

LA COURSE DU MARAIS

www.course-alternative.fr / www.ville-saint-omer.fr
 www.facebook.com/villedesaintomer / www.facebook.com/wcod.saintomer

par téléphone : 06.75.02.20.94
 par e-mail : gcockenpot@gmail.com

Attention ! Clotûre des inscriptions le jeudi 3 octobre à l'heure de la fermeture
 du magasin DECATHLON LONGUENESSE
 (permanence de 10h à 12h et de 15h à 20h) et à 23h59 sur internet.

Document réalisé par le service communication de la Ville de Saint-Omer, d'après le visuel créé par François Héru



LA COURSE DU MARAIS

7^E EDITION

500m • 2km • 5km • 10km

SAINT-OMER
06 DIM OCT

AMATEUR OU CONFIRMÉ,
 VENEZ PARTICIPER
 À LA SEULE COURSE
 SUR LES ROUTES DU MARAIS



INSCRIPTION POSSIBLE LE JOUR DE LA COURSE UNIQUEMENT
 POUR LES COURSES DE JEUNES ET POUR LES RANDONNÉES

INFOS : 06 75 02 20 94



La Course du Marais se compose de deux parcours : l'un de 10 km et l'autre de 5 km. Des courses de 300m à 2km sont également prévues pour les jeunes (de baby-athlétisme à benjamins). Départ et arrivée Place de la Chière à Saint-Omer.

Pour votre inscription, munissez-vous :

- Soit d'une licence Athlétisme Compétition, Athlétisme Entreprise, Athlétisme Running ou d'un Pass' Running, délivrés par la FFA, en cours de validité à la date de la manifestation.
- Soit d'une licence sportive, en cours de validité à la date de la manifestation, délivrée par une fédération uniquement agréée, sur laquelle doit apparaître, par tous moyens, la non-contre-indication à la pratique de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition.
- Soit d'un certificat médical de non-contre indication à la pratique de l'Athlétisme en compétition ou de la course à pied en compétition, datant de moins de un an à la date de la compétition, ou de sa copie.

Sécurité :

Ambulances et positionnement des services de secours sur la Place de la Chière. Le parcours ne pouvant être interdit à toute circulation, les concurrents sont tenus de se tenir sur le côté droit de la chaussée et suivre les instructions données par les signaleurs placés tout au long du parcours.

Assurance :

Assurance Allianz - courtier Assurances du Marais 77, rue d'Arras à Saint-Omer.
Protection de l'environnement : Tout abandon de matériel, tout jet de déchets (ex : gel) hors des lieux prévus à cet effet (zones de ravitaillement) entrainera la mise hors course du coureur fautif par l'officiel FFA ou les signaleurs tout au long du parcours.

Résultats :

Les résultats du 5 et du 10 km seront envoyés par mail aux participants avec la Voix du Nord. Ils seront également consultables sur le site www.lnpca.fr, sur celui du WCOD : www.course-alternative.fr et sur celui de la Mairie de Saint-Omer.

Challenge CAPSO :

Le 10 km de la course du marais fait partie du challenge « Courir Autour du Pays de Saint-Omer ». La remise des récompenses du Challenge est prévue à TATINGHEM, Commune déléguée de SAINT-MARTIN-LEZ-TATINGHEM le samedi 30 novembre à 16h, salle des fêtes, Route de Boulogne.

Tous les participants à l'une des courses du challenge y sont conviés et recevront un lot souvenir.

Accompagnement des enfants :

Il est demandé aux parents de ne pas accompagner leurs enfants lors des départs.

Récompenses :

Un lot sera remis à tous les participants.

Randonnées :

Deux randonnées à travers le marais de Saint-Omer sont mises en place le jour de la course.

Départ à 8h30 pour les deux randonnées.

Les frais d'inscription de 3,00 euros seront intégralement reversés à l'association « ECOUTE TON CŒUR » qui vient en aide aux enfants autistes et à leurs familles.

Un souvenir sera remis à chaque participant.

Voici les horaires des courses (Merci de cocher la course choisie) :

A	9h30	Minimes à Masters	2005 et avant	MF	5 km
B	9h50	Cadets à Masters	2003 et avant	MF	10 km
C	11h15	Benjamins	2006/2007	MF	2100 m
D	11h30	Poussins	2008/2009	MF	1050 m
E	11h45	Jeunes Pousses	2010/2011/2012	MF	600 m
F	11h50	Baby Athlé	2013 et après	F	
G	11h55	Baby Athlé	2013 et après	M	

Inscriptions :

- Soit en envoyant ou déposant le bulletin d'inscription au siège de l'association : 36 rue Allent 62500 SAINT-OMER
- Soit sur le site de la ligue des Hauts de France d'Athlétisme : <http://www.njuko.net/courseumarais2019>

Clôture des inscriptions le jeudi 3 octobre

- à 20h : Heure de fermeture de DECATHLON LONGUENESSE (permanence de 10h à 12h et de 15h à 20h) le jeudi 3 octobre
- à 23h59 sur le site de la ligue

Remise des dossards : soit la veille à DECATHLON LONGUENESSE de 10h à 17h, soit le jour de la course Place de la Chière à SAINT-OMER.

BULLETIN D'INSCRIPTION (à remplir lisiblement)

Nom : Prénom :

Sexe : Année de naissance :

Adresse :

Ville : Code Postal :

Club : N° de licence :

Tél : Email (en majuscule) :@.....

Course choisie :

Nom de l'école : (indispensable pour le challenge des établissements scolaires).....

Droits d'inscription : 6€ pour les courses des 5 et 10 km (gratuit pour les autres courses)

Droit à l'image : Sauf avis contraire, vous autorisez les organisateurs à utiliser les photos, films ou tout autre enregistrement de la course sur lequel vous pourriez figurer.

N°Dossard

Signature du coureur

Signature des parents
(pour les mineurs)

