

# 4 et 6 heures pédestres de GRAVIGNY



**LE SAMEDI**  
**23 SEPTEMBRE 2017**  
13ème édition des 6H00  
et 5ème édition des 4H00

□□□□□□□□□□□□□□

**Départ 10H pour les 6H00**  
**Individuel et en relais**  
**et départ 12H pour les 4H00**



## **COURSES PEDESTRES** **A ALLURE LIBRE**

Circuit mesuré selon les normes de l'I.A.A.F



Épreuve individuelle de 6 heures  
et en relais par équipe de 4

Épreuve individuelle de 4 heures



**RECOMPENSE A TOUS LES ARRIVANTS**

**Renseignements et/ou inscriptions:** A.O.C.P.H.S  
Mairie Place Jean Champion 27930 GRAVIGNY

☎ Alain LEGARCON : 06 25 63 42 17

Et Janick GOUDELIN : 07 77 47 52 19

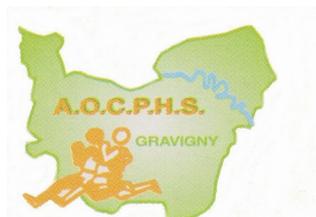
Fax Mairie : 02 32 33 79 37

Mail: aocphs.aocphs@orange.fr

www.normandiecouseapied.com

**Organisation:** A.O.C.P.H.S

Et la Ville de GRAVIGNY



**NORMANDIE-SEINE**

Ne pas jeter sur la voie publique sous peine de sanction

Le bon sens a de l'avenir →

# REGLEMENT

**COMPETITION:** à allure libre, ouverte aux femmes et aux hommes. Aucune qualification exigée. **Présentation obligatoire d'une LICENCE EN COURS DE VALIDITE** délivrée par la FFA, la FFCO, La FFPM, la FF TRI ou **un CERTIFICAT MEDICAL DE NON CONTRE INDICATION A LA PRATIQUE DE LA COURSE A PIED EN COMPETITION DATANT DE MOINS D'UN AN**

**3 formules au choix:**

- 6 Heures en individuel à partir de la catégorie ESPOIR.

- 6 heures en équipe composée de 4 athlètes: femme, homme, mixte, à partir de la catégorie JUNIOR. Changement de relais suivant convenance dans une zone prévue à cet effet (minimum 1 tour de circuit).

- 4 Heures en individuel à partir de la catégorie ESPOIR.

Les accompagnateurs en vélo ou autre sont interdits.

**CIRCUIT:** **Nouveau circuit** de 1020 mètres sur route goudronnée et 50 mètres de pelouse. Boucle sécurisée sans circulation de voiture.

**INSCRIPTIONS:** plusieurs possibilités:

- 1) par courrier, date limite le 20 septembre,
- 2) par internet sur le site de normandiecouseapied.com,
- 3) sur place, clôture 15mn avant les départs

**DEPART:** Cour de l'école primaire LANGEVIN-WALLON le samedi 23 septembre à 10 heures pour les 6H00 individuel et relais puis à 12 heures pour les 4H00 individuel.

**POINTAGE:** le comptage des tours est réalisé par un système à puce électronique enregistrant chaque passage au niveau de la ligne de pointage. Restitution des puces à la fin de la compétition

**SECURITE:** elle est assurée par un organisme de secouriste agréé. Une salle de repos et de soins avec un Kiné et un Podologue est à disposition des athlètes.

**RAVITAILEMENT:** Assuré par l'organisation, adapté pour ce genre d'épreuve. Les ravitaillements personnels sont autorisés, un emplacement leur est réservé.

**FIN DE L'EPREUVE:** à 16 heures pour les 3 épreuves. **Les participants devront terminer au plus tard à 16h15 la boucle entamée avant 16 heures et franchir la ligne de pointage pour comptabiliser ce dernier tour. Aucun tour ne pourra être commencé après 16h00.**

**CLASSEMENTS:** **Ils seront établis en fonction de la distance parcourue, au scratch et par catégorie pour les individuels sur les 4 heures et les 6 heures. Classement scratch des relais à 4 coureurs. En cas d'égalité à la distance parcourue, le temps enregistré à la fin du dernier tour départagera les concurrents .**

**Exemple d'un coureur qui entame un dernier tour quelques secondes avant 16h, il devra franchir une dernière fois la ligne de pointage au plus tard à 16h15. Son tour sera compté pour déterminer sa distance parcourue et son heure d'arrivée sera enregistrée. Un concurrent qui était dans le même tour que lui avant 16h mais qui franchira la ligne de pointage juste après 16 heures devra arrêter sa course. Il aura 1 tour de moins et une distance parcourue plus courte que son adversaire qui sera donc mieux classé.**

**REMISE DES PRIX:** A 17 heures à la salle Gérard Philippe.

**RECOMPENSES:** Article souvenir et produit régional pour tous les participants, coupes et lots pour le podium scratch plus bouquet pour les féminines. Une coupe au premier de chaque catégorie Espoir à Master 1-2-3-4-5, femme et homme. Lots selon nos possibilités.

**ASSURANCE:** Les organisateurs sont couverts par une assurance souscrite au GAN agent GUILLAUME Evreux. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

## BULLETIN D'INSCRIPTION INDIVIDUEL

NOM ..... Prénom .....

ADRESSE .....

.....

C.P ..... Ville .....

☎ ..... Email.....

Année de naissance:..... Cat.:.....Sexe  M  F

Club .....N° licence .....

### EPREUVE CHOISIE

**6H00** individuel, départ à 10H : **15 €** =.....€

**4H00** individuel, départ à 12H : **10 €** = ..... €

Majoration inscription sur place **3 €** = ..... €

**Total à régler** =.....€

Chèque à l'ordre de AOCPHS

**Les coureurs non licenciés devront joindre, avec le bulletin d'inscription, un certificat médical de non contre indication de la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an ou la photocopie certifiée conforme par l'intéressé.**

**Je m'engage à participer aux courses de Gravigny, d'avoir pris connaissance du règlement et de le respecter.**

Fait à ..... Le ..... Signature

## BULLETIN D'INSCRIPTION DES EQUIPIERS EN RELAIS

**Nom de l'équipe:** .....

Capitaine d'équipe: .....

Tel N°' ..... Mail.....

**6h équipe de 4**, départ à 10H  **44€** = ..... €  
Majoration inscription sur place  **6 €** = ..... €  
(Chèque à l'ordre de : AOCPHS) **Total** = ..... €

### **Coureur N° 1**

Nom : ..... Prénom: .....

Adresse .....

Ville..... CP.....

### **Coureur N° 2**

Nom:..... Prénom:.....

Adresse .....

Ville..... CP.....

### **Coureur N° 3**

Nom:..... Prénom: .....

Adresse .....

Ville..... CP.....

### **Coureur N°4**

Nom:..... Prénom:.....

Adresse .....

Ville..... CP.....

(joindre copie des licences ou certificats médicaux)

### **Dates et signatures**

1	2
3	4