



LA COURSE DU MARAIS

www.course-alternative.fr / www.ville-saint-omer.fr
 www.facebook.com/villedesaintomer / www.facebook.com/wcod.saintomer

par téléphone : 06.75.02.20.94
 par e-mail : gcockenpot@notaires.fr

Attention ! Clotûre des inscriptions le jeudi 4 octobre à l'heure de la fermeture du magasin DECATHLON LONGUENESSE (permanence de 10h à 12h et de 15h à 20h) et à 23h59 sur internet.

Document réalisé par le service communication de la Ville de Saint-Omer, d'après le visuel créé par François Héru



LA COURSE DU MARAIS

6^E EDITION

500m • 2km • 5km • 10km

SAINT-OMER
07 DIM OCT

AMATEUR OU CONFIRMÉ,
 VENEZ PARTICIPER
 À LA SEULE COURSE
 SUR LES ROUTES DU MARAIS

SAINT-OMER
 VILLE DE SAINT-OMER



Assurances Marais 03 21 11 10 60

HABITAT Hauts-de-France

BRASSERIE de SAINT-OMER Depuis 1866 03 21 98 76 00

Saint-Omer Challenge

CAISSE D'ÉPARGNE HAUTS DE FRANCE

ATOUT PRÊT Le partenaire de tous vos projets 03 21 88 31 38

DECATHLON Longuenesse 03 21 12 28 98

ALLIANCES TPI on avance ensemble

RéPI SÉCURITÉ www.repi.fr 03 21 93 53 33

damide Saint-Omer 03 21 88 28 83

McDonald's LONGUENESSE SAINT-MARTIN-LEZ-TATINGHEM

PUB BRASSERIE 14 Grand'Place 62500 ST-OMER 03 21 88 88 91 Fax 03 21 39 54 53

SPRAY RIVER

Marché de St-Omer

BULLETIN D'INSCRIPTION A RETOURNER
 Soit par courrier à : Gérard COCKENPOT
 36, rue Allent 62500 SAINT OMER CEDEX
 Soit en ligne : <http://www.njuko.net/coursedumarais2018> - www.lhdfa.fr

Inscription possible le jour de la course uniquement pour les courses de mini poussins, poussins et benjamins



INFOS : 06 75 02 20 94



La Course du Marais se compose de deux parcours : l'un de 10 km, l'autre de 5km. Des courses de 300m à 2km sont également prévues pour les jeunes (des mini-poussins à benjamins). Départ et arrivée Place de la Ghière à Saint-Omer.

Pour votre inscription, munissez-vous :

- 1) Soit d'un certificat médical ou photocopie datant de moins de 1 an à la date de la course et portant la mention suivante : « Ne présente aucune contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition ».
- 2) Soit de la copie de l'une des licences sportives suivantes :
 - Licence Athlé compétition, Athlé santé loisirs option running délivrée par la FFA, Pass'Running délivré par la FFA.
 - Licence de FSCF, FSGT et UFOLEP en cours de validité (acceptée si elle fait apparaître de façon précise la mention « athlétisme »).
 - Licence de la F.F. de Triathlon.
 - Licence UNSS ou UGSEL en cours de validité, dans la mesure où les titulaires sont valablement engagés par l'établissement scolaire ou l'association sportive. Soit l'inscription est réalisée directement par l'association sportive ou l'établissement OU l'inscription est réalisée par le licencié muni d'une autorisation formalisée de l'établissement scolaire ou de l'association sportive.

Sécurité :

Ambulances et positionnement des services de secours sur la Place de la Ghière. Le parcours ne pouvant être interdit à toute circulation, les concurrents sont tenus de se tenir sur le côté droit de la chaussée et suivre les instructions données par les signaleurs placés tout au long du parcours.

Assurance :

Assurance Allianz – courtier Assurances du Marais 77, rue d'Arras à Saint-Omer.
 Protection de l'environnement : Tout abandon de matériel, tout jet de déchets (ex : gel) hors des lieux prévus à cet effet (zones de ravitaillement) entrainera la mise hors course du coureur fautif par l'officiel FFA ou les signaleurs tout au long du parcours.

Résultats :

Les résultats du 5 et du 10 km seront envoyés par mail aux participants avec la Voix du Nord. Ils seront également consultables sur le site www.lnpca.fr, sur celui du WCOD : www.cOURSE-alternative.fr et sur celui de la Mairie de Saint-Omer.



Challenge CAPSO :

Le 10 km de la course du marais fait partie du challenge « Courir Autour du Pays de Saint-Omer », dernière épreuve du challenge 2018. La remise des récompenses du challenge est prévue à WARDRECQUES, salle des sports, le samedi 8 décembre à 16h. Tous les participants à l'une des courses du challenge y sont conviés.

Accompagnement des enfants :

Il est demandé aux parents de ne pas accompagner leurs enfants lors des départs.

Récompenses :

Un lot sera remis à tous les participants.

Randonnées :

Deux randonnées à travers le marais de Saint-Omer sont mises en place le jour de la course. Départ à 8h30 pour le 10 km et 9h pour le 5km. Les frais d'inscription de 3,00 euros seront intégralement reversés à l'association « ECOUTE TON CŒUR » qui vient en aide aux enfants autistes et à leurs familles. Un souvenir sera remis à chaque participant.

Voici les horaires des courses (Merci de cocher la course choisie) :

A	9h20	Benjamins	2005/2006	MF	2100 m
B	9h35	Poussins	2007/2008	MF	1050 m
C	9h45	Jeunes Pousses	2009/2011	MF	600 m
D	9h55	Baby Têtards	2012 et après	MF	300 m
E	10h20	Minimes à Masters	2003 et avant	MF	5 km
F	10h40	Cadets à Masters	Avant 2001	MF	10 km

Inscriptions :

Clôture des inscriptions le jeudi 4 octobre à 23h59 sur le site de la ligue et à 20h (heure de fermeture) au DECATHLON LONGUENESSE - Permanence pour les dernières inscriptions de 10h à 12h et de 15h à 20h. Inscriptions pour les mini-poussins, poussins et benjamins jusqu'au jour de la course.

Remise des dossards :

Les dossards seront remis la veille au DECATHLON LONGUENESSE de 10h à 17h.

BULLETIN D'INSCRIPTION (à remplir lisiblement)

Nom : Prénom :

Sexe : Année de naissance :

Adresse :

.....

Ville : Code Postal :

N° de licence FFA :

Tél : Email (en majuscule) :@.....

Course choisie :

Nom de l'école : (indispensable pour le challenge des établissements scolaires).....

Droits d'inscription : 6€ pour les courses des 5 et 10 km (gratuit pour les autres courses)



Droit à l'image : Sauf avis contraire, vous autorisez les organisateurs à utiliser les photos, films ou tout autre enregistrement de la course sur lequel vous pourriez figurer.

Signature du coureur

Signature des parents
(pour les mineurs)

