

Qu'est ce que « AMICOURSE » ?

C'est une association de loi 1901 créée en 1997 par un groupe d'adeptes de la course à pied qui ont tous une approche de la pratique du sport basé sur le loisir et qu'ils proposent de partager avec toutes celles et ceux qui les rejoignent dans cette même philosophie sportive

Ce club n'a qu'une seule ambition, celle de faire découvrir au plus grand nombre, d'hommes et de femmes de tout âge le plaisir que procure ce sport quelques soient les capacités physiques dont il dispose, de lui faire prendre conscience de ses ressources intrinsèques que bien souvent il ignore et de l'accompagner dans sa progression afin qu'il se découvre en atteignant, voire en dépassant les objectifs qu'ils s'étaient fixés.

Amicourse c'est une dizaine de coureurs d'expérience mobilisés pour encadrer les quatre séances d'entraînements hebdomadaires proposées au choix des adhérents entre le mardi, le mercredi, le jeudi et le dimanche.

Amicourse c'est un calendrier annuel de participation à des courses conviviales de toute distance et de tout profil accessibles à tous les niveaux

Amicourse c'est surtout une association sportive non affiliée à la FFA qui propose mais n'impose pas.

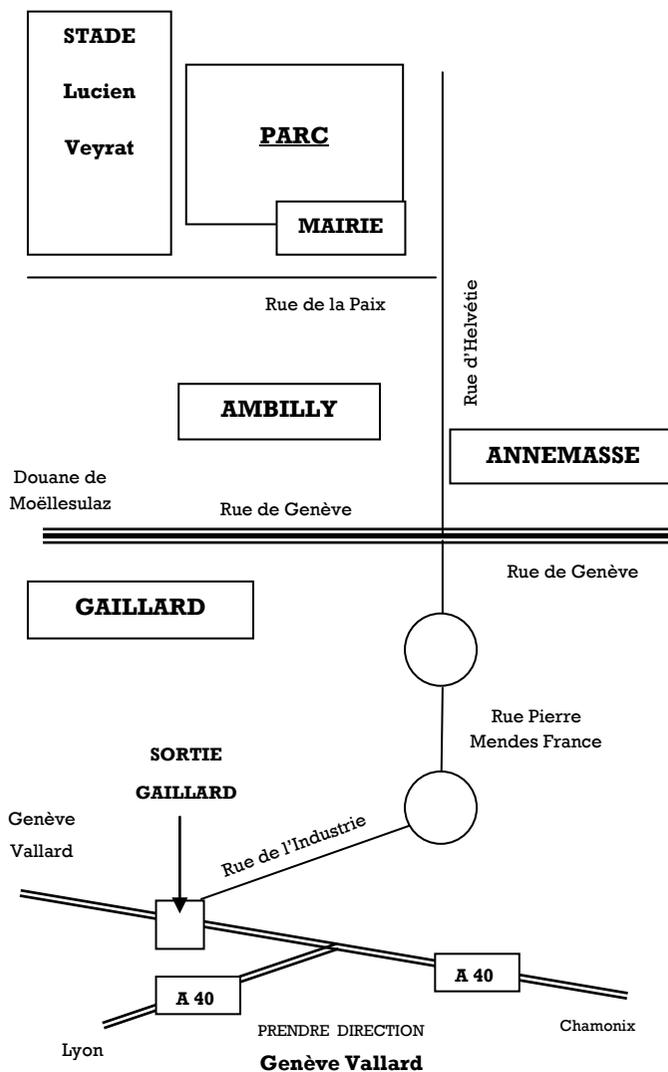
En s'adressant à vous nous savons combien il est difficile de persévérer et de progresser dans ce sport en le pratiquant seul - Aussi si la lecture de ce qui précède répond à vos attentes, n'hésitez pas, renseignez vous en appelant le 04 50 92 41 01 ou le 04 50 37 20 57 ou bien encore le 06 73 67 44 77



AMICOURSE – 7 rue de Vernaz – 74240 GAILLARD

www.amicourse.com

PLAN D'ACCES



VILLE D'AMBILLY
STADE LUCIEN VEYRAT
Samedi 1er septembre 2012

- ◆ 6 heures de marche et course à pied individuelles sur un circuit de 1.170 m
- ◆ Un Marathon par équipe de 4 à 6 coureurs ouvert à tous sur un circuit de 1.170 m. x 36

6 heures & Marathon en relais

MARCHE et COURSE INDIVIDUELLE

☐ Epreuve recommandée aux spécialistes des longues distances et aux amateurs avertis

Départ à 13.00 h. rue Jean Jaures

Engagement : 12 €

☐ Epreuve par équipe de 4 à 6 coureurs ouverte aux Associations Sportives et non sportives – aux Administrations – aux Entreprises – aux Familles

Départ à 14.00 h. Stade Lucien Veyrat

Engagement: 10 € par équipier

ORGANISATION **1€ est reversé à l'association ENERGIES SANS FRONTIERES**

www.amicourse.com

Animation & Buvette

- ☐ Récompenses 6 heures
 - 3 premiers Hommes Course
 - 3 premiers Hommes Marche
 - 3 premières femmes Course
 - 3 premières femmes Marche
 - ☐ Récompenses Marathon
 - 3 premières équipes Hommes
 - 3 premières équipes Féminines
 - 3 premières équipes Mixtes
- Challenge Amicourse**
Challenge des Municipalités

☐ Un lot souvenir à chaque participant
 ☐ casse-croûte offert à tous les concurrents à partir de 19.00 h.

