

# BULLETIN D'INSCRIPTION

(PHOTOCOPIE ACCEPTÉE)

à retourner avant le mercredi 6 mars  
à Gérard BRUNET - 86 rue de Wervicq - 59560 Comines (F)  
(Chèque à libeller à l'ordre de **Courir à Comines**)

N° DOSSARD

--

9h45 <b>10 km</b> 8€	9h <b>5 km</b> 5€	11h15 <b>2 km</b> 2€	11h30 <b>1 km</b> 1€	11h40 <b>COURSE DÉCOUVERTE 800 m</b> 1€	9h15 <b>RANDO 5 km</b> 3€	9h15 <b>MARCHE NORDIQUE 10 km</b> 3€
----------------------------	-------------------------	----------------------------	----------------------------	---	---------------------------------	--

Nom \_\_\_\_\_

Prénom \_\_\_\_\_

Date de naissance \_\_\_\_\_ Sexe M  F  Catégorie \_\_\_\_\_

Club / Association / École / Entreprise \_\_\_\_\_

Licencié(e) OUI  NON  N° de licence \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Code postal \_\_\_\_\_ Ville \_\_\_\_\_

Mail \_\_\_\_\_

Tout coureur ou marcheur inscrit à la Course des Géants accepte que les organisateurs utilisent les photos, films ou tout autre enregistrement de cet événement, sur lequel il figurerait, notamment les résultats. Par notre intermédiaire, le coureur ou marcheur peut recevoir des propositions de partenaires ou autres organisateurs. Conformément aux dispositions de la Loi "Informatique et Liberté" n° 78-17 du 11 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification aux données personnelles vous concernant. Si vous le souhaitez, il vous suffit de nous écrire en nous indiquant votre nom, prénom et adresse. Idem pour la non publication de vos résultats sur notre site.

- Je m'engage à prendre connaissance du règlement de l'épreuve sur le site <http://couriracomines.e-monsite.com>
- Je soussigné **père, mère** ou **représentant légal** autorise mon enfant à participer à la Course des Géants.

**Signature obligatoire**

(du représentant légal pour les mineurs)

## Document OBLIGATOIRE : 2 km - 5 km et 10 km

- Je joins **une copie de ma licence** Athlé compétition, Athlé Entreprise, Athlé running ou Pass'Running, délivrés par la **FFA**, en cours de validité à la date de la course, ou de ma licence délivrée par la **FFCO**, la **FFPM**, la **FF Tri** ou la **FSGT-Athlétisme**, également valable le jour de la course.
- Je joins **une copie de ma licence sportive**, en cours de validité à la date de la course, délivrée par une fédération uniquement agréée sur laquelle doit apparaître non-contre indication à la pratique du **sport en compétition** de l'**Athlétisme en compétition** ou de la **course à pied en compétition**.
- Je joins **une copie de ma licence** délivrée par l'**UNSS** ou l'**UGSEL**, en cours de validité à la date de la manifestation, si je suis engagé par un établissement scolaire ou une manifestation sportive scolaire.
- Je joins **mon 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 d'un an à la date de la compétition, ou sa copie.



## Rejoignez notre club !

3 séances d'essai pour se décider



### RUNNING TRAIL



### MARCHE NORDIQUE



### ATHLÉTISME

6-12 ans / 13-15 ans

Plus de place de disponible en 6-12 ans pour la saison 2018/2019



### RENFORCEMENT MUSCULAIRE

En option pour les adhérents Running et Marche

[couriracomines@gmail.com](mailto:couriracomines@gmail.com) [couriracomines.e-monsite.com](https://www.facebook.com/couriracomines) 86 Rue de Wervicq - 59560 COMINES



**Laurent Brisfer**  
07 77 34 42 42  
[clim2saisons@gmail.com](mailto:clim2saisons@gmail.com)



**NORAUTO LAMBERSART**  
vous souhaite une excellente course

Nous vous accueillons du **lundi au samedi de 8h30 à 19h00**  
Rond point de l'Ingénieur Bertin - 59130 LAMBERSART  
Tél: 03 20 00 90 40

## VANUXEEM

Brasserie - Brouwerij

**Le plus grand choix de bières spéciales belges !**

Découvrez-les dès maintenant sur le site internet...

