



DERNIÈRES INFOS JOGGING DES FRAISES - LUNDI 25 MAI 2015

Amis Sportifs, Félicitations !

Vous êtes bien inscrit au 10km, 4km, randonnée ou courses enfant du Jogging des Fraises,
La liste avec votre numéro de dossards est sur le site 1* page -> [télécharger liste des inscrits](#)

Voici quelques informations importantes afin que vous puissiez prendre le départ dans les meilleures conditions possibles :

- Inscription :

Le 10km est complet.

Pour les autres épreuves : inscription possible le Samedi après midi de 14h à 17h

Salle des sports de Verlinghem, à côté de la Mairie (pas d'inscription le jour J).

- Retrait des dossards : PREVOIR EPINGLES

Il est vivement conseillé de venir récupérer votre dossard le Samedi de 14h à 17h : ceci vous évitera tous soucis ou stress le matin même.

* **Retrait également le Lundi matin à partir de 7h45, nous vous conseillons mini 45mn avant votre course ou rando**

ATTENTION :

- **Pour tous ceux qui ont écrit CM (Certificat Médical) à côté de leur prénom** merci de noter votre numéro de Dossard+ Nom et Prénom en haut à droite sur la copie de votre certificat médical (*cela facilitera votre remise de dossard*)
- **Les personnes inscrites par internet** devront fournir une photocopie de leur licence ou de leur certificat médical pour valider leur inscription.
- Une personne pourra retirer le dossard d'une autre personne à condition de présenter la copie de la pièce d'identité de la dite personne.
- **La puce** devra impérativement être rendue à l'arrivée de la course sous peine de disqualification.
- **Pas d'inscription le jour même de la course**

Rappel : il faut obligatoirement un certificat médical datant de - 1 an avec la mention apte à la course à pied ou athlétisme en compétition ; pour les licenciés Triathlon ou FSGT merci de donner une copie de votre licence (idem noter votre N° de dossard).

Pour les licenciés FFA : présentation de votre licence (pas de copie nécessaire)

Attention la présentation du certificat médical sur votre téléphone portable n'est pas valable (nous devons conserver une copie papier) ! (sous peine de non participation)

Le dossard ne pourra pas être porté par un autre coureur sous peine de disqualification.

Les personnes sans dossard ou sans puce ne seront pas classées.

Le dossard doit être intégralement visible, porté sur la poitrine, non plié, ni découpé.

- Les Horaires

8h30 : Rando 4 ou 6 km

8h50 : 1,2 km Benjamins

9h00 : 0,8 km Filles

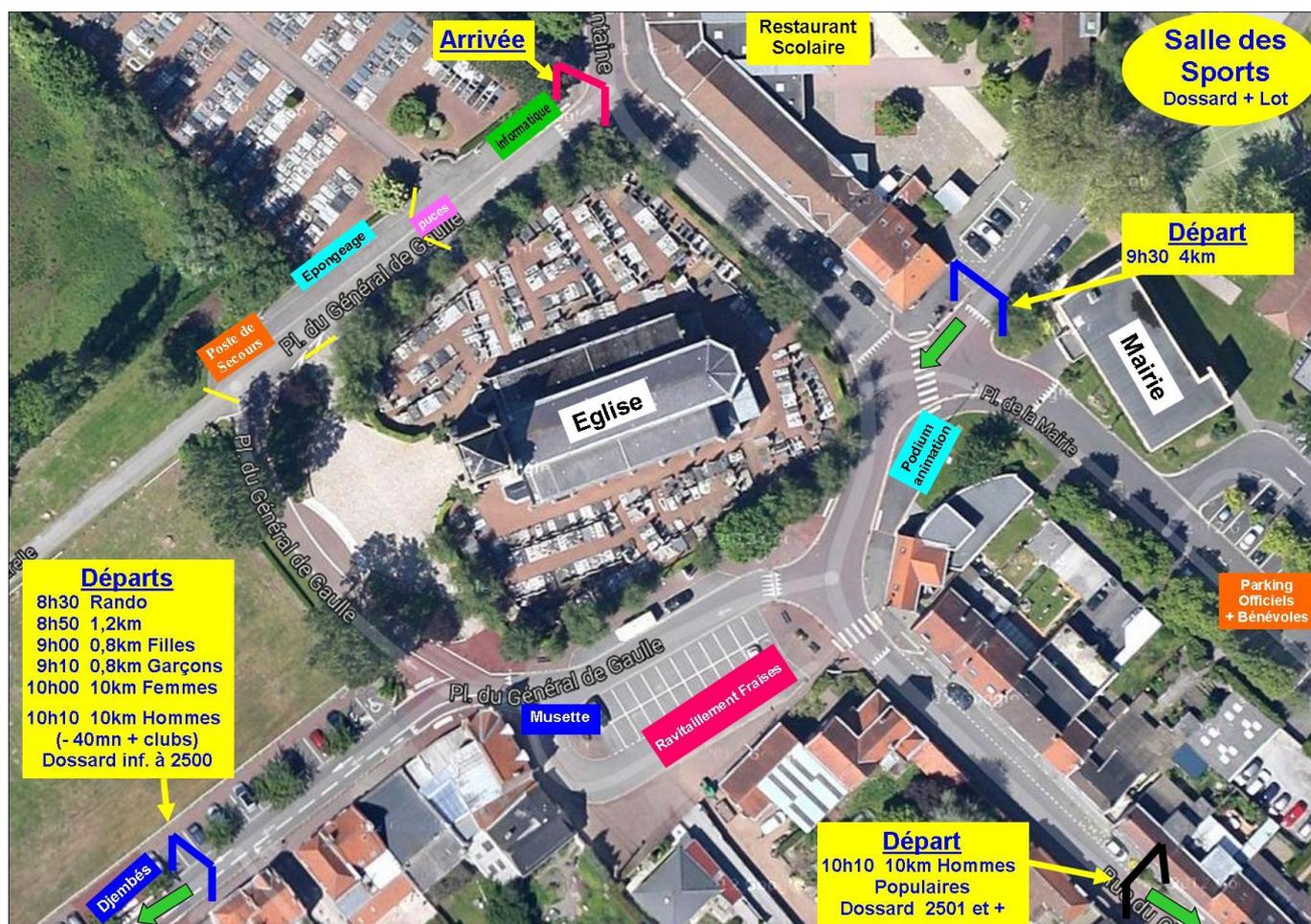
9h10 : 0,8 km Garçons

9h30 : 4 km

10h00 : 10 km Femmes

10h10 : 10 km Hommes (voir ci-dessous votre départ en fonction du n° dossard)

11h30 : remise des récompenses (voir tableau récompenses sur le site)



Un service de consignes vous sera proposé dans la salle des sports : vous pourrez déposer vos affaires personnelles La présentation de votre dossard sera OBLIGATOIRE pour récupérer vos affaires en fin d'épreuve et ceci avant 12 heures.

Aidez-nous à préserver l'environnement en ne jetant pas n'importe où vos gobelets, bouteilles, gels et autres notamment dans les fossés..

Belle course ou marche à tous dans notre village et ses environs !