

## INFORMATIONS PRATIQUES / REGLEMENT

### Conditions d'inscription :

un certificat de non contre indication à la course à pied en compétition datant de moins d'un an *ou* la photocopie de la licence FFA  
et pour les mineurs : autorisation parentale

**Inscriptions et retraits des dossards :** à partir de 7 h .sur le lieu de départ et jusqu'à 10 mn avant le départ de chaque course

### Départ des courses :

devant l'Atrium, nouvelle salle des fêtes à Seyssuel

- libre, mais impératif avant 9 h pour le 10 km marche
- à 9 h 00 pour le 17 km de la course nature
- à 9 h 30 pour le 10 km course

### Respect des consignes :

Chaque participant s'engage à respecter le code de la route et les consignes, écrites ou orales, données par les organisateurs avant le départ des courses

**Fléchage :** au rubalise et par pancartes

**Ravitaillements :** sur parcours et à l'arrivée. Merci de respecter l'environnement et de ne rien jeter au sol : gobelets ou autres ...

**Sur le site « [couriraseyssuel.fr](http://couriraseyssuel.fr) »,** à partir du 15 mars 2016,  
Plan d'accès à Seyssuel et profil des parcours

**Chronométrage** électronique par puce, avec classements sur le site « [couriraseyssuel.fr](http://couriraseyssuel.fr) » en cours d'après midi

### Récompenses :

Sur chaque course :

Les 3 premiers et 3 premières du général

Les premiers et premières de chaque catégories FFA

Pas de cumul

### Catégorie FFA

Cadets	CA	1999 et 2000	Vétérans 1	V1	1967 à 1976
Juniors	JU	1997 et 1998	Vétérans 2	V2	1957 à 1966
Espoirs	ES	1994 à 1996	Vétérans 3	V3	1947 à 1956
Seniors	SE	1977 à 1993	Vétérans 4	V4	1946 et avant