rue d'Armentières 150 | B-7782 Ploegsteert  
+32 (0) 56 58 89 23 • [info@vanuxeem.com](mailto:info@vanuxeem.com)

**WWW.VANUXEEM.COM**

# LA COURSE DES GÉANTS

**+ MARCHE NORDIQUE**

**+ RANDO**

DIMANCHE 2019

## 10 MARS

**Courir à Comines**

Running

Venez courir pour soutenir l'association

Les bénéfices seront reversés à HDD

9h45

10 km\*

9h

5 km

11h15

2 km

11h30

1 km

11h40

COURSE DÉCOUVERTE 800 m

9h15

10 km

9h15

5 km

\* LABEL DÉPARTEMENTAL GARDERIE ENFANTS

RENSEIGNEMENTS : 06 68 93 78 48  
[couriracomines.e-monsite.com](http://couriracomines.e-monsite.com)

ACCUEIL & DÉPARTS **Salle Edmond Decottignies**





Venez courir pour soutenir l'association



Handicap Droit Devoir

Cette année nous avons choisi de soutenir l'association HDD qui vient en aide aux personnes handicapées en prêtant gratuitement du matériel spécialisé nécessaire pour leur quotidien et leurs déplacements.

L'association HDD a pour projet de financer l'achat d'une véhicule adapté.

Si vous souhaitez les aider ou faire un don matériel ou financier vous pouvez contacter Mélanie Broucq, Présidente de l'association et membre de notre club.

Contact :

Tél. (+32)4 76 74 90 34  
melaniebroucq@hotmail.com

**Au Palais Gourmand**  
BOULANGERIE PÂTISSERIE  
Ouvert du lundi au samedi 7h - 18h30 non stop  
Dimanche et jour fériés 7h - 13h / **Fermé lundi**  
RUE DU FAUBOURG 23 - 7780 COMINES - Tél. 056/55 84 42

03 28 38 04 85  
**AAS**  
Accès Automatismes Serrurerie  
- Volets et Stores - Monte escaliers  
- Portails, portes de - Mini ascenseurs pour particuliers  
Garage, motorisations - 97, rue Gambetta - COMINES  
www.aas-comines.com

**On the run**  
105 rue Séré de Rivière  
59118 Wambrechies  
-15% sur présentation du dépliant  
contact@ontherun.fr  
09.63.51.72.78  
on the run wambrechies

**Boulangerie Pâtisserie Flippo**  
51 rue de la Victoire  
59560 COMINES  
Tél : 03.20.39.18.76  
Fermé le mercredi

**V.S. Coach Elec**  
Soyez au courant !  
0032 479 758 540  
Coach électricien  
Diagnostic  
Electricité générale  
vs.coachelec@gmail.com

### 1 • Participation

- **800 m** - Ouverte à tous les enfants accompagnés d'un adulte et aux enfants nés en **2010, 2011 et 2012**.
- **1 km** - Ouverte aux enfants nés en **2008 et 2009** (poussins)
- **2 km** - Ouverte aux enfants nés en **2006 et 2007** (benjamins) licenciés ou non\*
- **5 km** - Ouverte aux personnes nées en **2005 et avant** (minimes et +), licenciées ou non\*
- **10 km** - Ouverte aux personnes nées en **2003 et avant**, licenciées ou non\*
- **Randonnée et Marche nordique** - Ouvertes à tous.

Chaque participant doit s'assurer auprès de son médecin que son état de santé lui permette de parcourir la distance.

\*Les non licenciés doivent présenter lors de l'inscription ou au retrait des dossards un certificat médical ou sa copie (voir au dos > **Document OBLIGATOIRE**).

Le club Courir à Comines dégage toute responsabilité en ce qui concerne les vols pouvant survenir avant, pendant et après l'épreuve.

