

Nom Prénom : _____
 Année de naissance : _____ Sexe : M F
 Adresse précise : _____
 Code postal _____ ville _____
 Club FFA _____ Autre _____
 No de Licence _____ (joindre photocopie)
 Adresse mail _____

Épreuve choisie :

- 10 Km run and bike marche nordique
 5 Km marche rando courses enfants

Droits d'engagement

- 3 € pour les courses enfants
 10 € pour la rando de 8 km et le 5 km
 13 € pour 10 km, marche nordique
 16 € Run and Bike

Libellez le chèque à l'ordre de : Tel est Ton Défi
 Adressez ce bulletin accompagné du chèque à
 Magali ADAM - 9 Cours Carnot 76500 - Elbeuf-sur-Seine
 Site www.tel-est-ton-defi.com Email: tel-est-ton-defi@hotmail.fr

Nouvelle réglementation : Seules les licences énoncées à l'article 3 du règlement sont reconnues. TOUS LES AUTRES PARTICIPANTS doivent fournir un certificat médical autorisant la pratique de l'athlétisme, de la course à pied, du vélo (pour le R&B) en compétition. La photocopie d'un de ces documents doit être jointe au bulletin pour valider votre inscription.

Responsabilité civile : Les organisateurs sont couverts par une police souscrite auprès de la Bred. **Individuelle accident :** les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.



Commune de La Londe



Les Foulées de Martin
 Tel est Ton Défi

au profit du téléthon

NOUVELLES EPREUVES - NOUVEAU PARCOURS
 Chronométrage par puce

Courses enfants (départ 8h45) :

8 km rando (départ 9h20)

5 km (& handisport) (départ 9h50)

8 km Run & Bike (départ 9h15)

10 km trail (départ 9h40)

10 km marche nordique (départ 9h45)

Inscriptions / Dossards

rue Frêté Maison des sports "Thierry Omeyer"

Samedi 27/10 de 15h à 17h

Dimanche 28/10 à partir de 7h30



<https://tel-est-ton-defi.adcorun.com/>

Règlement

Art 1 - L'association Tel est Ton Défi organise, au profit du téléthon

- 3 courses enfants et 2 courses de 5 et 10 km
- 1 marche nordique de 10 km et 1 rando de 8 km
- 1 Run and Bike de 8 km

se déroulant sur un circuit empruntant chemins et routes selon les épreuves à La Londe.

Art 2 - Conditions de participation : épreuves ouvertes aux femmes, hommes, enfants et aux handisports licenciés ou non.

Catégories pour les 10 km – Marche nordique – Run and Bike : à partir de cadets nés en 2001/2002
 Catégories pour les 5 km : à partir de minimes nés en 2003 et 2004

Catégories pour la rando : ouverte à tous

Art 3 - Certificat médical / Licence

Conformément aux articles L231-2 et L231-3 du code du sport et selon la réglementation de la Fédération Française d'Athlétisme (pour les 5, 10 km et marche nordique) et de Triathlon (pour le run & bike), chaque participant doit

- détenir un certificat médical délivré par un médecin, datant de moins de 1 an à la date de la course et faisant mention de la clause suivante :

- Pour la marche nordique et les courses de 5 et 10 km :

"ne présente aucune contre-indication pour la pratique de l'athlétisme ou de la course à pieds en compétition"

- Pour le run et bike :

"ne présente aucune contre-indication pour la course à pieds et à vélo en compétition".

- Ou détenir sa licence.

Licences admises : Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running ou d'un « Pass'Running délivré par la FFA, FFCC, FFPM, FF Tri, licence sportive, en cours de validité, délivrée par une fédération uniquement agréée, sur laquelle doit apparaître, par tous moyens, la non contre-indication à la pratique de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, licence délivrée par l'UNSS ou l'UGSEL, en cours de validité et dans la mesure où l'engagement est valablement réalisé par l'établissement scolaire ou l'association sportive scolaire ;

- Et une autorisation parentale est obligatoire pour les moins de 18 ans non licencié(e)s.

