

LE SPORTING CLUB GOURDON ATHLETISME
LA MAIRIE ET LE COMITE DES FETES DE MILHAC

VOUS PROPOSENT LE 21 JUIN 2015

LA 3^{ème} EDITION

LA MILHACOISE VERTE
Course nature



ARRIVEE

MILHAC

11 km

www.lamilhacoiseverte.fr

COURSE NATURE
MARCHE et MARCHE NORDIQUE de 11 KM

DEPART 10H PLACE DE LA MAIRIE DE MILHAC
RENSEIGNEMENTS AU 05 65 32 00 24 ou 05 65 41 02 79

ENGAGEMENT COURSE 8 €. 10 € LE JOUR DE LA COURSE

MARCHE et MARCHE NORDIQUE 6 €

Casse croûte à l'arrivée limité aux 220 premiers inscrits

1 € par participant sera reversé à l'association PERCE NEIGE



ASSURANCES
GOURDON
Vincent COMBES - Daniel ITHIRON

CAISSE D'ÉPARGNE
DE MIDI-PYRÉNÉES
DIRECTION TARN & GARONNE QUERCY

nutrimetics
Beauté, Forme & Bien-être
Nutrition Fonctionnelle
171 Rue Hâsard Bas-Joux - 79150 BIEUX - Tél. 01 39 33 74 00

RESTEZ CONNECTÉS AVEC NUTRIMETICS

De Nardi sarl

ENTREPRISE GÉNÉRALE DU BÂTIMENT - GÉNIE CIVIL

Quartier Grimaldi - 46300 GOURDON - Tél. 05 65 41 03 73 - Fax 05 65 41 40 57



PEUGEOT
OCCASIONS
DU LION
CAHORS - GOURDON

LADEPECHE

gan ASSURANCE

S.A.S GARRIGOU
TPCARRIÈRES
LA FORET 24250 GROLEJAC 05 53 28 11 17





BULLETIN D'INSCRIPTION

DOSSARD N°

Patrick ARADES
Cycles 7
117 Bd Gambetta - CAHORS
05 65 22 66 60

AGEFAUR
GOURDON-SOULLAC
GÉOMÈTRES-EXPERTS

A La Milhacoise Verte - Course nature de 11 km
Dimanche 21 juin 2015

Je soussigné (e) :

Nom : Prénom :



Date de naissance obligatoire : . . / . . / . .

Adresse :

.....

Catégorie : Sexe :

Club :

Licence FFA n° : (Joindre photocopie)

Vignoble M. C. Roch
Producteur de Vin de Grenier

La Glévide
46300 Gourdon
Tél. 05 65 41 36 69 - 06 63 31 41 74
vignobleroch@gmail.com

Ou photocopie du certificat médical (que nous conservons) de moins de un an, mentionnant : absence de contre-indication, à la pratique de la course à pied en compétition.

Toutes personnes ayant une autre licence que celles mentionnées précédemment ou sans certificat ne prendront pas le départ de cette course.

INSCRIPTION COUREUR : 11Km course ☐ 11Km marche ☐ 11Km marche nordique ☐

*Cocher la case correspondante

- Pré inscription 11 km : 8 € avant le 20 juin inclus et 10 € ensuite sur place.

Marche 11Km : 6 euros

Marche Nordique 11Km : 6 euros

☐ Licencié FFA (Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running, Pass' Running) ou Licencié FFTRI.

(Fournir une photocopie de la licence que les organisateurs conserveront)

☐ Licencié FSCF, FSGT ou UFOLEP faisant apparaître la non contre-indication à la course à pied en compétition.

(Fournir une photocopie de la licence que les organisateurs conserveront)

☐ Non licencié : fournir la copie d'un certificat médical de non contre-indication à la course à pied en compétition de moins d'un an.

ATTENTION !! Aucun autre document ne sera accepté pour attester de la présentation du certificat médical y compris les licences d'autres fédérations sportives (football, rugby, cyclisme, natation, montagne etc...).

*** Bulletin d'inscription et règlement (à l'ordre de S.C.G.A) à adresser à :**
Mme WEISZER Chantal, 1 rue des Lilas 46300 Gourdon

INFORMATION : courses et marches ouvertes aux coureurs licenciés ou non à partir de la catégorie cadet pour le 10km.

Signature et autorisation parentale pour les mineurs.

Les organisateurs sont couverts par une assurance responsabilité civile. GAN

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

Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

Remise des dossards de 8h30 à 9h45

TOUS LES DEPARTS : 10h00 à MILHAC, place de la mairie ARRIVEE : même endroit

PARCOURS : Une boucle de route et chemins, vallonnée avec dénivelés.

RAVITAILLEMENTS : 2 ravitaillements prévus sur le parcours, plus à l'arrivée.

Prendre connaissance du règlement et du circuit.

Imprimé par nos soins : NPJVP

PROGRAMME

La Milhacoise Verte - Course nature de 11 km Dimanche 21 juin 2015

8h30 : inscriptions à la salle des fêtes de Milhac

10h00 : 11km course : 10 € sur place (8 € par correspondance)

1 bouteille de vin * offerte à chaque participant sauf pour les mineurs.

