

les  
**F**  **ULÉES**  
**MONFLANQUINOISES**

PRÉSENTATION - RÈGLEMENT - BULLETIN D'INSCRIPTION

**DIMANCHE  
6 SEPT  
2015**



# les **F** **ULÉES** **MONFLANQUINOISES**

Course du Challenge des courses nature des Vallée du Lot & de la Garonne

## DEPARTS

9h00 10 km, 20 km

9h05 Rando, marche nordique

11h15 Enfants & Ados

**Monflanquin (47)**  
**Stade de COULON**

**Dim. 6 Septembre**



1 km

Rando

10 km

20 km



**Une course nature ouverte à tous**

**CONTACTS**

06 81 36 98 91 ou 06 08 35 07 54  
macmonflanquin@orange.fr



# PRÉSENTATION

Le MAC 47 organise **les 8èmes foulées Monflanquinoises dimanche 06 septembre 2015** qui s'élanceront à 9h00.

**Un 10km** nature ouvert à tous sera le support du challenge féminin sur un très beau parcours varié qui ravira les concurrents.

Inscription 12 € ([chrono-start.com](http://chrono-start.com)) ou pour les retardataires sur place.

**Le 20km** nature ouvert à tous sera le support du challenge masculin sur un tout nouveau parcours avec un passage à gué...

Inscription 14 € ([chrono-start.com](http://chrono-start.com)) ou pour les retardataires sur place.

**Les randonneurs et marcheurs nordiques** ne seront pas oubliés à 9h05 pour 10 km (Inscription 5 € sur place) Outre les ravitaillements sur le parcours, celui d'arrivée est toujours varié et agrémenté de nombreux jus de fruits biologiques...

**Les 2 courses enfants de 1 km** à 11h15 (Primaire et collège) seront l'occasion de venir en famille pour profiter de ce moment toujours très apprécié et gratuit, récompense pour tous à l'arrivée.

**La course sera retransmise en direct** avec les moyens techniques de Bernard Gipouloux qui assurera les commentaires en direct avec Max Migloli ; Quad Evasion 47 assurant les liaisons en quad sur le parcours.

**Tous les participants seront conviés à un casse-croûte** compris dans le prix de l'inscription et qui aura lieu pendant la remise des prix qui récompensera le scratch et les 3 premiers de chaque catégorie du 10 et du 20.

Vous pourrez également profiter d'un vide grenier sur cette plaine des sports organisé par Récré-Actions et d'un barnum à votre disposition pour vous rafraîchir, l'après midi laissera place au défi-sport organisé par la municipalité de Monflanquin.

**En partenariat avec :**

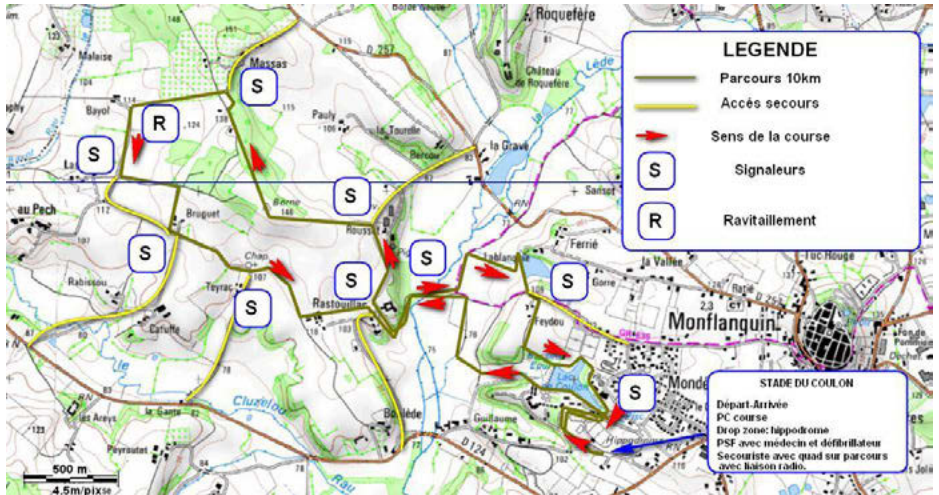


[La mairie de Monflanquin](http://www.mairie-monflanquin.fr)



