

**Organisation et renseignements :**

Ski Club des Fourgs  
[www.sc-fourgs.blogspot.com/](http://www.sc-fourgs.blogspot.com/)

**Adresse courriel :**

[ski-club.lesfourgs@laposte.net](mailto:ski-club.lesfourgs@laposte.net)

**Départ et Arrivée :**

Sortie du village en direction de la Suisse, face au parking de la Coupe.  
 Départ des 10 Kms à 9h30 / Départ des 30 Kms 10h00.

**Inscriptions :**

→ Par courrier avant le 30 Décembre 2009 à Sylvie AYMONIER . 20, grande rue, 25300 Les Fourgs, à l' aide du bulletin d'inscription ci-joint dûment complété (1 par concurrent), accompagné du règlement par chèque et de la photocopie d'un certificat médical d' aptitude à la pratique du ski de fond en compétition (**OBLIGATOIRE POUR LES NON LICENCIÉS, POUR L'OBTENTION DU TICKET COURSE**).

→ En ligne : sur le site <http://www.activeurope.com>

→ Au bâtiment Accueil Ski de Fond - La Coupe- Les Fourgs le samedi 2 Janvier 2010 de 10h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00

**ATTENTION ! Le tarif des inscriptions sera majoré de 5 € pour les inscriptions prises sur place le dimanche matin.**

**Droits d'inscriptions : (Voir Bulletin d' inscription)**

Pour les concurrents non titulaires d'une licence FFS, l' achat d'un ticket course est obligatoire (Assurance FFS). Avec **CERTIFICAT MEDICAL**

**Retrait des dossards :**

Au bâtiment Accueil Ski de Fond des Fourgs lors des périodes d'inscription ci-dessus.

**Style :** Un contrôle intermédiaire des dossards sera fait sur le parcours des 30 Kms libres avec double traçage. Il est formellement interdit de patiner dans les traces prévues pour le pas alternatif.

**Contrôle**

Cours des 30 Kms

**Ravitaillement :**

Deux ravitaillements seront installés sur le parcours des 30 Kms, plus un à l' arrivée.

**Prix :**

La remise des prix aura lieu dès la fin de la course.

Un prix sera remis à tous les concurrents ainsi qu'une soupe aux pois.

Tombola pour chaque dossard.

**CHAMPIONNAT REGIONAL LONGUE DISTANCE**

Course inscrite au Calendrier Championnat de France Vétérans.

**BULLETIN D'INSCRIPTION**

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_ Né ( e ) le : \_\_\_\_\_

Ville : \_\_\_\_\_ Code Postal : \_\_\_\_\_

E-Mail : \_\_\_\_\_ Tèl : \_\_\_\_\_

Club : \_\_\_\_\_

**Licence carte neige n° \_\_\_\_\_**

*(Titulaire pour la saison 2009/2010 de ce titre FFS ; a présenter lors du retrait du dossard).*

**Seules les personnes munies de licence FFS pourront participer à cette course. Sans ce titre ils devront acheter le ticket course + l'inscription.**

*Cochez la catégorie dans laquelle vous souhaitez courir.*

HOMME	cochez	CATEGORIE	cochez	FEMME	Euros	FS
Dossard n°		30 kms Elite (-150 points FFS)		Dossard n°	16	25
Dossard n°		30 Kms		Dossard n°		
<i>Surtaxe (Inscription le jour de la course)</i>					5	8

Dossard n°		10 Kms + de 18 ans né avant 1992		Dossard n°	11	15
Dossard n°		10 kms - de 16 ans		Dossard n°		
<i>Surtaxe (Inscription le jour de la course)</i>					5	8

*Si vous n'êtes pas titulaire d'une licence carte neige :(Vous munir d'un certificat médical)*

Etablissement d'une licence pratiquant fond loisir n° :		
ou établissement d'un ticket course n° :		9,95

**TOTAL POUR L'INSCRIPTION**

--	--

Attention ! Les participants non licenciés devront obligatoirement fournir lors de leur inscription une copie d'un certificat médical datant de moins d'un an autorisant la pratique du ski de fond en compétition

***Pour courir, adresser ce bulletin aini que son règlement pour le 30 décembre 2009 à :***

Sylvie AYMONIER, 20 Gde Rue 25300 LES FOURGS

Ou courriel : [ski-club.lesfourgs@laposte.net](mailto:ski-club.lesfourgs@laposte.net)