

## PROGRAMME

### **SAMEDI 6 AOUT : Canimarche et Randonnée départ 20h30**

**INSCRIPTION SUR PLACE UNIQUEMENT A PARTIR DE 19h30 ( tarif libre )**

**Bouteille de vin souvenir et soupe chaude à l'arrivée ( Lampe frontale conseillée... )**

### **DIMANCHE 7 AOUT : CANICROSS et PROUILHA'THLON**

**8h** Départ Canicross et Inscriptions Prouilha'thlon

**9h** Départ Prouilha'thlon

**( TARIF LIBRE )**

**12h** Classement sans récompenses et Tombola au dossard

**Lot surprise à l'inscription et Casse-croûte réparateur offert à tous les participants**

**Attention, pas de gobelet plastique jetable sur les différentes manifestations. Munissez vous de votre propre gobelet recyclable. Pour information, Eco Cup à disposition sur place contre caution de 1 €.**



#### PLAN D'ACCES

#### COORDONNEES GPS

**Longitude : 1° 24' 31" E**

**Latitude : 44° 46' 10" N**

Inscription Canicross au 06 32 00 94 10

Mathilde BATHEROSSE

lescanimondanais@gmail.com

Inscription Prouilha'thlon au 06 78 84 37 78

Laurent OUSSET

PROUILHAC

46300 GOURDON

### Détails du déroulement du PROUILHA'THLON

#### \* 9h Départ

Partie Trail : 10 Km comprenant 3 séances de tirs.

\* A l'arrivée, passage du relais par contact au VTTiste dans le parc à vélos situé derrière la salle des fêtes.

Partie VTT : 2 boucles de 8Km chacune comprenant 2 séances de tirs par boucle ( 4 séances au total ).

\* Temps global pris à l'arrivée de la partie VTT et classement effectué après prise en compte des bonifications.

#### DETAIL D'UNE SEANCE DE TIRS ET CALCUL DES BONIFICATIONS :

\* 3 billes ( fournies sur le stand ) par séance de tirs pour atteindre la cible ( cloche métallique ) un maximum de fois .

\* Chaque impact donne droit à 30 s de bonifications sur le temps à l'arrivée, soit un total maximal possible de

Partie TRAIL : 3 stands x 3 tirs x 30" = 4'30"

Partie VTT : 2 tours x 2 stands x 3 tirs x 30" = 6'

**IMPORTANT : 4 LANCE-PIERRES SONT A DISPOSITION SUR CHAQUE STAND. LE PREMIER COUREUR QUI ARRIVE SUR LE STAND DE TIRS EST PRIORITAIRE !! POUR EVITER DE PERDRE DU TEMPS.**

**MUNISSEZ-VOUS DE VOTRE PROPRE LANCE-PIERRES.**

**En vente dans les magasins de pêche et chasse pour un coût moyen de 7€ environ**

#### Sécurité / Divers

Ouverture de la partie TRAIL par un VTT

Fermeture du Prouilha'thlon par un VTT

Présence d'une équipe de secouristes

Présence de signaleurs à chaque carrefour

Ravitaillements : 1 sur le parcours et 1 à l'arrivée

Les participants s'engagent à respecter le code de la route

Les participants s'engagent à respecter l'environnement

L'organisation se réserve le droit de publier des photographies des participants sauf avis contraire des intéressés à l'inscription

L'organisation se réserve le droit d'annuler les épreuves si la sécurité des participants ne devrait pas être parfaite et ceci pour quelque raison que ce soit ( conditions météo, désistement des secouristes... )

Réserve d'eau obligatoire pour la partie VTT

**PORT DU CASQUE OBLIGATOIRE POUR LA PARTIE VTT**

**Tout participant ne respectant pas ce règlement sera exclu des épreuves**

# BULLETIN D'INSCRIPTION

INDIVIDUEL  EQUIPE  
 Féminine  Masculine  Mixte

## Partie Trail et Canicross

M  F

NOM

PRENOM

ANNEE DE NAISSANCE :

CATEGORIE :

ADRESSE COMPLETE :

E mail :

CLUB :

Licencié(e) F.F.A. ( Adhé Compétition, Adhé Entreprise, Adhé Running, Pas d' Running )  
N° licence F.F.A. :

joindre à ce bulletin la photocopie de la licence

Licencié(e) FSCF, FSGT ou UFOLEP faisant apparaître la non contre-indication à la course à pied en compétition. N° licence :

joindre à ce bulletin la photocopie de la licence

Non licencié(e)  
joindre à ce bulletin un certificat médical datant de moins d'un an certifiant l'aptitude à la pratique de la course à pied en compétition. Ce certificat dégage les organisateurs de toute responsabilité pour le cas où un accident quelconque surviendrait.

Mineur(e) : compléter l'autorisation parentale ci dessous et joindre un certificat médical ( cf ci-dessus ) ou licence FFA.

Je soussigné(e) : \_\_\_\_\_ autorise

mon fils ,  ma fille

, NOM : \_\_\_\_\_ PRENOM : \_\_\_\_\_ à

participer au Prouilh'athlon . Je dégage les organisateurs de toute responsabilité pour le cas où un accident quelconque surviendrait.

Date

Signature

**POUR LA SECURITE DE TOUS, AUCUNE DECHARGE NE SERA ACCEPTEE**

**Il convient à tous les participants de souscrire une assurance individuelle accident.**

## Partie VTT

*(à compléter si participation par équipe)*

M  F

NOM

PRENOM

ANNEE DE NAISSANCE :

CATEGORIE :

ADRESSE COMPLETE :

E mail :

CLUB :

Licencié(e) F.F.C.T

N° licence :

joindre à ce bulletin la photocopie de la licence

Licencié(e) FSCF, FSGT ou UFOLEP faisant apparaître la non contre-indication au VTT en compétition.

N° licence :

joindre à ce bulletin la photocopie de la licence

Non licencié(e)  
joindre à ce bulletin un certificat médical datant de moins d'un an certifiant l'aptitude à la pratique du VTT en compétition. Ce certificat dégage les organisateurs de toute responsabilité pour le cas où un accident quelconque surviendrait.

Mineur(e) : compléter l'autorisation parentale ci dessous et joindre un certificat médical ( cf ci-dessus ) ou licence FFC.

Je soussigné(e) : \_\_\_\_\_ autorise

mon fils ,  ma fille

, NOM : \_\_\_\_\_ PRENOM : \_\_\_\_\_ à

participer au Prouilh'athlon . Je dégage les organisateurs de toute responsabilité pour le cas où un accident quelconque surviendrait.

Date

Signature

**POUR LA SECURITE DE TOUS, AUCUNE DECHARGE NE SERA ACCEPTEE**

**Il convient à tous les participants de souscrire une assurance individuelle accident.**

Joindre au bulletin d'inscription votre participation libre  
DATE

par chèque à l'ordre du Comité des Fêtes de Prouilhac.  
SIGNATURE :