**Leonidas**  
Fresh Belgian Chocolates  
La Boutique aux Chocolats  
Revendeur officiel Leonidas depuis 1986  
rue d'Ypres, 3 - 7781 Warneton (B)  
http://leonidas-warneton.com

Artisan Fleuriste  
**Au Chalet Fleuri**  
12, route des Flandres  
7780 COMINES  
Tél. 056/55 51 87  
www.auchaletfleuri.be  
-10% sur présentation du dépliant

SUPERMARCHÉS  
**MATCH**  
Deûlémont  
lundi au samedi 8h30 - 19h30 - Dimanche 9h00 - 12h30  
Tél. 03 20 42 78 78 - www.supermarchesmatch.fr

## RÈGLEMENT

### 2 • Inscriptions

- **En ligne** > <http://couriracomines.e-monsite.com>
- **Par courrier**, les bulletins d'inscription doivent nous parvenir avant le **mercredi 6 mars**. Il n'y aura pas d'inscription par téléphone.
- **Sur place** (horaires et lieu, voir paragraphe 3)  
Le montant des droits d'inscription est fixé à :  
**800 m et 1 km = 1€ • 2 km = 2€**  
**5 km = 5€ • 10 km = 8€**  
**Randonnée / Marche nordique = 3€**

L'enregistrement définitif de l'inscription ne sera effectif que si le bulletin est accompagné du document obligatoire : licence ou certificat médical (voir ci-contre).

### 3 • Accueil/Dossards/Départs

> Salle **Edmond Decottignies** - Avenue des sports  
Accueil et retrait des dossards : samedi après-midi **14-18h** et dimanche dès **8h**.

### Inscriptions sur place :

samedi 14-18h et dimanche dès 8h > **20min** avant le départ des épreuves.

### 4 • Horaires

Dimanche 10 mars	
9h00	Course 5 km
9h15	Randonnée 5 km Marche Nordique 10 km
9h45	Course 10 km
11h15	Course 2 km
11h30	Course 1 km
11h40	Course découverte 800 m

### 5 • Assurances

Les organisateurs sont couverts par une police souscrite auprès de l'assurance IART. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence.

### 6 • Assistance médicale

La protection civile sera chargée de l'assistance médicale sur le parcours et à l'arrivée.

### Cette année encore...

- Garderie enfants gratuite.
- Consigne bagages surveillée.
- Douches et vestiaires H et F dans la salle Edmond Decottignies.
- Puces électroniques pour les participants au 5 et 10 km.
- Échauffement musical pour la marche et les courses enfants.

**Meneur d'allure** sur le 10 km.  
40 Min. 45 Min. 50 Min. 55 Min.  
Classement individuel sur les courses 2, 5 et 10 km.  
**Tombola**  
Lot pour chaque participant et médaille pour chaque enfant.  
Prix pour les 1<sup>ers</sup> et 1<sup>ères</sup> de chaque catégorie.  
Trophée au 1<sup>er</sup> Cominois et 1<sup>ère</sup> Cominoise du 5 et 10 km (classement scratch).

**ForYourBody**  
Venez découvrir un vrai club de FITNESS  
5 coaches diplômés à votre service  
Bousbecques  
2 rue de la papeterie - Tél. 03 20 46 33 97

**Art'Mony Coiffure**  
Coiffure Mixte  
34 Av. de Versaille Comines  
Tél. 03 20 39 52 83  
Mar 13h30-18h / Mer au Ven 8h-19h  
Sam 8h-18h / Fermé lundi et mardi matin

**La ferme bio**  
Vente de produits bio (fruits, légumes...)  
Verschaeve & Co  
Drève de la bussche 4  
7784 Comines (Bas-Warneton) Belgique  
www.lafermebio-comines.com  
Tél. : 0032 (0)56 55 62 08  
LE BIO : VOTRE CORPS VOUS DIRA MERCI !

• escaliers  
• charpente  
• portes et châssis BOIS, PVC & ALU  
• verrières et vérandas  
• toute menuiserie intérieure ou extérieure  
• volets roulants  
MENUISERIE  
**Atelier Jean DUJARDIN & Fils**  
rue Romaine 19 - 7780 COMINES (B) tél. 00 32 56 55 54 19

**DESMAZIERES OPTIQUE**  
Tiers payant Mutuelles  
52, rue d'Hurlupin  
COMINES  
03 20 39 05 23

Feminin - Masculin - Junior  
**Maud coiffure**  
Rue du faubourg n°21 / Comines (B) / T. 0(032) 56 55 60 55

**Collège de la Lys**  
Comines-Belgique  
Portes ouvertes le 25 mai 2019  
www.cdlys.be