

## RÈGLEMENT

### INSCRIPTION

Course à allure libre ouverte à tous, licenciés ou non, à partir de la catégorie cadets, pour le 12,1 km. Pour le 5 km, la course sera ouverte à partir de la catégorie minimes.

**Les catégories d'âge seront impérativement respectées.**

Il n'y aura pas d'inscription pour les handisports en fauteuil roulant (chemins non adaptés).

Les inscriptions seront reçues par courrier ou **sur point course**.

**ATTENTION, AUCUNE INSCRIPTION SUR PLACE.**

**CLÔTURE DES INSCRIPTIONS SUR INTERNET LE SAMEDI À 14 H.**

L'accueil et la remise des dossards s'effectueront à partir de 8 heures au foyer municipal.

### PARCOURS ET RAVITAILLEMENT

12,1 km : chemins communaux bitumés ou en terre au milieu des vignes et des oliviers.

5 km : parcours commun au 12,1 km sur environ 2 km et retour par les chemins dans la garrigue.

Départ et arrivée dans le village, ouverture du parcours avec HÉRAULT SPORT. Fermeture par le CCF de Galargues.

Pour le 5 km, ouverture et fermeture avec un vélo.

**Ravitaillements Leclerc Saint-Aunès** au km 5, au km 9 et à l'arrivée.

### RÉCOMPENSES

A partir du km 3, la montée de la Pène, difficile sur environ 1 000 mètres, permettra d'atteindre le passage au sommet situé au km 5. Les 5 premiers hommes et femmes qui passeront au sommet seront récompensés par des primes à la seule condition de terminer le parcours et de se situer parmi les 8 premiers hommes ou femmes à l'arrivée.

La répartition sera la suivante : 1<sup>er</sup> : 250 € ; 2<sup>e</sup> : 200 € ; 3<sup>e</sup> : 150 € ; 4<sup>e</sup> : 100 € ; 5<sup>e</sup> : 50 €.

Récompenses hommes et femmes aux 5 premiers du classement scratch.

Récompenses aux 1<sup>er</sup> H et F de chaque catégorie. Bouquets de fleurs aux premières féminines. Tirage au sort coureurs présents.

Primes au record : masculin : 39'08 en 2018 par Abdelkader Algham.

féminin : 45'32 en 2018 par Fatiha Sanchez.

Pour le 5 km : récompenses aux 3 premiers H et F et 1<sup>er</sup> de chaque catégorie.

### RESPONSABILITÉ

Les organisateurs ont souscrit une assurance responsabilité civile. Ils déclinent toute responsabilité quant aux vols et accidents se produisant dans le cadre de la course. Conformément à l'article 6 de la loi 99-223 du 23 mars 1999, les concurrents devront présenter soit leur licence, soit un certificat médical datant de moins d'un an ou une copie certifiée conforme par un organisme habilité.

La participation à la course implique la connaissance parfaite et l'acceptation du présent règlement.

L'ASCG se réserve le droit d'interpréter le règlement et de faire connaître les modifications apportées avant le départ de la course.

### PRÉSENCE MÉDICALE

1 ambulance UNASS, présence médicale et plusieurs secouristes.

## La Pène 2022



## BULLETIN D'INSCRIPTION

# La montée de la Pène 2022

### Votre choix :

- 5 km (10 €)  
 Marche nordique (10 €)  
 12,1 km (12 €)

NOM : ..... Prénom : .....

Année de naissance : ..... Sexe : M F

Adresse : .....

Ville : ..... Code Postal : .....

N° Licence ou CM : .....

### Pour les mineurs, l'autorisation parentale est OBLIGATOIRE.

Je soussigné(e)..... autorise mon fils, ma fille à participer à cette épreuve.

Fait à Galargues, le 18 décembre 2022

SIGNATURE

### NE PAS OUBLIER LE CERTIFICAT MÉDICAL.

Par correspondance, votre chèque à l'ordre de l'ASCG chez C. GAYRAUD, 15 rue Louis Tribble, 34130 SAINT-AUNÈS.

Les concurrents sont réputés avoir pris connaissance du règlement ci-dessus.

Le 18 décembre 2022

SIGNATURE