Renseignements: 04 50 37 20 57— 06 73 67 44 77
 Inscriptions: AMICOURSE 7 rue de Vernaz
 74240 GAILLARD avant le 27 mai 2011

REGLEMENT

Les « 6 heures et le Marathon d'Ambilly » sont deux épreuves de course et de marche pédestre qui se déroulent de 13.00 h. à 19.00 h. sur une boucle de 1.170 m tracée entre le stade Lucien Veyrat et le cheminement du Foron longeant la frontière Franco-Suisse

Elle est ouverte à toute personne âgée de 18 ans et plus, possesseur d'une licence sportive valide pour la saison 2012 ou d'un certificat médical de non contre indication à la course à pieds en compétition daté de moins d'un an au jour de l'épreuve.

Les « 6 heures » course et marche sont réservées aux individuels hommes et femmes spécialistes ou amateurs avertis

Le « Marathon par équipe » est proposé à toutes et tous et se court par équipes de 4 à 6 coureurs en relais libre - Le dernier tour est couru par tous les équipiers

Les équipes Hommes - Mixtes - Féminines, doivent représenter, soit : Une Association sportive - Une Association non sportive - Une entreprise - Une Administration - Une équipe familiale ou amicale constituée pour la circonstance

Les équipes mixtes de 6 coureurs doivent être composées avec 2 dames minima - Les équipes de 5 et 4 coureurs avec 1 dame minima

Les inscriptions doivent être adressées à l'Organisation avant le 30 septembre par courrier à : Amicourse - 6 heures d'Ambilly - 7 rue de Vernaz - 74240 GAILLARD

Droits d'inscription: « 6 heures » ⇒ 12 € individuel - « Marathon » 10 € par équipier (par chèque bancaire à l'ordre des « 6 heures d'Ambilly »)

ATTENTION pour les inscriptions le jour de la course (jusqu'à 1/2 h. avant le départ) le montant des inscriptions sera majoré de 3 € pour les individuels comme pour les équipiers

Pour être validés par l'organisation, Les bulletins d'inscription doivent être dûment remplis et accompagnés, du règlement, des certificats médicaux originaux ou de leurs copies signées et « certifiées conformes à l'original » - les licences seront présentées au retrait des dossards

Les organisateurs ont souscrit une assurance « R.C. Organisateur » auprès des AGF- Les concurrents doivent être impérativement couverts par une assurance sportive ou personnelle.

Les photos prises durant l'épreuve pourront être publiées sur le site internet « WWW.AMICOURSE.COM » (sauf avis contraire du coureur qui doit en faire part par écrit aux organisateurs)

CLASSEMENTS & RECOMPENSES

Le classement des 6 heures en individuel sera effectué sur la base de la distance parcourue entre 13.00 h. et 19.00 h.

Classement du Marathon par équipes en catégories Hommes - Mixtes - Femmes

Classement des individuels en catégorie Hommes et Femmes Course - Hommes et Femmes Marche

Récompenses aux 3 premières équipes Marathon Hommes - Mixtes - Femmes

Le « Challenge Amicourse » est attribué à la meilleure équipe « Marathon » des catégories Entreprise - Administration et Famille.

Les équipes qui concourent à ce challenge doivent être composées d'un minimum de deux représentants de l'administration ou de l'entreprise représentée - Pour les familles les coureurs de l'équipe peuvent être de parenté jusqu'au 3ème degré.

Le « Challenge des Municipalités » est réservé aux équipes des Elus et employés municipaux représentant leur municipalité

ORGANISATION DE L' EPREUVE

Départ donné sur le stade Lucien VEYRAT le samedi 1er septembre à 13.00 h pour les individuels et 14.00 h pour le Marathon par équipes.

Les relais des équipes Marathon sont libres. Le dernier tour est couru par tous les équipiers

Un lot souvenir pour chaque concurrent sera remis au retrait des dossards

Un casse-croûte est offert à tous les concurrents à partir de 20.00 h.

A 19.00 h. précises Les coureurs qui sont encore sur le parcours passent la ligne d'arrivée.

Retrait des dossards de 11.30 h. à 12.30h. au Stade Lucien Veyrat - Rue de la Paix à Ambilly - fin du retrait des dossards 12.45 pour les individuels - 13.45 h. pour les équipes.

Vestiaires ⇒ Stade Lucien Veyrat rue de la Paix

Un ravitaillement en eau - fruits frais et secs est assuré sur la zone de relais

Renseignements: 04 50 37 20 57 — 06 73 67 44 77
Inscriptions: avant le 30/08/2012 à AMICOURSE 7 rue de Vernaz 74240 GAILLARD

www.amicourse.com

En partenariat avec



Nocibé

botanic
un nouveau mode de vie



BULLETIN D'INSCRIPTION

A retourner avant le 30 août par courrier à : Amicourse - 6 heures d'Ambilly - 7 rue de Vernaz - 74240 GAILLARD accompagné du règlement par chèque bancaire à l'ordre de « Amicourse »

NOM DE L'EQUIPE :

Responsable : NOM.....

