

LE REGLEMENT

- **Départ de Lamastre**, devant l'Office de Tourisme à 16h.
Altitude 370 m.
- **Arrivée à Nozières**, altitude 970 m.
- **Distance** : 12,14 km.
- **Dénivelé total** : 750 m.
- **Parcours goudron et chemin**, passage en forêt.
Vue sur les Alpes et le Mézenc.
- **Balisage jaune. LN.**
- **Conditions obligatoires pour participer** :
 - ~ Etre titulaire d'une licence en cours de validité avec mention de certificat.
 - ~ Pour les non-licenciés, posséder un certificat médical de non-contre indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an ou de sa photocopie certifiée conforme.
 - ~ A partir de la catégorie junior
- **Sécurité** : elle est assurée par les signaleurs, par les secouristes de l'ADPC et par le médecin de la course.
- **Ravitaillements** : 8 tout au long du parcours.
- Organisation** : Office Municipal des Sports de Lamastre.
En collaboration avec les mairies de Lamastre et Nozières.
- **Navettes prévues pour le retour à Lamastre.**

-Assurance :

Responsabilité civile :

Les organisateurs sont couverts par une police souscrite auprès du groupe "Assurance GENERALI".

Place Rampon - LAMASTRE.

Individuelle accident :

Les licenciés bénéficient des garanties accordées pour l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

LAMASTRE-NOZIERES

SAMEDI 27 MAI 2017

Départ : 16h

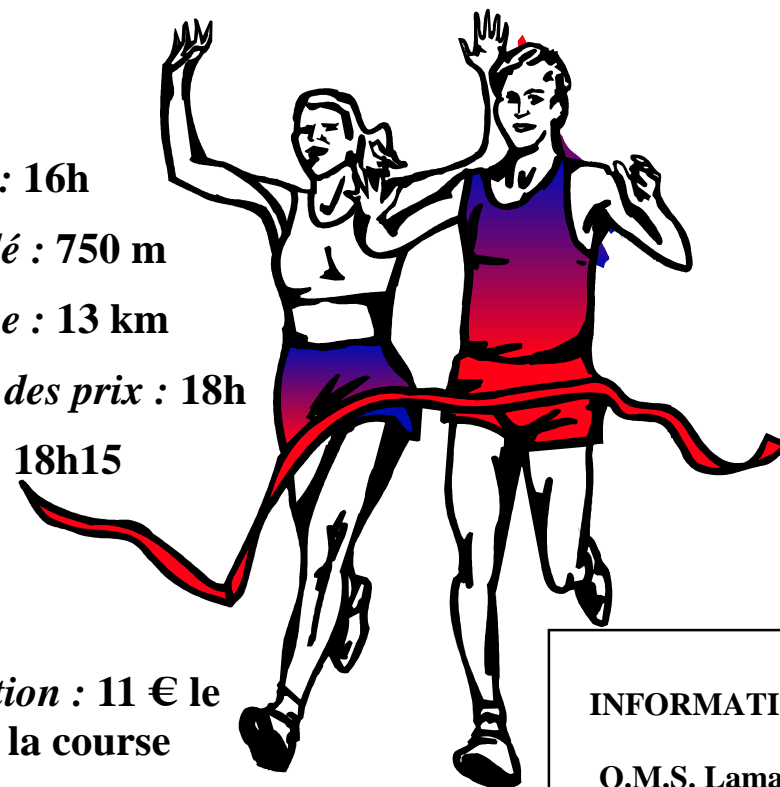
Dénivelé : 750 m

Distance : 13 km

Remise des prix : 18h

Buffet : 18h15

Inscription : 11 € le
jour de la course



INFORMATIONS

O.M.S. Lamastre
Tél. 04.75.09.07.11

Randonnée :

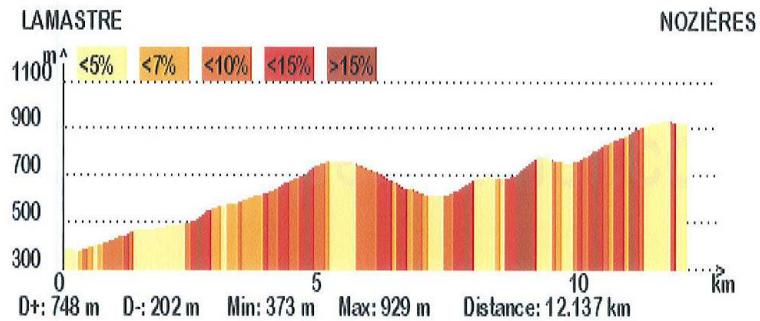
13 km au départ de Lamastre

Départs à partir de 13h30, inscription 5,00 €

SAMEDI 27 MAI 2017

Lamastre - Nozières

COURSE LAMASTRE – NOZIERES



Inscription course : 11 € le jour de la course

Renseignements :

Office Municipal des Sports de Lamastre

Mairie de Lamastre

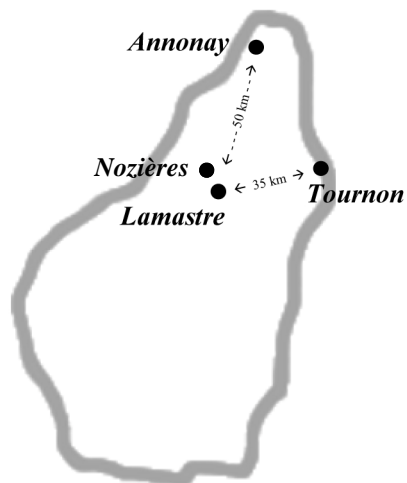
07270 LAMASTRE

Tél: 04.75.06.41.92

Fax: 04.75.06.45.80

Adresse Internet : www.lamastre.fr

Email : oms@lamastre.fr



*Venez découvrir à cette époque
de l'année la Vallée du Doux
avec sa flore en pleine éclosion.*

*Dans votre ascension vers Nozières
vous aurez une vue magnifique
sur la chaîne des Alpes,
puis sur le Mont Gerbier-de-Joncs
et le Mont Mézenc dominant
le plateau ardéchois.*

*Vous apprécierez aussi la diversité
de panoramas que vous offre ce parcours.*

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Sexe : Masculin Féminin

Catégorie :

N° licence :

Club ou association :

Adresse :

A le.....



SIGNATURE