10h00 : 11km marche et marche Nordique : 6 € 1 bouteille de vin * offerte à chaque participant sauf pour les mineurs.

- Passage par le château de Milhac
- Animation par le groupe folklorique La Bourreire de Gourdon.

Ravitaillement offert à l'arrivée

12h00 : apéritif offert par la mairie de Milhac

Remise des récompenses

12h30 : casse-croûte à la salle des fêtes de Milhac (limité aux 220 premiers inscrits).

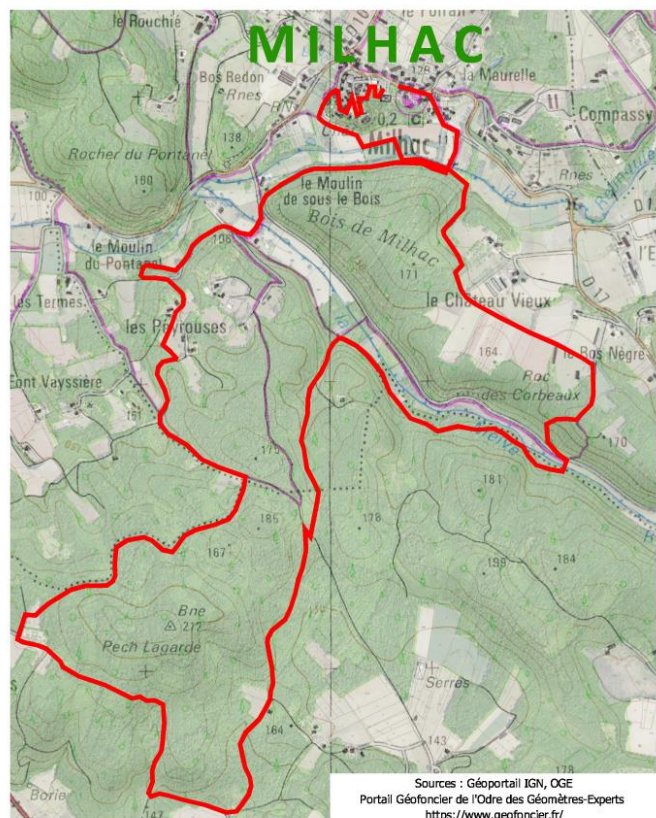
casse-croûte accompagnant 4 € .

- Bulletin d'inscription et règlement (à l'ordre de S.C.G.A) à adresser à :

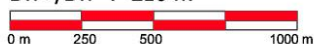
Mme WEISZER Chantal, 1 rue des Lilas 46300 Gourdon

Mail : chantal.weiszer3105@orange.fr

Milhac se situe entre Sarlat et Gourdon (à 12 km de Sarlat et 8km de Gourdon)



LONGUEUR CIRCUIT : 10,90 km
Dn+/Dn- : 210 m



Sources : Géoportail IGN, OGE
Portail Géofoncier de l'Ordre des Géomètres-Experts
<https://www.geoportail.fr/>
AGEFAUR
GOURDON-SOULLAC
GÉOMÈTRES-EXPERTS

PARCOURS sur OPENRUNNER

<http://www.openrunner.com/?id=4444600>





Règlement course

La Milhacoise Verte

Epreuves

- 10h départ du 11 km (réservé aux ca,ju,es,se,ve)
- 10h départ de la marche et de la marche Nordique ouverte à tous

Inscriptions

- Site internet : Bulletin d'inscription à télécharger sur : www.lamilhacoiseverte.fr
- Par internet : chantal.weiszer3105@orange.fr
- Par téléphone : 05.65.32.00.24
- Par courrier : Mme WEISZER Chantal, 1 rue des Lilas, 46300 Gourdon
- A Milhac : le jour de la course

Frais d'inscription

- Course 8€ (10€ le jour de la course)
- Marche et Marche Nordique 6€

Assurance responsabilité civile

Le Sporting Club Gourdon Athlétisme est assuré par GAN ASSURANCES

Récompense du 11km course : coupes et lots divers

- 3 premiers hommes au scratch
- 3 premières femmes au scratch
- Le premier V1 homme et femme
- Le premier V2 homme et femme
- Le premier V3 homme et femme
- Le plus jeune participant
- Le plus âgé des participants

Les récompenses ne se cumulent pas.

Ravitaillements : 4^{ème} Km / 8^{ème} Km et arrivée

Sécurité

- Ouverture de la course par VTT
- Fermeture de la course par VTT
- Présence d'une équipe de secouristes
- Présence signaleurs à chaque carrefour

Divers

- Tous les participants s'engagent à respecter le code de la route, s'engagent à respecter l'environnement
- L'organisateur se réserve le droit de publier les photographies des participants sauf avis contraire des intéressés lors de l'inscription
- L'organisateur se réserve le droit d'annuler les épreuves si la sécurité des participants ne devait pas être parfaite et ceci pour quelques raisons que ce soit (météo, manque de sécurité ou de secouristes ...)