



Union Sportive du Plateau du Gâtinais

12A Rue J. Charles BOULLE . 89150 St VALERIEN

LA VIVICITTA

Dimanche 21 avril 2013 à 10 h 00 à FOUCHERES Yonne).

R E G L E M E N T

La course pédestre sur route "La VIVICITTA" est organisée par la Section 'Course Pédestre' de l'Union Sportive du Plateau du Gâtinais.

La Vivicitta Deux distances : 4.5 km et 12 km.

L'organisateur applique le règlement de la commission nationale des courses hors stade. Chaque coureur doit :

- soit présenter une licence **FFA, FSGT, UFOLEP, FSCF, Triathlon précisant la pratique de l'athlétisme ou de la course à pied en compétition.**
- soit fournir une photocopie (certifiée conforme par l'intéressé) de son certificat médical de non **contre-indication à la course pédestre en compétition ayant moins d'un an avec la date, son nom, et sa signature.** Il sera conservé par l'organisateur en tant que justificatif en cas d'accident. Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la présentation du certificat médical.

Les inscriptions se font sur place à partir de 8 h 30. (Parking à proximité)

Le départ des courses est donné à 9h45 pour le 4.5 km et 10h15 pour le 12 km. Le point de départ des deux distances est situé Rue du bout du monde, à proximité du Monument aux morts.

Circuit :

- Distance de 4.5 km : une boucle entre FOUCHERES et LES BALESMEs relativement plat.
- Distance de 12 km : une boucle partant de FOUCHERES, passant par LES BALESMEs, puis direction VILLENEUVE LA DONDAGRE, et enfin, retour sur FOUCHERES (circuit relativement plat).

Tous les kilomètres sont indiqués.

Les épingles pour fixer le dossard ne sont pas fournies par l'organisateur.

Ravitaillements au 6ème km, (en cas de forte chaleur, un ravitaillement au 9ème km sera ajouté) et à l'arrivée.

La sécurité est assurée par une équipe de sauveteurs secouristes. Il est demandé aux coureurs de courir sur le côté droit de la chaussée.

Les catégories autorisées sur les deux courses sont celles de la FSGT :

Cadets, Juniors, Senior 1, Senior 2, Vétérans 1, Vétérans 2, Vétérans 3, Vétérans 4 pour le 12 km

Minimes, Cadets, Juniors, Senior 1, Senior 2, Vétérans 1, Vétérans 2, Vétérans 3, Vétérans 4 pour le 4.5 km

Chaque coureur reçoit lors de son inscription, un maillot 'Vivicitta'.

Droits d'inscription :

4 € pour le 4,5 km et 6 € pour le 12 km

1 coupe au premier et à la première de chaque catégorie
Coupes supplémentaires en fonction du nombre d'arrivants.