

20^e
édition

GALARGUES - HÉRAULT

La montée de la Pène

2022

DIMANCHE 18 DÉCEMBRE 2022



3 parcours au choix

► 5 km : départ à 10 h (tarif : 10 €)

► Marche nordique (12,1 km) : départ à 9 h 30 (tarif : 10 €)

► 12,1 km : départ à 10 h (tarif : 12 €)

Bouteilles de vin :
"Intuition"
et verre souvenir remis
à tous les coureurs

ORGANISATION :

Animation Sportive et Culturelle Galarguaise

avec la participation de **HÉRAULT SPORT**

et de la **MAIRIE DE GALARGUES**

Sport
Hérault



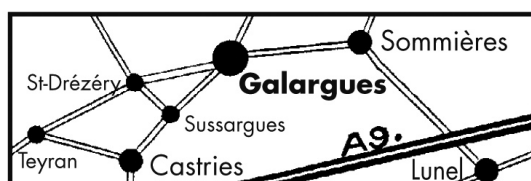
E.Leclerc
SA
A9

ANIMATION : Philippe PANETTA

Sol & Âme
L'ESPRIT VIGNERON

Résultats informatisés par ATS avec puce électronique
Présence des cibistes ASL - Présence médicale

Pour venir à Galargues, dans L'HÉRAULT



RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

ats-sport.com
ou **point course**

RÈGLEMENT

La Pène 2022



INSCRIPTION

Course à allure libre ouverte à tous, licenciés ou non, à partir de la catégorie cadets, pour le 12,1 km.
Pour le 5 km, la course sera ouverte à partir de la catégorie minimales.

Les catégories d'âge seront impérativement respectées.

Il n'y aura pas d'inscription pour les handisports en fauteuil roulant (chemins non adaptés).

Les inscriptions seront reçues par courrier ou **sur point course.**

ATTENTION, AUCUNE INSCRIPTION SUR PLACE.

CLÔTURE DES INSCRIPTIONS SUR INTERNET LE SAMEDI À 14 H.

L'accueil et la remise des dossards s'effectueront à partir de 8 heures au foyer municipal.

PARCOURS ET RAVITAILLEMENT

12,1 km : chemins communaux bitumés ou en terre au milieu des vignes et des oliviers.

5 km : parcours commun au 12,1 km sur environ 2 km et retour par les chemins dans la garrigue.

Départ et arrivée dans le village, ouverture du parcours avec HÉRAULT SPORT. Fermeture par le CCF de Galargues.

Pour le 5 km, ouverture et fermeture avec un vélo.

Ravitaillements Leclerc Saint-Aunès au km 5, au km 9 et à l'arrivée.

RÉCOMPENSES

A partir du km 3, la montée de la Pène, difficile sur environ 1 000 mètres, permettra d'atteindre le passage au sommet situé au km 5. Les 5 premiers hommes et femmes qui passeront au sommet seront récompensés par des primes à la seule condition de terminer le parcours et de se situer parmi les 8 premiers hommes ou femmes à l'arrivée.

La répartition sera la suivante : 1^{er} : 250 € ; 2^e : 200 € ; 3^e : 150 € ; 4^e : 100 € ; 5^e : 50 €.

Récompenses hommes et femmes aux 5 premiers du classement scratch.

Récompenses aux 1^{er} H et F de chaque catégorie. Bouquets de fleurs aux premières féminines. Tirage au sort coureurs présents.

Primes au record : masculin : 39'08 en 2018 par Abdelkader Algham.

féminin : 45'32 en 2018 par Fatiha Sanchez.

Pour le 5 km : récompenses aux 3 premiers H et F et 1^{er} de chaque catégorie.

RESPONSABILITÉ

Les organisateurs ont souscrit une assurance responsabilité civile. Ils déclinent toute responsabilité quant aux vols et accidents se produisant dans le cadre de la course. Conformément à l'article 6 de la loi 99-223 du 23 mars 1999, les concurrents devront présenter soit leur licence, soit un certificat médical datant de moins d'un an ou une copie certifiée conforme par un organisme habilité.

La participation à la course implique la connaissance parfaite et l'acceptation du présent règlement.

L'ASCG se réserve le droit d'interpréter le règlement et de faire connaître les modifications apportées avant le départ de la course.

PRÉSENCE MÉDICALE

1 ambulance UNASS, présence médicale et plusieurs secouristes.

BULLETIN D'INSCRIPTION

La montée de la Pène 2022

Votre choix :

5 km (10 €)

Marche nordique (10 €)

12,1 km (12 €)

NOM : Prénom :

Année de naissance : Sexe : M F

Adresse :

Ville : Code Postal :

N° Licence ou CM :

Pour les mineurs, l'autorisation parentale est OBLIGATOIRE.

Je soussigné(e) autorise mon fils, ma fille à participer à cette épreuve.

Fait à Galargues, le 18 décembre 2022

SIGNATURE

NE PAS OUBLIER LE CERTIFICAT MÉDICAL.

Par correspondance, votre chèque à l'ordre de **l'ASCG chez C. GAYRAUD, 15 rue Louis Tribler, 34130 SAINT-AUNÈS.**

Les concurrents sont réputés avoir pris connaissance du règlement ci-dessus.

Le 18 décembre 2022

SIGNATURE