – Ardente

Samedi 6 Juin 2020
3 parcours :
1,5 KM - 4 KM – 12 KM



PROGRAMME – HORAIRES et TARIFS

HORAIRES	CATEGORIE : Homme & Femme	DISTANCE	TARIF PAR COURRIER	TARIF SUR PLACE
14h30	Poussins / Benjamins	1500 M	1.0 €	2.0 €
15h05	Minimes / Vétérans	4 KM	4.0 €	5.0 €
15h00	Cadets / Vétérans	12 KM	8.0 €	10.0 €
Poussins	2009/2010	Séniors	1981/1997	
Benjamins	2007/2008	Masters 1	1971/1980	
Minimes	2005/2006	Masters 2	1961/1970	
Cadets	2003/2004	Masters 3	1951/1960	
Juniors	2001/2002	Masters 4	1941/1950	
Espoirs	1998/2000	Masters 5	Avant 1941	

Fin des inscriptions 15 minutes avant le départ de chaque course

Pour plus d'info : <http://www.lardente.fr>

Epreuves :

Ouvertes aux athlètes licenciés (voir liste) et aux personnes aptes à la course à pied en compétition (avec un certificat médical de moins d'un an)

Nature du parcours :

35 % sur route et 65 % sur chemins forestiers. Balisage tous les kilomètres

Sécurité :

La sécurité médicale est assurée par les Sauveteurs de l'Oise.

Les services médicaux seront habilités à retirer les dossards et à mettre hors course tout concurrent qui paraîtrait inapte à continuer la course.

L'accompagnement en vélo est interdit.

Récompenses :

- ✓ Pour les trois courses, dans chaque catégorie :
 - ✓ Une coupe au premier
 - ✓ Une médaille aux 2^{ème} et 3^{ème}
- ✓ Pour le 1.5 km, médaille et cadeau pour aux participants.
- ✓ Pour les 4.0 km et 12.0 km, tee-shirt et cadeau aux participants.

Ravitaillement :

- ✓ Eau, sucre, fruits sur le parcours tous les 2 km
- ✓ Boissons, fruits et gâteaux à l'arrivée

VI – Ardente

LES FOULEES GOURMANDES :

Tirage au sort organisé après les remises des récompenses.

Ouvert à l'ensemble des inscrits (participation via le dossard récupérer par les organisateurs à l'issue de la course) et remise des lots aux seuls présents (pas de procuration possible).

AU MENU DES FOULEES GOURMANDES :

- Des invitations au restaurant pour deux
- Des dégustations de plats et desserts
- Des colis gourmands

BREF QUE DU PLAISIR POUR VOTRE BONHEUR APRES LE SPORT.

BULLETIN D'INSCRIPTION

NOM :

PRENOM :

DATE DE NAISSANCE : |_|_|_|_|_|_|_|_|_|_| N° DOSSARD :

SEXE : FEMININ MASCULIN (rayer la mention inutile)

NOM DU CLUB, ENTREPRISE, ASSOCIATION :
.....
.....

N° LICENCE FFA – UFOLEP – FSCF - UGSEL – FSGT:
(entourez le fédération correspondante).....

NATIONALITE :

ADRESSE
.....
.....

CODE POSTAL : VILLE :

Email :

Je joins à mon bulletin une copie de ma licence athlétisme ou une copie de mon certificat médical de moins d'un an certifiée conforme par moi-même.
Par le présent engagement, j'accepte le règlement de l'épreuve y compris l'article 11 sur la droit à l'image.

SIGNATURE OBLIGATOIRE :
(des parents pour les mineurs)

EPREUVE CHOISIE : Je m'inscris pour la course des (entourer l'épreuve choisie) :

1 500 m - 4 km - 12 km

organisée le 6 juin 2020

VI – Ardente

Accompagné du chèque de :
à l'ordre de l'Ardente de Vineuil Saint-Firmin et d'Apremont