

29ème Édition de La FOULEE DE COTIGNAC

Dimanche 14 juillet 2019

Départ 18h Avenue Gambetta - Cotignac
Renseignements sur www.cap-garonne.com Tél. : 06.60.27.91.32

REGLEMENT DE LA COURSE

- **CAP GARONNE ORGANISATION** et la ville de **Cotignac**, présentent le dimanche 14 Juillet 2019, la 29^{ème} édition de La Foulée de Cotignac.
- **Deux parcours :**
Les chemins de Louis XIV course de 5kms ouverte à partir de minimes. Récompense seulement au 1^{er} de chaque catégorie.
La Foulée de Cotignac course de 12,7kms sur chemins et petites routes aux catégories féminines et masculines licenciées ou non : CA, JU, ES, SE, M1, 2, 3, 4, 5. Course comptant pour le Challenge Spiridon CA.
Le départ commun sera donné à 18H Avenue Gambetta. L'arrivée s'effectuera Avenue Gambetta.
3 ravitaillements sur le 12km. 2 ravitaillements sur le 5km.
- **A 16h30, courses enfants gratuites.** Catégories EA, PO, BE.
- L'assistance médicale sera assurée par un médecin avec DSA, la Police municipale et les Pompiers de Cotignac sur appel. Les organisateurs sont couverts par une Responsabilité Civile. Les licenciés bénéficient de la couverture d'assurance liée à leur licence et il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

COMMENT S'INSCRIRE ?

- **Par courrier :** Cap Garonne Organisation, 579 avenue Jean Moulin, La Bâtie, 83220 Le PRADET.
Chèque à l'ordre de CAP GARONNE ORGANISATION (CGO)
- Internet sur le site de **KMS:** www.kms.fr
- Hyères : **Foul&es Hyères**, 1 av du 8 mai 1945.
- Toulon : **Terre de Running**, 7 rue Berthelot
- Ollioules : **Running Conseil**, Le Mermoz, Av. Jean Mermoz
- **Sur place :** Dimanche 14 Juillet à partir de 15h (centre-ville). Retrait des dossards au même endroit.

La Foulée de Cotignac **12 €** avant la course. **15 € le jour même**
Les chemins de Louis XIV **8€** avant la course. **10 € le jour même**
Courses enfants jusqu'à benjamin **Gratuites**

Bulletin d'inscription

N° DOSSARD :

SEXE F / M	ANNEE de NAISSANCE	N° LICENCE pour les licencié(e)s FFA	CLUB ou ENTREPRISE	VILLE

NOM - Prénom :

Portable :@mail:

Merci de compléter ce document en lettres capitales pour une lisibilité maximale.

Les participants autorisent le Club de Cap-Garonne à exploiter les photos prises à l'occasion de l'épreuve ainsi qu'à publier leur nom pour le classement.

Pour les compétiteurs non licenciés FFA, aucune inscription ne sera prise sans un certificat médical (ou sa photocopie) de moins d'un an avec une non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition.

Tout(e) concurrent(e) accepte le présent règlement :

Date :2018

Signature :