

INFORMATIONS PRATIQUES

PARCOURS : Urbain sur routes, carrefours protégés, ravitaillement au km 5.

ACCUEIL :

A partir de 8 H 00 au gymnase du Lycée Lazard, rue Rauski. Vestiaires et douches. Après la course thé et gâteaux gratuits. Animations musicales.

CHRONOMETRAGE : Par puce électronique dans le dossard.

DEPART :

Par sas d'objectif : **SAS 1 (-50mn) SAS 2 (+50mn).**

INSCRIPTIONS :

A l'aide du bulletin d'inscription. Droit d'inscription : 10 €

Fin des inscriptions le samedi à 12 h. Pas d'inscription le jour même.

Tee-shirt technique aux 1900 premiers pré-inscrits.

CONDITIONS :

Age minimum : 16 ans, être né(e) en 2000 ou avant.

RECOMPENSES :

Prime de 100€ à la 1^{ère} femme et au 1^{er} homme qui passeront devant le café Alex (impératif terminer la course).

Primes aux 10 premiers hommes et femmes, médaille à l'arrivée, cadeau Yves Rocher aux féminines dans la limite des stocks disponibles.

Tirage au sort des dossards (nombreux lots de valeur).

REMISE DES PRIX :

A partir de 11 H 30 au gymnase du Lycée Lazard.

RENSEIGNEMENTS :

Office du Tourisme Sarreguemines Confluences ☎ : 03 87 98 80 81

ASSA ☎ : 03 87 98 15 68

Résultats consultables sur les sites internet le dimanche 18/10/2015 vers 14 h

CAN: <http://courezavecnous.com>

ASSA: <http://assa.athle.com>

Relevez votre N° de dossard et vérifiez votre inscription (validée après paiement et copie du certificat médical ou de la licence) sur ces sites internet à partir du 05/10/2016.

**10 KM DE SARREGUEMINES
DIMANCHE 16 OCTOBRE 2016
DEPART 10H 00 AVENUE DE LA BLIES**

Un grand merci à tous nos sponsors



Café CHEZ ALEX
1 rue L. Pasteur
57200 Sarreguemines



SESAME serrurerie
dépannage et vente coffres-forts et serrures
06 13 25 55 02 - contact.sesame@laposte.net



Notre métier, vous accompagner... www.avssante.fr
☎ 03 87 06 6000



10 Km de Sarreguemines



PRIMES Parité Hommes / Femmes	SCRATCH H + F 1er/ère : 180 € 2eme : 160 € 3eme : 140 € 4eme : 110 € 5eme : 90 € 6eme : 50 € 7eme : 45 € 8eme : 40 € 9eme : 35 € 10eme : 30 €
Challenge du nombre	Coups et lots aux 3 premiers de chaque catégorie.
Primes et coupes aux 3 premières équipes	
Prime de 100€ à la 1 ^{ère} femme et au 1 ^{er} homme qui passeront devant le café Alex (impératif terminer la course)	

N°

BULLETIN D'INSCRIPTION

A faire parvenir impérativement au plus tard le **15 Octobre 2016** 12 h à :
 Office de Tourisme Sarreguemines Confluences
 11, rue du Maire Massing 57200 SARREGUEMINES
Fin des inscriptions le samedi à 12h. Pas d'inscription le jour même

Accompagné de votre règlement de 10 € par chèque bancaire (à l'ordre du CAN) ou espèces, et la photocopie d'une **licence sportive d'athlétisme**, de **Triathlon** ou d'un certificat médical de **non contre indication à la pratique de la course à pied en compétition** datant de moins d'un an (ou sa photocopie).

N° LICENCE

NOM PRENOM

SEXE M F SAS 1 (-50mn) SAS 2 (+50mn)

ANNEE DE NAISSANCE: 19..... CLUB / ASSOCIATION.....

ADRESSE / N° RUE

CODE POSTAL VILLE

N° DE TELEPHONE MAIL

SIGNATURE

CERTIFICAT MEDICAL ou licence "FFA" ou de TRIATHLON OBLIGATOIRE