

Saint Estève - Baho, Pyrénées Orientales

Samedi 31 octobre 2009

100 km - 50 km Individuel - 50 km par équipes de 5 coureurs

Règlement

Bienvenue à tous

Le Spiridon Catalan organise le 31 octobre 2009 trois courses à pied en style libre (100 km individuel, 50 km individuel, 50 km par équipe de 5 coureurs), ouvertes à tous, licenciés ou non, avec le même départ et même circuit pour tous.

LIEU : SAINT ESTEVE, situé à 3 km de Perpignan, sur circuit homologué.

DEPART : 8 heures

DELAI : 24 heures

Course par équipes de 5 coureurs : chaque relayeur devra parcourir 1 boucle, soit 10 Km. La constitution des équipes est libre (âge, sexe).

PARTICIPATION :

Les épreuves sont ouvertes à tous, licenciés ou non, à partir de 20 ans dans l'année pour les 100 km et 50 km. A partir des cadets pour le 50 km par équipe. Les mineurs devront présenter une autorisation parentale.

CIRCUIT :

Aller et retour de 10 Km entre Saint Estève et Baho sur une petite route légèrement vallonnée. Le **circuit est fléché et le kilométrage signalé.**

Les véhicules à moteur sont interdits sur le circuit, seuls les suiveurs à vélo sont autorisés, ils pourront se rendre sur le circuit 2 km après le départ des coureurs. Les organisateurs n'ont aucun engagement envers les suiveurs, ceux-ci sont donc responsables des accidents.

CONTROLE :

Chaque coureur sera pointé aux deux extrémités du circuit. Le dossard sera bien visible sur le devant.

SECURITE :

Se munir d'un éclairage pour la nuit. De nuit le coureur se signalera par une **lumière rouge** sur l'arrière et par un **gilet fluorescent**.

ASSURANCES :

Le Spiridon Catalan a souscrit une assurance en Responsabilité Civile auprès de la CMA. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer individuellement. Les organisateurs, les villes de Saint Estève et Baho, déclinent toute responsabilité en cas de vol pendant et après l'épreuve.

RAVITAILLEMENT :

Un stand largement fourni est à disposition des coureurs et suiveurs à chaque extrémité du circuit (chaque 5 km).

HEBERGEMENT :

Gratuit à la Salle du RAC et Salle Frison Roche (se munir d'un sac de couchage), le petit déjeuner est offert à tous les concurrents.

Ou « Le Trèfle à Quatre Feuilles » : ½ pension + pasta partie du vendredi : 28 € (pasta partie seule, ouverte à tous : 12 €) ; réservation : 04 68 38 06 07.

RECEPTION :

Rendez-vous à la Salle du RAC, route de Baixas à Saint Estève.

Les coureurs arrivant par le train en gare de Perpignan peuvent être acheminés jusqu'à Saint Estève en voiture et raccompagnés au retour (préciser les horaires de train sur le bulletin d'engagement).

SERVICE SANITAIRE et SECURITE :

Médecin, secouristes, ambulance et cibistes tous les 1.5 km

RECOMPENSES :

100 et 50 km : un trophée aux 3 premiers scratch hommes et femmes, et aux 3 premiers de chaque catégorie (hors scratch), un diplôme et un souvenir pour chaque arrivant ;

50 km par équipes : un trophée aux trois premières équipes ;

RESULTATS :

Seront affichés dans la Salle du RAC à l'issue des compétitions. Par courrier ou mail dans la semaine. Sur www.spiridoncatalan.com.

RENSEIGNEMENTS :

auprès de Robert ESCARO tel : 04 68 52 89 05 ; 06 68 70 37 71 ;

www.spiridoncatalan.com

Email : accueil@spiridoncatalan.com

INSCRIPTION :

adressée à : Robert Escaro, 16 rue Etienne Terrus, 66000 Perpignan.

Merci de s'inscrire à l'avance pour permettre au Spiridon une meilleure organisation. Ou sur place le jour de la course à partir de 7 heures.

Chèque à l'ordre de « Spiridon Catalan ». (100 km : 20 € ; 50 km individuel : 10 € ; 50 km en équipe : 25 €)

Le Sport, c'est :

- § **Le respect des règles,**
- § **Le respect des autres,**
- § **Le respect de soi-même.**