



Era Hlama Occitana

Producers Occitanistas

MACAREL

Produits aux couleurs des Pays d'Oc
Vente en ligne - Venda en linha :
www.macarel.org

Les Fleurs de Valentin
Céline Abeille

Toutes Créations Florales
Décoration - Cadeau - Funéraire

26, place Valentin Abeille
31210 MONTREJEAU
05 61 95 81 70
www.lesfleursdevalentin.fr

à distance
Livraison à domicile

La Flamme Occitane 11^{ème} édition

MONTREJEAU (31)

à 15 h au centre ville (petite halle)



Samedi 14 Mars 2015

Organisée par Eth Ostau Comengés & l'A.C.M. Running Club



Programme :

15 h : départ commun
parcours 7 km et 15 km

17 h 15 : remise des récompenses

17 h 45 : vin d'honneur

Dotations :

1 lot à tous les inscrits
7 km : aux 5 premiers du scratch H/F
15 km : les 3 premiers du scratch H/F
Les 3 premiers de chaque catégorie
pas de cumul de récompenses
tirage au sort

Parcours :

7 km : route plat
15 km : route 4 km de chemins en partie dans les bois
5 côtes de 400 à 1000 m de 4 % à 8 %

Renseignements :

Pierre BRANGER 05.61.95.99.43 ou 06.24.76.23.09

Jean-Paul FERRÉ 05.61.04.49.24

Annik BELLILE 06.22.61.23.62

Mail : a.bellile@wanadoo.fr

Sites : www.izonkouru.com - www.ostaucomenges.org
www.acmrunningclub.jimdo.com

Imprim 31
Tous travaux d'impression
de la conception à la réalisation

47, av. de l'Isle • 31800 SAINT-GAUDENS
Tél. 05 61 89 09 07 • imprim-31@wanadoo.fr

LES GROTTES DE GARGAS
présentent

Nestploria
Centre Numérique et Préhistorique

Grottes de Gargas / Nestploria@
Route départementale 261 - 65660 AVENTIGNAN, Pays des Nestes
www.numerigrottes-pyrenees.fr

Carrefour market
MONTREJEAU

INTERSPORT
LANNEMEZAN



REGLEMENT

Conformément à l'article L231-3 du Code du Sport, toute participation à cette épreuve est soumise à la présentation obligatoire par les participants à l'organisateur :

- d'une licence Athlé Compétitions, Athlé Entreprise, Athlé Running ou d'un Pass'Running délivrés par la FFA,
- ou d'une licence délivrée par la FFCO, la FFPM ou la FF Tri
- ou d'un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de l'athlétisme en compétition, datant de moins d'un an, le jour de la compétition.

Sur le parcours de 7 km, les cadets et les cadettes sont admis.

Les organisateurs se réservent le droit de modifier au dernier moment le parcours, en cas d'intempérie, voire d'annuler la compétition.

Les accompagnateurs en VTT et les chiens ne sont pas autorisés.

Chaque coureur participe sous son entière responsabilité et doit s'assurer de sa condition physique ; en aucun cas les organisateurs ne pourront être tenus pour responsables d'une quelconque défaillance physique, d'un accident, incident ou vol.

Le simple fait de participer implique la connaissance, l'acceptation et le respect du présent règlement et du code de la route.

LE DEFI OCCITAN

Pour le gagner, il faudra participer aux trois courses de l'année 2015 :

Era Hlma Occitana, Vila de Les (à Les, Val d'Aran), le 13 septembre (14 km), et *Autour de Gargas*, à Aventignan (12 km), le 28 novembre. Le classement se fera par addition des points sur les deux épreuves, les 3 premiers hommes et les 3 premières femmes seront récompensés lors de la remise de récompenses à Aventignan.

PLAN D'ACCES

Montréjeau centre ville (petite halle près de l'église ; parking : esplanade Boulevard de Lassus).



BULLETIN D'INSCRIPTION

7 km : 5 € - 15 km : 8 €

jusqu'au 12 mars 2015 (+ 2 € le jour de la course)

A retourner accompagné du règlement par chèque à l'ordre d'Eth Ostau Comengés et de la photocopie de la licence FFA/UFOLEP /FFTRI ou du certificat médical de moins d'un an mentionnant la non contre-indication de la pratique de la course à pied en compétition à :

PIERRE BRANGER - 5 lotissement du Sarrat - 31210 CUGURON

Tout bulletin incomplet, sans la photocopie de la licence ou du certificat médical sera refusé.

Tout participant à la Hlma occitana et sous quelque forme que ce soit autorise les organisateurs et leurs partenaires à utiliser son droit à l'image sans contre-partie et sur tout support.

NOM :

PRENOM : courriel :

ADRESSE : LOCALITE :

N° de téléphone : CODE POSTAL :

Année de naissance : sexe : H F

CATEGORIE C / J / ES / S / V1 / V2 / V3 / V4

CLUB :

LICENCE n° : FFA/UFOLEP /FFTRI

OU certificat médical

7 km 15 km

A le

Signature : les parents (pour les mineurs)