

22 novembre 2014
Saint-Romain-au-Mont-d'Or

montée du mont thou^(*)



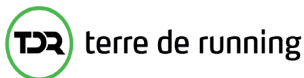
3 KM / 400 D+

A partir de 19h00 / Départ toutes les 15"
Tarif : 5 euros / Vin chaud à l'arrivée
Frontales Led Lenser et bons d'achats TDR
pour les podiums hommes, femmes au scratch

© Ancienement "Grimpée Led Lenser"



LED LENSER®



www.saone-mont-dor-nature.com

REGLEMENT LA MONTEE DU MONT THOU

3 km 400 m de D+ (Edition 2014)

Art. 1 Départ et arrivée de la course

La course se déroule sur des chemins (94%) et quelques traversées de routes communales, sur un circuit relativement technique. Le dénivelé positif est de 400 mètres pour une distance de 3 km. Le Départ se fait salle Saint Romain, 35 rue de la République 69 270 Saint Romain au Mont d'Or et l'arrivée au sommet du Mont Thou à Saint Cyr au Mont d'Or. Les véhicules à moteur et les deux roues ne sont pas autorisés à accompagner les concurrents.

Art. 2 Distance proposée, heure de départ

Cet événement comporte un parcours de 3 km. (espoirs à vétérans)
Le départ sera donné à 19h00 pour le premier concurrent, puis toutes les 15s. La course est ouverte aux sportifs licenciés ou non, hommes ou femmes, sagement entraînés et en bon état de santé.

Art. 3 Inscription, retrait des dossards, certificat médical

Les inscriptions sont possibles à partir du présent bulletin ou sur <http://www.sport-up.fr>. Les inscriptions sont reçues, accompagnées du règlement par chèque libellé au nom de l'association Saône Mont d'Or Nature, Rue du lavoir 69270 Saint Romain au Mont d'Or ou déposées aux magasins TERRE DE RUNNING, à LYON et LIMONEST au plus tard le vendredi 21/11/2014 à 19h00. Le samedi 22 novembre une permanence sera assurée, salle Saint Romain, rue de la République de 16 h à 18 h 00 pour les inscriptions. Pour garantir la qualité et la sécurité de la course, le nombre de dossards est limité à 200 participants. Prix des inscriptions : Avant le 16 novembre, 5€, du 17/11 au 21/11, 7€, - Le jour de la course : 10€. Les dossards sont remis le samedi 22 novembre 16h00 à 18h00 à la salle Saint Romain, rue de la République. Cette inscription comprend le dossard, les classements et le vin chaud proposé à l'arrivée. Une photocopie d'un certificat médical de non contre indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an à la date de la course, sera demandée lors du retrait des dossards. Ce document sera conservé par l'organisation pour une durée de 1 an. Les coureurs inscrits sous licence FFA, FFri, FSCG, UFOLP et FSCF doivent justifier de leur identité lors du retrait des dossards et fournir une photocopie de leur licence.

Art. 4 Parking, vestiaire, douches et toilettes

Possibilité de stationner gratuitement à proximité du départ. Un vestiaire non gardé, des douches et des toilettes sont à votre disposition à la salle Saint Romain, rue de la République et à l'ancienne caserne des pompiers, rue du lavoir..

Art. 5 Equipement

Le parcours est assez technique, par mesure de sécurité il est obligatoire d'avoir une lampe frontale. Vérification dans le sas de départ, tout concurrent n'ayant pas le matériel obligatoire sera automatiquement disqualifié.

Art. 6 Balisage

Le parcours sera balisé et le circuit sécurisé par des signaleurs (notamment au niveau des intersections avec des routes).

Art. 7 Sécurité et assistance médicale

La sécurité est assurée par des signaleurs. Toutefois nous vous rappelons que vous devez respecter le code de la route. L'assistance médicale est assurée par des secouristes pompiers volontaires de Couzon. Chaque participant se doit de signaler un coureur en détresse à l'assistance médicale ou aux signaleurs.

Art. 8 Ravitaillements,

Un ravitaillement léger est prévu au sommet du Mont Thou.

Art.9 Arrivée

L'arrêt du chronomètre se fera au sommet du Mont Thou. L'organisation ne prévoit pas de retour entre le sommet du Mont Thou et le lieu de départ. Les participants redescendront sous leur propre responsabilité, soit véhiculé par leurs propres moyens, soit en courant sur un parcours balisé de 5 km mais non sécurisé par l'organisation.

Art. 10 Classement et récompenses

Un classement individuel sera établi, mais aucune prime ne sera remise conformément à l'esprit Trail.

Des lampes frontales « Led Lenser » et des dors d'Achats Terre de Running pour les 3 premiers hommes, 3 premières femmes au Scratch. Du vin chaud et ravitaillement léger seront prévus à l'arrivée d'où seront proclamés les résultats.

Art. 11 Modification / annulation

En cas de mauvais temps ou tout autre condition pouvant nuire à la sécurité des participants, l'organisation se réserve le droit de modifier ou d'annuler l'épreuve. Aucun remboursement ne sera effectué.

Art. 12 Assurance et responsabilité

Les organisateurs ont souscrit une assurance responsabilité civile auprès de la MAIF. Les licenciés FFA bénéficient des garanties accordées par les assurances liées à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement. Les organisateurs ne peuvent être en aucun cas tenus pour responsable en cas d'accident, de défaillance consécutive à un mauvais état de santé ou à une préparation insouhaitable ou en cas de vol.

Art. 13 Sanctions

Tout participant surpris à jeter des papiers ou tout autre déchet, faisant preuve d'anti-sportivité ou manquant de respect aux bénévoles sera disqualifié et devra rejoindre l'arrivée par ses propres moyens. Aucune réclamation ne sera acceptée.

Art.14 Droit à l'image

Par son inscription, le concurrent donne à l'organisation pouvoir tacite pour utiliser toute photo ou image concernant la course dans le cadre de la promotion de celle-ci. Dans le cas contraire, merci d'adresser un mail à contact@saone-mont-dor-nature.com indiquant votre refus en mentionnant vos nom, prénom, date de naissance et le nom de l'épreuve.

BULLETIN D'INSCRIPTION - LA MONTÉE DU MONT THOU (EN NOCTURNE)

A retourner à Saône Mont d'Or Nature - Ancienne caserne, rue du lavoir 69270 St Romain au Mont d'Or
Inscription en ligne sur www.le-sportif.com ou www.sport-up.fr

Nom : Prénom :.....
 Adresse :
 Ville Code postal : [][][][][][][][][][]
 Téléphone : [][][][][][][][][][][][][]
 Date de naissance : [][][][][][][][][][] Sexe : Homme Femme
 Club : N° de licence :
 E-mail (important pour recevoir son horaire de départ) :

J'accepte le règlement de l'organisation.

Date : [][][][][][][][][][] Signature :