



Les Foulées des Vignerons Arzac Médoc (33)
Samedi 19 octobre 2019
 Tél : 06 77 60 00 14
apa.arsac@gmail.com

Inscriptions en ligne courses natures et randonnées sur www.fouleedesvignerons.fr clôturées le jeudi 17 octobre à 12h.

Inscriptions sur place courses natures et randonnées uniquement le samedi 19 octobre à partir de 8h00 salle omnisports Panchon impasse de la Marine 33460 Arzac, avec majoration de 2 €, clôturées 1/2 heure avant chaque départ. Pas d'inscriptions sur place le vendredi 18 octobre.

Inscriptions sur place courses enfants uniquement le samedi 19 octobre de 11h30 à 12h30 au car podium sur la plaine des sports d'Arzac.

Pas d'inscriptions par courrier.

Épreuves	Participant(e)s né(e)s	Inscription en ligne	Inscription sur place	Départ
Course nature 18 km	en 2001 et avant	14 €	16 €	10h00
Course nature 10 km	en 2003 et avant	14 €	16 €	10h00
Course nature 5 km	en 2005 et avant	10 €	12 €	10h00
Randonnée 18 km	pour tous	14 €	16 €	10h15
Randonnée 10 km	pour tous	14 €	16 €	10h30
Course enfants 1 km	de 2008 à 2012	non	gratuit	12h30
Course enfants 2 km	de 2006 à 2007	non	gratuit	12h45

Retrait des dossards le vendredi 18 octobre de 17h00 à 19h00 et le samedi 19 octobre à partir de 8h salle omnisport Panchon impasse de la Marine 33460 Arzac.

1€ par inscription sera reversé à l'association caritative Les Liens du Cœur qui aide à la vie de l'enfant cardiaque.

Pour les courses natures 18 km 10km 5 km ; chaque inscription sur place sera obligatoirement accompagnée de la photocopie recto-verso de la licence FFA ou du Pass Running en cours de validité ou pour les non-licenciés de la photocopie d'un certificat médical de moins d'un an à dater de l'épreuve précisant la non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition.

La présentation du certificat médical sur tablette ou téléphone ne sera pas acceptée.

Chaque inscription en ligne ne sera validée qu'à réception du règlement et de la copie de la licence ou du certificat médical.

Pour les randonnées 18 km et 10 km ; pas besoin de licence ni de certificat médical. Randonnées gratuites pour les enfants accompagnés de moins de 12 ans.

Pour les courses enfants 1 km 2 km ; pas besoin de licence ni de certificat médical. Il sera exigé une autorisation parentale signée (formulaire disponible sur place).

Podiums à partir de 13h sur la Plaine des sports.

Une garderie gratuite pour les enfants de 3 à 12 ans sera organisée de 9h00 à 16h00 (inscriptions voir le règlement de la garderie en ligne sur www.fouleedesvignerons.fr).

Le règlement complet des épreuves est disponible en ligne sur www.fouleedesvignerons.fr