- Pas de certificat pour la rando

Art 4 - Matériel obligatoire / Run and bike : casque / Marche nordique : bâtons

Art 5 - Dossards et départs

Remise des dossards/puces et dernières inscriptions samedi 27/10 de 15h00 à 17h00

/ dimanche 28/10 à partir de 7h30

Maison des Sports située rue Frêté, à côté de la Maison du Temps Libre et face au groupe scolaire.

Départs : Place de l'Ourail

Cession de dossard : Tout engagement est personnel. Aucun transfert d'inscription n'est autorisé pour quelque motif que ce soit. Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve. Toute personne disposant d'un dossard acquis en infraction avec le présent règlement pourra être disqualifiée. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation. Le dossard fourni devra être porté visiblement lors de la course.

Art 6 – Chaque concurrent s'engage à respecter l'environnement sur le parcours et sur le site. Les déchets doivent être jetés dans les poubelles disposées à cet effet.

Art 7 - Chronométrage et ravitaillement

Chronométrage par puce à rendre obligatoirement à l'arrivée / Ravitaillement au 5^{ème} Km et à l'arrivée.

Art 8 - Sécurité et service médical seront assurés sur la ligne d'arrivée, place de l'Ourail

Art 9 - L'association Tel est Ton Défi a souscrit une assurance en conformité avec la réglementation des courses sur route.

Art 10 - Tout concurrent renonce expressément à se prévaloir du droit à l'image durant les épreuves, comme il renonce à tout recours à l'encontre de l'organisateur et de ses partenaires agréés pour l'utilisation faite de son image. Conformément à la loi informatique et liberté du 06 janvier 1978, il dispose d'un droit d'accès et de rectification aux données personnelles le concernant.

Art 11 L'équipe d'organisation de Tel est Ton Défi et la ville de La Londe déclinent toute responsabilité en cas de vol.

Art 12 - Les organisateurs tiennent à rappeler aux participants (concurrents et bénévoles), ainsi qu'aux accompagnants que « Les foulées de La Londe » ont le caractère d'une course dite « hors stade » selon le classement de la Fédération Française d'Athlétisme. Le parcours est donc susceptible de traverser des zones urbaines ou rurales. Qu'en conséquence, et malgré la préparation et l'aménagement des parcours par l'organisation, celle-ci ne saurait être tenue responsable des incidents ou accidents qui résulteraient de la mise en contact fortuite des participants avec un ou plusieurs éléments de la faune et/ou de la flore peuplant le territoire traversé par l'épreuve. Il appartient donc à chaque participant de prévoir les protections individuelles qu'il jugera utiles pour garantir ce risque potentiel, dans le respect de la législation.

Art 13 – L'organisateur se réserve le droit d'annuler les épreuves soit en cas de force majeure, soit sur requête de l'autorité administrative ou de modifier le parcours pour des raisons de sécurité. En cas d'annulation, les frais d'engagement seront remboursés aux participants qui en feront la demande. Le concurrent reconnaît avoir pris connaissance du présent règlement et en accepte sans réserve toutes les clauses.

Remise des récompenses : 11h30 sur la place de l'Ourail

L'association Tel est Ton Défi

Créée en avril 2008, dans l'objectif de collecter tout au long de l'année des fonds destinés à l'Association Française contre les Myopathies, l'association, Tel est Ton Défi met en œuvre des projets culturels, sportifs et de loisirs, en partenariat avec des acteurs institutionnels et associatifs locaux. Elargir le public, faire connaître la politique de l'A.F.M. Pour le développement des thérapeutiques et changer le regard porté sur les personnes souffrant d'un handicap : tel sont les enjeux que l'association s'est fixés. L'association verse l'intégralité des sommes collectées à l'AFM à l'occasion de chaque Téléthon, entre 12 et 15000 euros sont reversés chaque année depuis 2008.

En participant à la 8^{ème} édition des Foulées de Tel est Ton Défi, vous agissez pour guérir les maladies neuromusculaires

