

Le club CAP GARONNE le Pradet
présente le Dimanche 01 mai 2024

Eco Trans Bleue - Marche Bleue

Nouveau : L'ETB cette année propose deux parcours au choix. Aux environs du Km5 vous pourrez au choix partir sur le grand parcours de **16,5 kms** ou alors basculer sur les **9,4 kms** plus accessibles.

Si vous préférez marcher, les 10 kms de la **Marche Bleue** sont pour vous.

90% des parcours sont en pleine nature dans le massif de la Colle Noire « espace naturel protégé du Conservatoire du littoral et géré par TPM » donnant à voir de superbes panoramas.

Plus d'informations sur notre site www.cap-garonne.com.

REGLEMENT DE LA MARCHÉ

Départ à 8h 30 de l'Espace des Arts

Ouverte à toutes et tous

Pour les enfants à partir de 10 ans, obligatoirement accompagnés et ce jusqu'à l'âge de 16 ans.

Chronométrée ou à allure libre.

Le parcours de 10 kms (visible sur le site cap-garonne.com) sur petites routes, chemins et pistes forestières. 296m de dénivelé positif.

Les véhicules et les bus pourront stationner librement sur le parking de l'Espace des Arts.

L'assistance médicale sera assurée par un médecin avec DSA, Un poste mobile de secouristes, la Police Municipale

Inscription obligatoire. Elle sera matérialisée par le port d'un dossard remis à l'inscription qui donne droit outre la couverture générale de la manifestation (assistance médicale, signaleurs, assurance), les ravitaillements sur le parcours et à l'arrivée.

Les organisateurs sont couverts par une Responsabilité Civile.

Obligations : Des **chaussures adaptées** à la marche sur chemins caillouteux sont obligatoires. Suivre impérativement les itinéraires balisés. Respecter le code de la route et l'environnement. Porter assistance si besoin.

REGLEMENT DE LA COURSE

Départ à 9h de l'Espace des Arts

- Courses ouvertes aux féminines et masculins licencié(e)s ou non dans les catégories CA (pour la distance de 9,4 kms), JU, ES, SE, Master.
- Le parcours de **l'Eco Trans Bleue**: 16,5kms/440m+ ou, 9,4kms/296m+ au choix sur petites routes et pistes forestières (90% sans voitures).
- Ravitaillements aux kms : 5,5, 7.3, 12.3 et à l'Arrivée.
- L'assistance médicale sera assurée par un médecin avec DSA, l'ADPST, la Police Municipale.
- Les organisateurs sont couverts par une Responsabilité Civile. Les licenciés bénéficient de la couverture d'assurance liée à leur licence et il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

RETRAIT DES DOSSARDS :

Devant l'office du tourisme du Pradet le mardi 30 avril 2024 de 9h30 à 13h00
et le Mercredi 01 mai de 7h30 à 8h30 salle de l'Espace des Arts .

Aucune inscription adressée par courrier ne sera prise en compte sans son règlement.

COMMENT S'INSCRIRE ?

Par courrier : Cap Garonne Organisation, 579 avenue Jean Moulin, La Bâtie, 83220 Le Pradet.
Chèque à l'ordre de Cap Garonne Organisation.

En ligne : www.chronosports.fr

Terre de Running : 375 Av. Saint-Just à la Garde et 7 Bis Rue Berthelot à Toulon

Running Conseil : Le Mermoz, Av. Jean Mermoz à Ollioules

Sur place : Mardi 30 avril 2024 devant l'Office du tourisme (place de la poste du Pradet), 9H30 à 13h00

Toutes informations concernant le logement individuel ou de groupes s'adresser à l'organisateur.

RECOMPENSES

Marche Bleue : Un tee-shirt technique commémoratif de l'événement. Podium marche nordique.

Attention : Les Marcheurs Nordiques surpris à courir seront disqualifiés dès le premier constat.

ECO TRANS BLEUE :

- Un tee-shirt technique aux 500 premiers inscrits.
- Les 3er(e)s athlètes au scratch seront récompensés
- Les 1er(e)s de chaque catégorie seront récompensés sans cumul.
- Challenge du nombre « **GU Bianchi** » Club FFA, associations et entreprises.

Bulletin d'inscription

N° DOSSARD :

SEXE F / M	ANNEE de NAISSANCE	N° LICENCE pour les licencié(e)s FFA	CLUB ou ENTREPRISE	VILLE

NOM - Prénom :

Portable :@mail :

Eco Trans Bleue : 16€ jusqu'au 30/04, 20€ le jour de la course

La Marche Bleue : 12€ (Gratuit pour les enfants de + 10 ans et – de 16 ans)

Pour chaque dossard inscrits, 1€ sera reversé à l'amicale de CCF (Comité Communal Feux de Forêts) du Pradet.

Les participants autorisent le Club Cap Garonne à exploiter et publier les photos prises à l'occasion de l'épreuve ainsi que leur nom pour les besoins du classement.

Pour les compétiteurs non licenciés FFA, aucune inscription ne sera prise sans un certificat médical (ou sa photocopie) de moins d'un an de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition.

Tout(e) concurrent(e) accepte le présent règlement. L'association décline toute responsabilité en cas de problèmes physiques ou physiologiques.

Date :2024

Signature :