



5^{ème} Pointes Germinoises

Le CROSS de l'E.M.G Athlétisme



J'y cours!

21 Novembre 2010

Plan d'eau de la Sablette

SAINT GERMAIN DU PUY



Lvv-micro



<http://www.devezindependant.fr>

ACCES

Vous venez de Vierzon-Aubigny-Foecy-Vignoux-Bourges :

1. prendre direction La Charité
2. tournez au second feu à droite (avenue de la gare), passez la voie ferrée & tout droit.

Vous venez de Saint Amand-Lignières-Dun-La Chapelle :

1. prendre la rocade direction Bourges-Saint Germain-La Charité
2. tournez au second feu à droite (avenue de la gare), passez la voie ferrée & tout droit.

Vous venez de La Charité & d'Avord :

1. tournez au second feu à gauche (avenue de la gare), passez la voie ferrée & tout droit.

REGLEMENT

Les athlètes mineurs sont sous la responsabilité de leurs accompagnants (parents ou cadres de leur club).

Epreuves ouvertes aux licenciés FFA & aux non licenciés munis d'un certificat de non contre indication médicale de moins de 1 an à la pratique de la course à pied en compétition.

Médailles, lots, coupes.

11H00 EAF (01 & ap)	900m	= 1 petite boucle
11H15 EAM (01 & ap)	900m	= 1 petite boucle
11H30 PF (99 – 00)	900m	= 1 petite boucle
11H45 PM (99 – 00)	900m	= 1 petite boucle
12H00 BF (97 – 98)	1800m	= 2 petites boucles
12H20 BM (97 – 98)	1900m	= 1 grande boucle
12H20 MF (95 – 96)	1900m	= 1 grande boucle
12H40 MM (95 – 96)	2800m	= 1 petite + 1 grande boucles
12H40 CF (93 – 94)	2800m	= 1 petite + 1 grande boucles
13H10 CM (93 – 94)	4700m	= 1 petite + 2 grandes boucles
13H10 JESV F (92 & av)	4700m	= 1 petite + 2 grandes boucles
14H10 JESV M (92 et av)	env 8000m	= 4 grandes boucles



Un point 1° secours sera mise en place pour votre sécurité



ENGAGEMENTS

Par e-mails : emq-athle@orange.fr

Gratuit par avance (jusqu'au 18 novembre 20 h), Au-delà une somme de 2€ par engagement sera demandé.

DIMANCHE 21 NOVEMBRE 2010				
LES POINTES GERMINOISES				
SAINT GERMAIN DU PUY				
CLUB :				
CONTACT :				
REVOYER A : emq-athle@orange.fr				
N° LICENCE	NOM	PRENOM	AN. NAISS.	CATEGORIE

**« LES POINTES GERMINOISES » E.M.G ATHLETISME 21/11/2010
INSCRIPTION INDIVIDUELLE**

DOSSARD N°

NOM.....

PRENOM.....

ANNEE DE NAISSANCE.....

CATEGORIE.....

ADRESSE.....

N° de licence (à présenter au retrait du dossard ou à l'inscription) :.....

Club :.....

Non-licencié : je certifie avoir en ma possession un certificat médical de non contre indication à la pratique de la course à pied en compétition, datant de moins de un an (à présenter au retrait du dossard ou à l'inscription.

Signature OBLIGATOIRE

Autorisation parentale pour les mineurs.

Je soussigné.....

autorise mon fils ou ma fille.....

à participer à l'épreuve sous mon entière responsabilité.

Date et Signature

Groupe AVS :

Leader du portage salarial en France

Aide à la création d'activité portée

Salarié indépendant (vous êtes votre propre patron mais salarié)

Auto entrepreneur porté

Conseil création d'entreprise

Temps partagé

<http://www.devenezindependant.fr>

LVV-Micro.info :

**LAURENT VIERNE-VASSELLERIE Consultant en Informatique,
Dépannage à domicile, (agrément service à la personne avec HELP DOM')**

Création & Hébergement de site internet

Formation ; Maintenance ; Vente ; réparation

<http://www.LVV-Micro.info>

06.50.70.04.58

contact@lvv-micro.info

Les magasins Carrefour Market et Top Office : Route de la Charité 18390 St Germain du puy