

# Bulletin d'inscription

NOM : ..... Prénom : .....

Date de naissance : ..... Sexe : M  F

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Adresse mèl : .....@.....

## Parcours sportif

DEFI : Homme  Femme

GRAND DEFI : Homme  Femme

Randonnée

Parcours "Découverte"  (1)

Club ou association : .....

Un certificat médical d'aptitude à la course à pied en compétition de moins d'un an pour les non licenciés sera exigé avant le départ (uniquement pour le parcours sportif)

(1) : ENTOURER votre choix

# La VERNETOISE 2014

# LA VERNETOISE 2014

## Dimanche 6 avril



Le Vernet  
Sports  
et Nature

Complexe Gabriel Péronnet

Au programme :

Parcours découverte pour les enfants

Départ : 10h30

Randonnée autour du Vernet

Départ : de 8h à 10h

### Défi

50 balises - départ: 9h

### Grand défi

100 balises - départ: 9h



**100 balises  
4 circuits**

**INSCRIPTIONS**

Site internet: <http://cdco03.jimdo.com>

# LE VERNET

# PROGRAMME

Départ et Arrivée : **Complexe Gabriel Péronnet**

à partir de 7h30	Retrait des inscriptions
à partir de 8h	Départ Randonnée
8h45	Briefing
9h	Départ de l'épreuve sportive
10h30	Départ du parcours découverte
13h00	Palmarès et Remise des prix Vin d'honneur

# INSCRIPTIONS

Au moyen du bulletin ci-joint accompagné des droits d'inscription  
Ou directement sur le Site internet: <http://cdco03.jimdo.com>

Course ou randonnée :

Adulte	7 €	Licenciés FFCO / UNSS	5 €
Famille (à partir de 3)	10 €		
Parcours « découverte »	2 €		

Par chèque à l'ordre de « Le VERNET Sports et Nature »  
**Ravitaillement à l'arrivée**

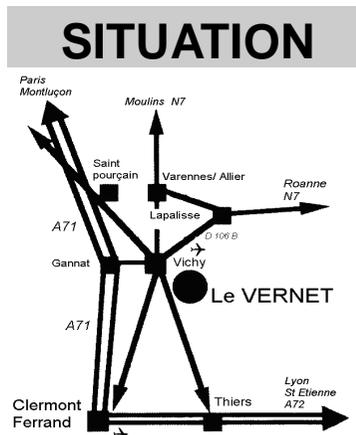
par courrier  
Patrick ARGOUT  
10 rue de chez Jacques  
3200 LE VERNET

Frédérique DUJON  
131 rue Jean Jaurès  
03200 VICHY

# RENSEIGNEMENTS

Frédérique DUJON  
04 70 97 97 88  
E-mail : frederique.dujon@orange.fr

Patrick ARGOUT  
04 70 97 85 64  
E-mail : patrick.argout@wanadoo.fr



# Parcours d'orientation

But :

## ❶ Parcours sportif :

**Défi** : Enchaîner 2 tronçons en poinçonnant le maximum de balises sur une durée de 2 heures

**Grand Défi** : Enchaîner 4 tronçons en poinçonnant le maximum de balises sur une durée de 4 heures

❷ Randonnée : Choisir son parcours en passant par les balises indiquées sur la carte (**départ entre 8h et 10h**)

❸ Découverte : Parcours d'environ 3 km, sous forme de jeu réservé aux enfants jusqu'à 12 ans sous la responsabilité des parents (**départ 10h30**)

Chaque participant adaptera son itinéraire en fonction de ses capacités

# REGLEMENT

1. Ouvert à tous
2. Epreuve en individuel
3. Les concurrents mineurs peuvent participer en fournissant une autorisation parentale
4. Tout concurrent ayant abandonné doit passer la ligne d'arrivée et déposer son carton de contrôle
5. Le choix de l'itinéraire est laissé à l'appréciation et à l'initiative des concurrents (pas d'ordre de poinçonnage)
6. Chaque participant pointera le plus de balises dans un temps imparti de 2 ou 4 heures
7. Un ravitaillement est placé sur le parcours
8. Respect du code de la route
9. Tout concurrent pris en train de jeter papier ou détritrus sera immédiatement éliminé
10. Au delà de 4 heures, des pénalités seront appliqués :

- ⇒ 2 points par minute (pendant les 10 premières minutes)
- ⇒ 5 points par minute (au delà de 10 minutes)