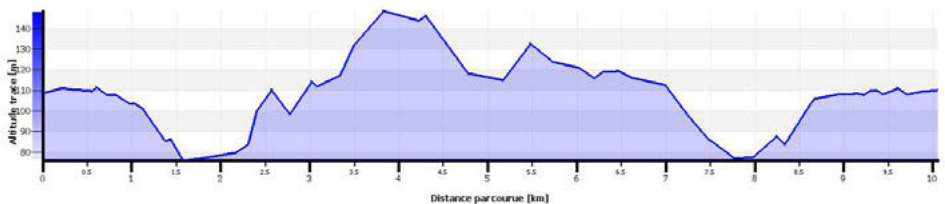


# TRAIL 10 KM



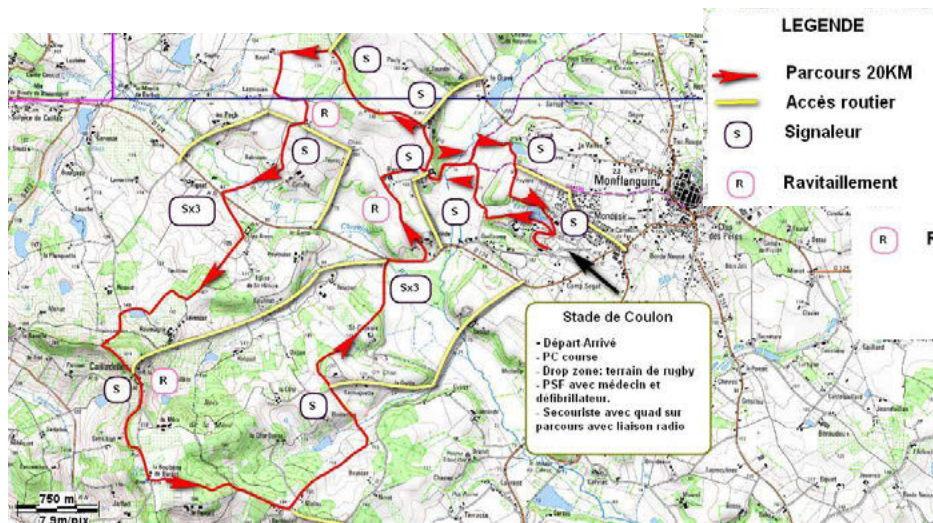
Le parcours du trail 10 Km

Dénivelé du parcours 10 Km : 140 m. de dénivelé+





# TRAIL 20 KM



Le parcours du trail 20 Km

Dénivelé du parcours 20 Km : 340 m. de dénivelé+





# REGLEMENT GENERAL

## Art. 1 : Organisation

Départ des épreuves Stade de Coulon (stade de rugby)

9h00 : course 10 & 20km 9h05 : rando 11h15 : course enfants

## Art. 2 : Inscription

**INSCRIPTION SUR PLACE A PARTIR DE 7H30 OU SUR LE SITE CHRONO-START :**  
chrono-start.com

FRAIS D'INSCRIPTION : **12€** pour le 10km **14€** pour le 20km **5€** pour les marcheurs  
GRATUIT POUR LES ENFANTS

Les épreuves sont ouvertes aux coureurs licenciés et non licenciés. Les coureurs non licenciés devront joindre au bulletin d'inscription un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition ou sa photocopie. Les coureurs licenciés devront indiquer leur n° de licence sur le bulletin d'inscription. Les dossards sont remis sur place le jour de la course. Ils devront être portés sur la poitrine, lisibles tout au long de la course. Chaque participant s'engage à céder ses droits à l'image pour toutes photos et vidéos prises lors de la course.

## Art. 3 : Course enfant Distance 1km

Un tour de stade de 1 km.

Une autorisation parentale sera obligatoire. Inscription sur place au stade de Coulon.

## Art. 4 : Sécurité

Tous les points dangereux seront protégés par des signaleurs.

Une permanence médicale sera assurée jusqu'à la fin des épreuves.

Ravitaillement sur le parcours et à l'arrivée.

## Art. 5 : Responsabilité

La manifestation est couverte par une police d'assurance souscrite auprès de la compagnie Generali. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Les participants non licenciés doivent être en possession d'une assurance individuelle accident ou d'un certificat de non contre indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an.

## Art. 6 : Les récompenses

Un lot souvenir aux 150 premiers inscrits. Podium scratch et par catégorie.

## Les plus

Vestiaires et douches sur place, pot et casse-croûte de l'amitié compris dans le prix de l'inscription. Tirage au sort des dossards.

# BULLETIN D'ENGAGEMENT

Nom : ..... Prénom : .....

Né(e) le : ..... N° Tél : ..... Sexe : M  F

Adresse : .....

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

E-mail : .....

**Course 20 km**

**Course 10 km**

**Rando**

**N°dossard**

Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence.

Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement et, s'ils sont mineurs, d'être munis d'une autorisation parentale.

## 1 - Licencié

Club : .....

N° Licence : .....

Joindre une photocopie de ma licence en cours de validité

Date & Signature

## 2 - Non Licencié

Joindre un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an.

Je dégage les organisateurs de toute responsabilité pour le cas où un accident quelconque surviendrait.

Date & Signature

## 3- Course enfant / Mineur

Je soussigné(e) M. .... Domicilié(e) à .....

Autorise mon fils ou ma fille ..... à participer à la course pédestre organisée par le Monflanquin Athlétic Club, et ce, sous mon entière responsabilité.

J'atteste sur l'honneur être en possession d'un certificat médical datant de moins d'un an de non contre-indication à la pratique de la course pédestre.

Fait à ..... le .....

Signature



**Association MAC 47**

Stade de Coulon

47150 Monflanquin

Tél. : (+33) 06 08 35 07 54

Tél. : (+33) 06 81 36 98 81

[info@mac47.org](mailto:info@mac47.org)

[www.mac47.org](http://www.mac47.org)