



La Nordic de l'Andouille

SAMEDI

15

AVRIL

2023



**MARCHE NORDIQUE
CHRONO 12 KM**



 **SEMUR EN BRIONNAIS (71110)**

 **DÉPART À 9H**

**2 RAVITAILLEMENTS
SUR LE PARCOURS**

**95% DE CHEMIN
(D+230M)**





PROGRAMME DE LA JOURNÉE

8h00 Retrait des bulletins d'inscription et départ devant la Mairie de Semur en Brionnais.

8h45 Échauffements

9h00 Départ des 12 km chronométrés

9h05 Départ des 16 km allure libre

9h30 Départ des 8 et 12 km allure libre

11h45 Remise des prix des 12 km chronométrés

12h00 Repas traditionnel sur réservation d'avance

INSCRIPTION

UN BULLETIN PAR MARCHEUR

PRÉNOM :

NOM :

ADRESSE :

E-MAIL :

TÉLÉPHONE :

CLUB :

Règlement par chèque à l'ordre de :
Marche nordique Charlieu.

Adressé à Jean-Pierre Boisdrón :
16 rue Chantemerle,
42190 Charlieu
E-mail : familleboisdron@gmail.com

REGLEMENT 12KM CHRONO

Compétition réservée aux marcheurs nordiques nés avant avril 2007.
Certificat médical obligatoire avec la mention « apte à pratiquer la marche nordique en compétition » ou licence FFA.
L'utilisation de deux bâtons spécifiques pour la marche nordique est obligatoire.
Des juges à vélo seront présents pour faire respecter le règlement.
Les trois premiers hommes et les trois premières femmes au scratch seront récompensés.

MARCHE NORDIQUE

Inscription d'avance avant le 11 avril

12 km chronométrés à 12€

Possibilité d'inscription sur place de 8h à 8h30, majorée de 2€

Pensez à vos gobelets

REPAS

Inscription et règlement d'avance obligatoire avant le 11 avril

Apéritif, andouille (spécialité de charlieu) ou saucisson cuit, pommes de terre, fromage, dessert, café

andouille : _____ x 12€

saucisson cuit : _____ x 12€

→ **Total (repas)** : _____ €

→ **Total marche + repas** : _____ €