

3ème Rassemblement National FSGT de MARCHE NORDIQUE

DIMANCHE 1 OCTOBRE 2017

LE MANS 72

ARCHE DE LA NATURE

Les 6 heures de la marche nordique

3ème rassemblement Fédéral FSGT de Marche Nordique

OUVERT A TOUTES ET TOUS

Départ 10H00

Arrivée 16H00



INDIVIDUEL OU RELAIS PAR EQUIPES DE 2, 4 OU 6

(Féminines, masculines et mixtes)

sur un circuit de 3.500 Km

A 10h et 14h sortie de 8Km sur un circuit balisé.

Initiation et démonstrations techniques

Encadrées par des Animateurs Fédéraux

Village avec stands matériel / Restauration / Buvette



Organisation - Le Cyclouplandais

Renseignements

Jeanpierre_Jeroy@orange.fr

Tél : 06 08 22 26 23

www.lecyclouplandais.fr



ARCHE DE LA NATURE LE MANS 72

Les 6 heures de la marche nordique

Dimanche 1^{er} octobre 2017

3^{ème} rassemblement fédéral FSGT de marche nordique

Objectifs

Rassembler dans le cadre d'une journée sportive conviviale et festive plus de 200 pratiquants marche nordique et de nombreux randonneurs pédestres

Une offre sportive très attractive et ouverte à tous les pratiquants

3 épreuves sont proposées

- 2 sorties individuelles de 8 km (marcheurs nordiques et randonneurs pédestres sur un circuit balisé en forêt à 10h05 et à 14h00 → Inscription 5 € sur place
- Une épreuve de 6h00 à réaliser en solo ou en relais (équipes de 2, 4 ou 6 marcheurs nordiques → bulletin d'inscription ci-joint

Adresse de la rencontre sportive...

- Arche de la nature, parking le Verger - 72000 LE MANS



Règlement de l'épreuve des 6 heures

Circuit en forêt à parcourir en marche nordique pendant 6 heures seul ou en équipe par relais à allure libre. Circuit de 3,5 km avec de faibles difficultés sur des chemins et allées forestiers agréables. Pendant toute l'épreuve, le ravitaillement est assuré sur le circuit pour les concurrents actifs.



Tarifs des inscriptions...

Participant	Inscription
Individuel(le)	12 €
Equipe de 2	20 €
Equipe de 4	32 €
Equipe de 6	36 €

Composition des équipes

Individuel(le)	1 Femme	1 homme		Encadrer la case
Equipe féminine	2	4	6	Encadrer la case
Equipe masculine	2	4	6	Encadrer la case
Equipe mixte	1 femme + 1 homme	2 femmes + 2 hommes	3 femmes + 3 hommes	Encadrer la case



Sorties individuelles

8 km à 10 h 05 et 14 h 00

- Circuit de 8 km ouvert aux marcheurs nordiques et aux randonneurs pédestres balisé et tracé en forêt sur le site de l'Arche de la Nature 72000 Le Mans.
- Chemins et sentiers forestiers sans grande difficulté. Allure libre
- Ravitaillement à l'arrivée
- **Participation : 5 euros**
- Inscription sur place
 - A partir de : 9 h 00 pour un départ à 10h05
 - A partir de : 13 h 00 pour un départ à 14h00
- **Inscription par courrier ou par mail : jeanpierre_leroy@orange.fr**

NOM _____

Prénom _____

Adresse _____

Code postal _____ Ville _____

Tél. _____ Adresse Mail _____

Chèque à établir à l'ordre de **LE CYCLOUPLANDAIS** avant le 25 septembre 2017
Adresse : LEROY Jean-Pierre - Les Chatelliers - 72210 LOUPLANDE

Renseignements : LEROY Jean-Pierre
Tél : 06 08 22 26 2
Email : Jeanpierre_leroy@orange.fr
Site internet : www.lecycloulandais.fr



Programme

8h00	Accueil sur le site au lieu-dit L'Arche de la nature LE MANS 72 (Parking Le verger situé à l'est du Mans) Retrait des dossards
10h00	Départ des 6 heures de la marche nordique
10h05	Départ marche nordique et randonnée pédestre de 8km circuit balisé
12h00	Restauration sur place (plateaux repas froids 10€ à réserver) Viandes grillées, frites, buvette
A partir de 14h00	Départ marche nordique et de randonnée pédestre de 8km circuit balisé
A partir de 14h15	Initiation à la Marche nordique gratuite (prêt de bâtons) Démonstrations techniques de marche nordique Stands matériels Marché de produits nature avec des producteurs locaux
16h00	Arrivée des 6 heures de la marche nordique
16h30	Remise des récompenses
17h00	Pot de l'amitié





Les 6 heures de la marche nordique LE MANS (Sarthe) Dimanche 1^{er} octobre 2017 Bulletin d'inscription "Epreuve relais"

Club : **Nom de l'équipe** :

Adresse du responsable de l'équipe :
.....

Email :@..... **Tél** :

Fédération : FSGT FFA FFR autre (rayer les mentions inutiles)

Etablir 1 bulletin par équipe

	Nom	Prénom	Sexe	Adresse
1				
2				
3				
4				
5				
6				

Les inscriptions sur place jusqu'à 9h30 seront majorées de 2€.

Règlement: un CB unique pour tous les engagements des participants d'une équipe ou d'un club.

Règlement par chèque à l'ordre de : **Le cycloplandais** accompagné du bulletin d'inscription avant le 25 septembre 2017 à l'adresse suivante : **LEROY Jean Pierre - Les chatelliers - 72210 LOUPLANDE**

Autorisation parentale pour les moins de 18 ans, les licenciés bénéficient des garanties liées à la signature de leurs licences, il incombe aux non-licenciés de s'assurer personnellement. Les participants autorisent les organisateurs à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles ils pourraient apparaître.

Je déclare avoir pris connaissance du règlement et je m'engage à participer sportivement avec le plus grand respect de la nature

Signature obligatoire

Réservation des repas : avant le 25 septembre 2017 délai de rigueur - CLUB _____

	Nombre	Prix	Prix total
Plateau du samedi midi		10 €	

Un CB unique pour les réservations de tous les repas des participants d'une équipe ou d'un club.

Chèque à établir à l'ordre de **LE CYCLOPLANDAIS** avant le 25 septembre 2017

Adresse : LEROY Jean-Pierre - Les Chatelliers - 72210 LOUPLANDE

Renseignements : LEROY Jean-Pierre - tél : 06 08 22 26 23 - Email : Jeanpierre_leroy@orange.fr - www.lecycloplandais.fr