

7^{ème} montée sèche du Col du Joly 850 D+

Nouveau : une montée débutant de 400m/D
(organisé par l'association risq4)



Bulletin d'inscription

Nom :
Prénom :
Date de naissance :
Sexe : H F
Catégories :

Cadets (2003,2002,2001) juniors (2000,1999,1998) Espoirs (1997,1996,1995)
Seniors (1994,1979) Vétérans (1978 et avant)

Nationalité :
Adresse :

Code postal : Localité :
Pays :
Téléphone :
Email :
N° licence :
Club :

Inscription pour la course du 28 février 2018
15€ par personne (course, repas)
Repas pour accompagnateur: 10 € x..... =.....

Total à payer : (Chèque à l'ordre de l'association risq4)

Envoyer à l'adresse suivante avant le **20 février 2018**

Vibert Jérôme, 39 Av du Mont Paccard 74170 St Gervais les Bains

Fonctionnement :

- x 17 h00 à 18H30 retrait des dossards et inscription sur place possible.
- x 19h00 départ groupé de la course devant le télécabine de Belleville. (Les affaires de rechanges seront montées à l'arrivée de chaque course).
- x **L'arrivée du parcours de 800m/D** se fera à l'arrivée du télésiège de la bûche.
- x **L'arrivée du parcours de 400m/D** se fera à l'arrivée du télécabine de la Ruelle.
- x Dès 20h00 à la salle de l'Effernet **une grosse soupe paysanne** (fromage,lard,pain) et 1 dessert suivi de la remise des prix.

Je déclare avoir pris connaissance du règlement et d'être assuré pour cet événement.
Je m'engage à ne pas porter plainte contre les organisateurs en cas de problème physique .

Date : Signature :

7^{ème} montée sèche du Col du Joly

850 D+

Nouveau : une montée débutant de 400m/D
(organisé par l'association risq4)



Règlement de la course

Documents à fournir pour les coureurs :

- ✓ La fiche d'inscription dûment remplie.
- ✓ Photocopie de la licence FFME, FFCAM, FFS.
- ✓ Pour les non-licenciés, il faudra fournir une photocopie d'un certificat médical indiquant la non contre indication à la pratique du ski alpinisme en compétition (datant de moins d'un an.)
- ✓ Une autorisation parentale pour les mineurs.
- ✓ Le paiement de l'inscription.
- ✓ L'organisation décline toutes responsabilités en cas d'accidents.
- ✓ Le parcours est susceptible d'être modifié en fonction des conditions météo

Matériel autorisé pour une vertical Race (selon les compétitions officielles de ski de Montagne), les coureurs devront avoir au minimum :

- ✓ Des skis de 50 mm de largeur au patin avec carres métalliques.
- ✓ sur toute la longueur, équipés de fixations de sécurité.
- ✓ adaptées à la pratique du ski de Montagne.
- ✓ Des bâtons de ski.
- ✓ Des chaussures de ski de montagne couvrant la malléole, adaptées aux fixations de sécurité et ayant une position de blocage en descente.
- ✓ Une paire de peaux de phoque autocollantes
- ✓ Une lampe frontale
- ✓ Des vêtements adaptés à la pratique du ski de montagne.
- ✓ Le parcours sera illuminé à certains endroits
- ✓ Les coureurs devront passer tous les points de contrôle définis par l'organisation.

Renseignements:
Jérôme
Tél.: 06.15.39.58.33