

CAP GARONNE ORGANISATION

PRESENTE

SAMEDI 20 juin 2009

La 3^{ème} édition des

6 HEURES DU PRADET

INDIVIDUEL, COUREUR ou MARCHEUR

ET

En relais 2 ou 4 coureurs

Hommes / Femmes / Mixtes / Vétérans / Familles

Course soutenue par l'O M S du PRADET

Départ 12h00 devant l'Hôtel de Ville du Pradet
Parc Municipal CRAVERO

Un repas offert aux participants
Clôturera la manifestation à partir de 21h

Tel. Renseignements et Inscriptions : 04 94 03 18 39
ou 06 71 41 67 74. Internet : www.cap-garonne.com

Règlement de la course

Les équipes seront composées de 2 ou 4 coureurs, les équipes mixtes devront comporter au minimum 1 femme.

Le premier relais s'effectuera au terme de 20mn de course. Les relais se feront impérativement dans la zone délimitée au-delà du point de contrôle, dans un couloir distinct réservé aux équipes de 2 ou 4 ou aux individuels. Le dossard sera en toute occasion parfaitement lisible, un seul concurrent de l'équipe devra se trouver sur le parcours.

Le classement se fera en tenant compte de la distance parcourue au terme des 6 heures.

Le Parcours est composé d'une boucle de 1 km tracée dans et autour du Parc municipal.
Récompenses : En individuel coureur et marcheur, aux 3er(e)s au scratch et par catégories sans cumul. Par équipe, aux 3^{èmes} équipes H / F / Mixte, et à la 1^{ère} équipe Vh / Vf / V mixte et famille ainsi qu'un challenge du nombre.

Inscriptions : limitées à 250 coureurs de la catégorie cadet à vétéran pour les équipes. L'engagement est fixé à 14 euros pour les individuels, 25 euros pour les équipes de 2 et 45 euros pour les équipes de 4. Règlement à l'ordre de Cap Garonne Organisation. Des ravitaillements chauds et froids sont prévus. **Un cadeau sera offert à tous les participants, ainsi que le tee-shirt « finisher ».** Un **repas, offert** aux concurrents (7euros pour les accompagnateurs), clôturera la manifestation.

Les inscriptions se feront chez **Endurance Shop Toulon**, par **fax au 04 94 08 06 20** ou par **courrier : villa diafa lot 9 pin de galles 83220 le Pradet**. Tous les participants devront fournir la photocopie de leur licence ou celle du certificat médical.

Bulletin d'inscription 6 heures du Pradet 2009

Individuel : (nom, prénom, date de naissance, club ou ville et signature)

.....
.....

Marcheur - Coureur (rayer la mention inutile)

Nom de l'Equipe :

1^{er} relayeur :

2^{ème} relayeur :

3^{ème} relayeur :

4^{ème} relayeur :

Catégorie du relais : (H/F/Mixte/ Vh/Vf/Vm/ Famille/ 2 ou 4)

.....

(indiquer le nom, prénom, date de naissance et signature de chaque relayeur)

Nous déclarons et attestons par notre signature, avoir fourni, avec le bulletin, la photocopie des licences ou du certificat médical autorisant la pratique de la course à pied en compétition.