



## 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

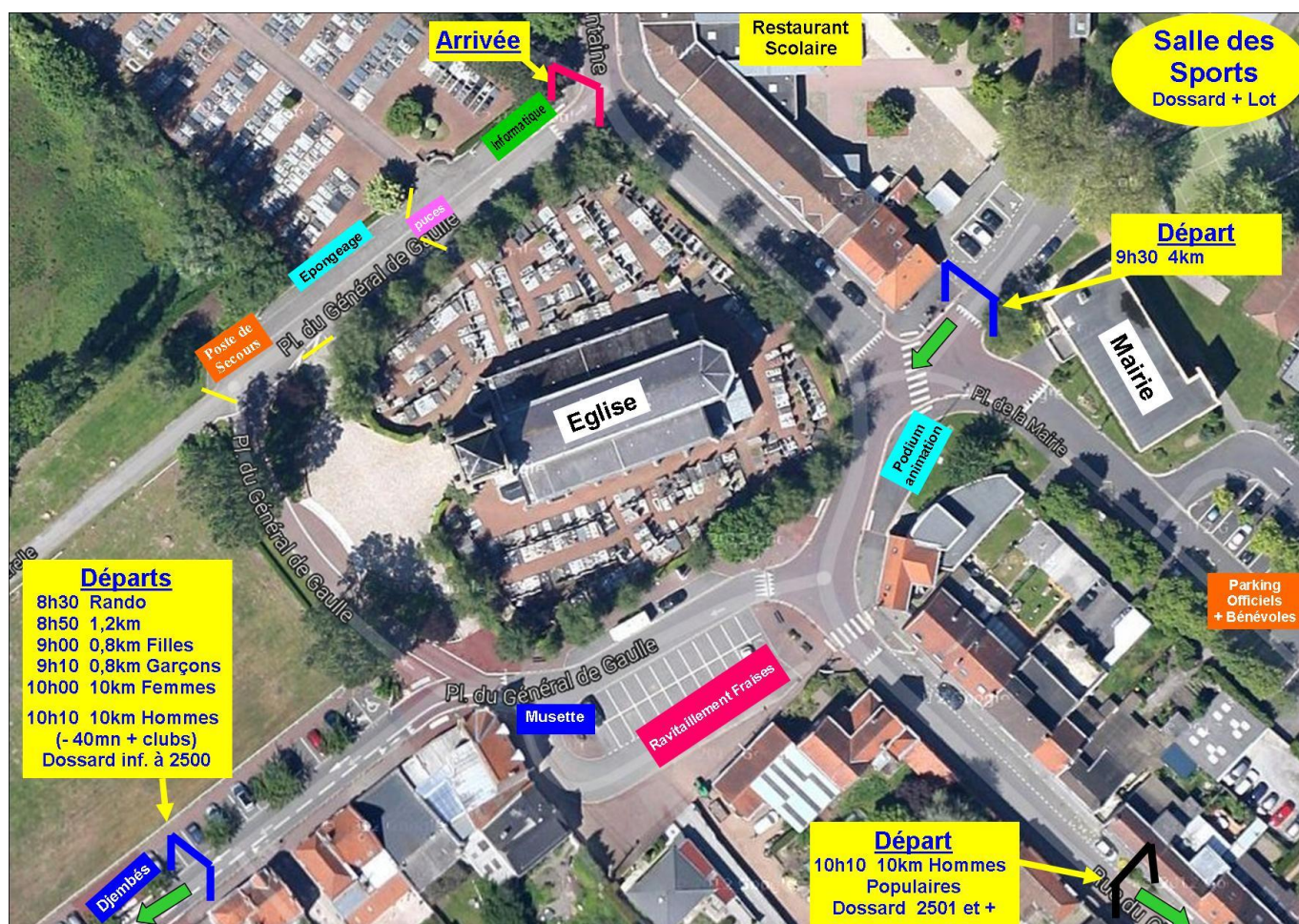
9h10 : 0,8 km Garçons

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 !**