

Nos partenaires



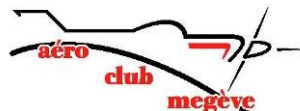
Rhône-Alpes

74 PASSY Tel: 04 50 78 35 48

TRAVAUX POUR PARTICULIERS

- Revêtements en enrobés (Noir & Couleur)
- Revêtements gravillonnés
- Pose de bordures - Pavés béton
- Assainissement

DEVIS GRATUIT



A gagner, par tirage au sort le jour de la course : un SURVOL DU MONT-BLANC en avion de tourisme

CAMPING CHANTALOUETTE

Réduction de 20% sur les emplacements de camping, location chalets ou appartements (ex : 1 nuit en chalet/appt à 21€) le we de la course.

<http://www.prazarly.fr>

Praz montagne



Praz sur Arly

PAYS du MONT-BLANC

VÉLO club

 Praz montagne

Praz sur Arly
PAYS du MONT-BLANC

VÉLO club

12 avril 2009

Course individuelle :
* 800m de dénivelé en
ski alpinisme

* 500m de dénivelé
sur 8km en VTT

Course de ski alpinisme/VTT

Renseignements : arlysienne@laposte.net
06 03 01 24 90
<http://www.praz-montagne.com/arlysienne.html>

Renseignements : arlysienne@laposte.net
06 03 01 24 90
<http://www.praz-montagne.com/arlysienne.html>

Bulletin d'inscription

Nom :

Prénom :

Adresse :

CP/Ville :

E-mail :

Tél :

Date de naiss. :/...../.....

Licence FMME FFC CAF

Autres : Aucune

N° de licence :

La licence FFME ne couvre pas le VTT en compétition et la licence FFC ne couvre pas le ski alpinisme en compétition. Une licence provisoire complémentaire à votre licence FFME ou FFC est donc nécessaire.

.....x licence provisoire FFME à 3€ =€

.....x licence provisoire FFC à 3€ =€

Repas accompagnants :

.....x repas accompagnant à 12€ =€

Tarifs course

20 € si inscription avant le 10 avril 2009

25 € après

Ce tarif inclus le repas du midi et le ravitaillement en course pour les participants.

Bulletin à déposer au plus tard le 10 avril à l'Office du Tourisme de Praz-sur-Arly ou à envoyer à :

Praz Montagne FFME - chez M. David Morineau - 58, allée de la Mairie - 74120 Praz-sur-Arly

(Chèque à l'ordre de Praz Montagne)

Programme :

6h30 à 8h00 : Remise des dossards

8h00 : Débriefing des coureurs

8h30 : Départ de la course parking des Varins

12h30 : Fin de la course, repas, remise des prix

- Le premier parcours sera celui de ski de rando sur le domaine skiable (fermé) de Praz-sur-Arly avec une montée d'environ 800m de dénivelé suivi de la descente. Les coureurs rejoindront le parc à vélo situé sur le parking des Varins. Un ravitaillement est prévu à cet endroit. Le parcours VTT (environ 500m de dénivelé) empruntera les bords de l'Arly avant de traverser la route départementale et de se poursuivre sur l'autre versant par 2 boucles.
- La traversée de la route départementale se fera obligatoirement à pied. Tout manquement à cette règle entraînera la disqualification immédiate. La course se terminera au plus tard à 12h30. Les concurrents n'ayant pas terminé le parcours à cette heure seront considérés hors délais.
- Le chrono sera arrêté au lieu-dit « Les Granges » où les dossards seront récupérés avant le retour, hors course, vers le village.
- A l'arrivée, des douches et un point de nettoyage pour les vélos seront disponibles
- Les organisateurs se réservent le droit de modifier le parcours ou d'annuler la course en raison de mauvaises conditions météo par exemple.

Les Catégories :

Hommes (16 ans et +)

Dames (16 ans et +)

Les 3 premières places de chaque catégorie seront récompensées.

Règlement :

- Les concurrents devront être en possession de la licence FFME, FFC (ou de la carte CAF mais avec certificat médical autorisant la pratique du ski de montagne et du VTT en compétition).
- La licence FFME ne couvre pas la compétition de VTT. Il est possible de souscrire une assurance FFC journée au prix de 3€ auprès des organisateurs (voir bulletin d'inscription).
- La licence FFC ne couvre pas la compétition de ski alpinisme. Il est possible de souscrire une assurance FFME journée au prix de 3€ auprès des organisateurs (voir bulletin d'inscription).
- Les non-licenciés pourront participer à l'épreuve en souscrivant à la licence journée FFME et à la licence journée FFC au prix de 3 € chacune (auprès de l'organisateur) et devront, au préalable, fournir un certificat médical de moins d'un an les autorisant à participer à des courses de ski de montagne et de VTT.
- Les concurrents devront être âgés d'au moins 16 ans à la date de l'épreuve. Les mineurs devront être en possession d'une autorisation parentale.
- En l'absence des documents précités, l'inscription sera refusée.
- Le port du casque (sur les 2 parcours) est obligatoire.
- Le port de l'ARVA sur le parcours ski-alpinisme est obligatoire. Le test du bon fonctionnement du matériel n'est pas à la charge de l'organisateur.
- Le port du dossard et de la plaque de guidon correspondant est obligatoire, leur emplacement doit permettre une parfaite lecture du numéro
- Les parcours seront balisés par fléchage et ruban. Les concurrents sont tenus de respecter le circuit dans son intégralité, ceci dans le sens de course prévu sans emprunter de raccourci.
- Les concurrents devront respecter l'environnement et ne jeter aucun déchet.
- Tout abandon ou incident devra être signalé au poste de chronométrage.
- Les organisateurs se réservent le droit d'apporter tous changements au présent règlement dans le but de satisfaire la sécurité ou les exigences administratives.
- Tout concurrent qui prend part à l'épreuve est censé connaître le présent règlement et s'engage à se soumettre, sans réserve, à toutes ses prescriptions.