



DIMANCHE 1^{er} MARS 2020

+ MARCHE NORDIQUE 10 km
+ RANDO 5 km

10 km*
*LABEL DÉPARTEMENTAL

5 km

2 km

1 km

COURSE DÉCOUVERTE 800 m



enfants cancers Santé
Guérir Plus
Guérir Mieux
Enfants et Santé
est une association
reconnue d'utilité publique

SERVICE GARDERIE



►►► ACCUEIL & DÉPARTS
Salle Edmond Decottignies

 RENSEIGNEMENTS : +32 473 93 94 19
www.lacoursedesgeants.fr

Marche Nordique

Courir
à Comines

Running

 OFF COURSE
WAMBRECHIES / www.off-course.fr

 FSGT

 Nord
le Département

 MEL
MÉTROPOLE
EUROPEENNE DE LILLE

 SUPERMARCHÉS
MATCH
DEULÉMONT

 Ferme
de la
Gontière

 PRHYSE
GESTION DE L'EAU & ASSAINISSEMENT

 Lotus
Since 1932



BULLETIN D'INSCRIPTION

(PHOTOCOPIE ACCEPTÉE)

à retourner avant le mercredi 26 février

à Gérard BRUNET - 86 rue de Wervicq - 59560 Comines (F)

(Chèque à libeller à l'ordre de Courir à Comines)

9h45	9h45	11h15	11h30	11h40	9h15	9h15
10 km	5 km	2 km	1 km	COURSE DÉCOUVERTE 800 m	RANDO 5 km	MARCHE NORDIQUE 10 km
<input type="checkbox"/> 8€	<input type="checkbox"/> 5€	<input type="checkbox"/> 2€	<input type="checkbox"/> 1€	<input type="checkbox"/> 1€	<input type="checkbox"/> 3€	<input type="checkbox"/> 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 figurera, 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>

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, délivrée par la FFA, en cours de validité à la date de la course, ou de ma licence délivrée par la FFCO, la FFPM, la FFI 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

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



SERVICE GARDERIE

►►► ACCUEIL & DÉPARTS
Salle Edmond Decottignies

[enfants contre cancers](https://www.enfantscontrecancers.be)
RENSEIGNEMENTS : +32 473 93 94 19
www.lacoursedesgeants.fr





Venez courir pour aider les enfants
1€ / inscription sera reversé à :

Cette année nous avons choisi de soutenir l'association « enfants cancers santé » qui s'investit financièrement dans la recherche contre les cancers et leucémies de l'enfant et de l'adolescent. Nous reverserons 1€ par inscription.

Vous pouvez aussi les aider directement en faisant un don ou en participant à leurs différentes actions. Plus de renseignements sur : www.enfants-cancers-sante.fr



RUE DU FAUBOURG 23 - 7780 COMINES - Tél. 056/55 84 42

AU CHALET FLEURI

Artisan Fleuriste

-10%
sur présentation
du dépliant

Fleurs • Plantes • Cadeaux • Déco

12, route des flandres • COMINES • info@auchaletfleuri.be
056 55 51 87 • 0498 51 20 30 • 0495 30 04 46

ALBERT SPORTS

MAGASIN DE MARQUES
CHAUSSURES & PRÊT-À-PORTÉ
DAME • HOMME • ENFANT

www.albertsports.be Tél. 00 32 56 55 83 80
RUE DU FAUBOURG 68-70-72 - 7780 COMINES

RÈGLEMENT

1 • Participation

- **800 m** - Ouverte à tous les enfants accompagnés d'un adulte et aux enfants nés en **2011, 2012 et 2013**.
- **1 km** - Ouverte aux enfants nés en **2009 et 2010** (poussins)
- **2 km** - Ouverte aux enfants nés en **2007 et 2008** (benjamins) licenciés ou non*
- **5 km** - Ouverte aux personnes nées en **2006 et avant** (minimes et +), licenciées ou non*
- **10 km** - Ouverte aux personnes nées en **2004 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.



2 • Inscriptions

- En ligne > lacoursedesgeants.com
- Par courrier, les bulletins d'inscription doivent nous parvenir avant le **mercredi 26 février**. 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 > **20 min** avant le départ des épreuves.



4 • Horaires

Dimanche 1 ^{er} mars	
9h15	Randonnée 5 km Marche Nordique 10 km
9h45	Courses 5 km et 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.

et toujours...

Service garderie **gratuit**
Consigne bagages surveillée.
Douches et vestiaires H et F dans la salle Edmond Decottignies.
Puces électroniques pour les participants au **2, 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^{ers}** et **1^{ères}** de chaque catégorie. Trophée au **1^{er} Cominois** et **1^{re} Cominoise** du 5 et 10 km (classement scratch).

