



# Union Sportive du Plateau du Gâtinais

12A Rue J. Charles BOULLE . 89150 St VALERIEN

LES GRIMPETTES DE L'ORVANNE  
Dimanche 20 mars 2011 à 10 h 00 à DOLLOT Yonne).

## REGLEMENT

La course pédestre sur route "LES GRIMPETTES DE L'ORVANNE" est organisée par la Section 'Course Pédestre' de l'Union Sportive du Plateau du Gâtinais en collaboration avec le Syndicat d'Initiative de DOLLOT.

### Les Grimpettes de l'Orvanne Deux distances : 5 km et 13 km(12,925).

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 de la course est donné à 10 h 00, place de la mairie à Dollot.

### Circuit :

#### Course des As -deux boucles-

- la première de 5 km.
- la seconde de 8 km.

#### Course pour tous -une boucle-

- la première de 5 km.

Tous les kilomètres sont indiqués.

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

Ravitaillements à 5 km, à 9,4 km et à l'arrivée.

La sécurité est assurée par une équipe de secouristes en liaison avec un médecin. Il est demandé aux coureurs de courir sur le côté droit de la chaussée.

Les deux courses sont ouvertes aux coureurs des catégories suivantes :

Cadets (1994-1995) ;	Juniors (1992-1993) ;	Espoirs (1989-1991) ;
Seniors (1972-1988) ;	Vétérans 1 (1962-1971) ;	Vétérans 2 (1952-1961) ;
Vétérans 3 (1942-1951) ;	Vétérans 4 (1941 et avant).	

**La course des 5 km est accessible aux Minimes (1996-1997)**

Les catégories sont les mêmes pour les masculins et les féminines.

Chaque coureur terminant l'épreuve reçoit en échange de son dossard un cadeau souvenir.

### Droits d'inscription :

Course pour tous 5 km : **3 EUROS**

Course des As 13 km : **6 EUROS**

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