

Eco Trans Bleue - 2 Collines - Marche Bleue

Un parcours de 16,5 kms pour l'ETB, 9,4 kms plus accessibles pour **les 2 Collines** et 10 kms la **Marche Bleue / marche nordique** (chronométrée) ou **Rando** (allure libre).

90% des 2 parcours sont en pleine nature, donnant à voir de superbes vues du littoral.

Plus d'informations sur notre site www.cap-garonne.com.

REGLEMENT DE LA MARCHÉ

Départ à 8h 30 de l'Espace des Arts

Ouverte à toutes et tous

Pour les enfants à partir de 10 ans, obligatoirement accompagnés et ce jusqu'à l'âge de 16 ans.

Chronométrée ou à allure libre.

Le parcours de 10 kms (visible sur le site cap-garonne.com) sur petites routes, chemins et pistes forestières. 296m de dénivelé positif.

Les véhicules et les bus pourront stationner librement sur le parking de l'Espace des Arts.

L'assistance médicale sera assurée par un médecin avec DSA, Un poste mobile de secouristes, la Police Municipale

Inscription obligatoire. Elle sera matérialisée par le port d'un dossard remis à l'inscription qui donne droit outre la couverture générale de la manifestation (assistance médicale, signaleurs, assurance), les ravitaillements sur le parcours et à l'arrivée.

Les organisateurs sont couverts par une Responsabilité Civile.

Obligations : Des **chaussures adaptées** à la marche sur chemins caillouteux sont obligatoires. Suivre impérativement les itinéraires balisés. Respecter le code de la route et l'environnement. Porter assistance si besoin.

REGLEMENT DE LA COURSE

Départ à 9h de l'Espace des Arts

- Courses ouvertes aux féminines et masculins licencié(e)s ou non dans les catégories CA (pour le 9,4 kms), JU, ES, SE, Master.
- Le parcours : 16,5kms/440m+ pour **l'Eco Trans Bleue**, 9,4kms/296m+ pour **les 2 Collines** sur petites routes et pistes forestières (90% sans voitures).
- Ravitaillements aux kms : 5,5, 7.3, 12.3 et à l'Arrivée.
- L'assistance médicale sera assurée par un médecin avec DSA, l'ADPST, la Police Municipale.
- Les organisateurs sont couverts par une Responsabilité Civile. Les licenciés bénéficient de la couverture d'assurance liée à leur licence et il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

RETRAIT DES DOSSARDS :

**Devant l'office du tourisme du Pradet le Samedi 12 septembre 2020 de 10h00 à 18h00
et le Dimanche 13 septembre de 7h30 à 8h30 salle de l'Espace des Arts .**

Aucune inscription adressée par courrier ne sera prise en compte sans son règlement.

COMMENT S'INSCRIRE ?

Par courrier : Cap Garonne Organisation, 579 avenue Jean Moulin, La Bâtie, 83220 Le Pradet.
Chèque à l'ordre de Cap Garonne Organisation.

En ligne : www.cap-garonne.com ou www.kms.fr

Foulées Hyères : 1 Av. du 8 Mai 1945 à Hyères

Terre de Running : 375 Av. Saint-Just à la Garde

Running Conseil : Le Mermoz, Av. Jean Mermoz à Ollioules

Sur place : Samedi 12 septembre 2020 devant l'office du tourisme (place de la poste du Pradet), 10H00 à 18h00

Le jour de la course : A l'Espace des Arts jusqu'à 8h30

Toutes informations concernant le logement individuel ou de groupes s'adresser à l'organisateur.

RECOMPENSES

Marche Bleue : Un tee-shirt technique commémoratif de l'événement. Podium marche nordique.

Attention : Les Marcheurs Nordiques surpris à courir seront disqualifiés.

ECO TRANS BLEUE : Inscrite au challenge SPIRIDON

- Un tee-shirt technique aux 500 premiers inscrits.
- Les 3er(e)s athlètes au scratch seront récompensés
- Les 1er(e)s de chaque catégorie seront récompensés sans cumul.
- Challenge du nombre « **GU Bianchi** » Club FFA, associations et entreprises.

LES 2 COLLINES : Inscrite au challenge départemental

- Un tee-shirt technique aux 300 premiers inscrits.
- Récompense aux 3er(e)s du scratch et les 1er(e)s de chaque catégorie sans cumul

Nombreux lots par tirages au sort.

Bulletin d'inscription

N° DOSSARD :

SEXE F / M	ANNEE de NAISSANCE	N° LICENCE pour les licencié(e)s FFA	CLUB ou ENTREPRISE	VILLE

NOM - Prénom :

Portable :@mail :

Course Eco Trans Bleue : 15€ jusqu'au 01/09, 18€ jusqu'au 12/09, 22€ le jour de la course

Les 2 Collines : 12€ jusqu'au 01/09, 14€ jusqu'au 12/09, 17€ le jour de la course

La Marche Bleue : 12€ (**Gratuit** pour les enfants de + 10ans et – de 16ans)

Les participants autorisent le Club Cap-Garonne à exploiter les photos prises à l'occasion de l'épreuve et à publier leur nom pour les besoins du classement.

Pour les compétiteurs non licenciés FFA, aucune inscription ne sera prise sans un certificat médical (ou sa photocopie) de moins d'un an de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition.

Tout(e) concurrent(e) accepte le présent règlement. L'association décline toute responsabilité en cas de problèmes physiques ou physiologiques.

Date :2020

Signature :