

Programme des Foulées

- 10h30 10 km (nés en 2003 et avant)
11h50 Course des Be-Mi (nés entre 2004 et 2007)
12h05 Course des Poussin(e)s (nés en 2008 et 2009)
12h15 Course des Eveils athlétisme (nés entre 2010 et 2012)
12h30 Récompenses du 10 km
12h25 Course des petits (nés en 2013 et après)
13h30 Echauffement collectif de la Pink Run *
14h00 Départ de la Pink Run (6600m pour les femmes nées en 2005 et avant)
15h00 Départ de la marche 3 km**

*Inscription individuelle ou en équipe

**Inscription sur place

Bulletin d'inscription aux courses

Nom : _____ Prénom : _____ Sexe : _____

Année de naissance : _____ Nationalité : _____ Tél : _____

Adresse mail : _____ @ _____

Déclare être :

Licencié(e) FFA

Non licencié(e) FFA

N° de licence FFA : _____

*Sinon, joindre ou présenter lors du retrait du dossard obligatoirement soit une licence FSGT, UFOLEP valide, soit un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition **datant de moins d'1 an, sauf pour la Pink Run** (aucun certificat nécessaire).*

Je souhaite participer à la :

course des As de 10km

(12€ dont 2€ pour la Ligue)

Pink Run

(10€ dont 5€ pour la Ligue)

– ma taille de T-shirt (36 à 48)

– Je participe à un challenge :

Equipe : mère/fille fille/mère/grand-mère

course des petits (1€)

course des éveils athlé (1€)

course des poussin(e)s (1€)

course des BE-MI (1€)

Bulletin à retourner avant le 15/10 accompagné d'un chèque libellé à l'ordre de l'ACHM à : **Mme Julie MOUGEL-567 rte de Biarville-88470 NOMPATELIZE**

Renseignements : www.foules-st-die.fr

Retrait des dossards :

– le samedi 19/10 après-midi

– Sur place dès 9 h

L'inscription peut également se faire

– par Internet sur www.lesportif.com

– sur place jusqu'à 30 mn avant le départ (majoration de 3€ pour le 10 km)