Adresse :

Tel:.....Courriel.....

Catégorie: Homme Féminine Mixte

Association Sportive Entreprise ou Administration

équipe familiale ou amicale équipe Municipale

COMPOSITION DE L'EQUIPE MARATHON

	NOM	Prénom	h/f	n° lic. ou date c.m.
1 :
2 :
3 :
4 :
5 :
6 :

INSCRIPTION INDIVIDUELLE 6 HEURES

NOM Prénom :

Catégorie Homme Féminine

MARCHE COURSE

Adresse:

Tel.....Courriel.....

N° licenceFédération.....

Date licence ou certif. Médical.....

CHALLENGE DES MUNICIPALITES

BULLETIN D'INSCRIPTION

COMMUNE :

Responsable : NOM.....

Adresse :

.....

Tel:.....Courriel.....

COMPOSITION DE L'EQUIPE

NOM Prénom	h/f	Certif. Médic.
1 :
2 :
3 :
4 :
5 :
6 :

Ⓜ Droits d'inscriptions ⇨ 10 € par équipier (par chèque bancaire à l'ordre de « Amicourse »)

Ⓜ Composition des équipes : De 4 à 6 coureurs - 2 élus minimum par équipes

Ⓜ Elle est ouverte à toute personne âgée de 18 ans et plus, possesseur d'une licence sportive valide pour la saison 2011 ou d'un certificat médical de non contre indication à la course à pieds en compétition daté de moins d'un an au jour de l'épreuve.

Ⓜ Pour être validés par l'organisation, Les bulletins d'inscriptions doivent être dûment remplis et accompagnés, du règlement, des certificats médicaux originaux ou de leurs copies signées et « certifiées conforme à l'original » - les licences seront présentées au retrait des dossards

A retourner avant le 30 août par courrier à : Amicourse – 6 heures d'Ambilly – 7 rue de Vernaz —74240 GAILLARD accompagné du règlement par chèque bancaire à l'ordre de « Amicourse »

Renseignements: 04 50 37 20 57 — 06 73 67 44 77

CHALLENGE DES MUNICIPALITES

BULLETIN D'INSCRIPTION

COMMUNE :

Responsable : NOM.....

Adresse :

.....

Tel:.....Courriel.....

COMPOSITION DE L'EQUIPE

NOM Prénom	h/f	Certif. Médic.
1 :
2 :
3 :
4 :
5 :
6 :

Ⓜ Droits d'inscriptions ⇨ 10 € par équipier (par chèque bancaire à l'ordre de « Amicourse »)

Ⓜ Composition des équipes : De 4 à 6 coureurs - 2 élus minimum par équipes

Ⓜ Elle est ouverte à toute personne âgée de 18 ans et plus, possesseur d'une licence sportive valide pour la saison 2011 ou d'un certificat médical de non contre indication à la course à pieds en compétition daté de moins d'un an au jour de l'épreuve.

Ⓜ Pour être validés par l'organisation, Les bulletins d'inscriptions doivent être dûment remplis et accompagnés, du règlement, des certificats médicaux originaux ou de leurs copies signées et « certifiées conforme à l'original » - les licences seront présentées au retrait des dossards

A retourner avant le 30 août par courrier à : Amicourse – 6 heures d'Ambilly – 7 rue de Vernaz —74240 GAILLARD accompagné du règlement par chèque bancaire à l'ordre de « Amicourse »

Renseignements: 04 50 37 20 57 — 06 73 67 44 77

CHALLENGE DES MUNICIPALITES

BULLETIN D'INSCRIPTION

COMMUNE :

Responsable : NOM.....

Adresse :

.....

Tel:.....Courriel.....

COMPOSITION DE L'EQUIPE

NOM Prénom	h/f	Certif. Médic.
1 :
2 :
3 :
4 :
5 :
6 :

Ⓜ Droits d'inscriptions ⇨ 10 € par équipier (par chèque bancaire à l'ordre de « Amicourse »)

Ⓜ Composition des équipes : De 4 à 6 coureurs - 2 élus minimum par équipes

Ⓜ Elle est ouverte à toute personne âgée de 18 ans et plus, possesseur d'une licence sportive valide pour la saison 2011 ou d'un certificat médical de non contre indication à la course à pieds en compétition daté de moins d'un an au jour de l'épreuve.

Ⓜ Pour être validés par l'organisation, Les bulletins d'inscriptions doivent être dûment remplis et accompagnés, du règlement, des certificats médicaux originaux ou de leurs copies signées et « certifiées conforme à l'original » - les licences seront présentées au retrait des dossards

A retourner avant le 30 août par courrier à : Amicourse – 6 heures d'Ambilly – 7 rue de Vernaz —74240 GAILLARD accompagné du règlement par chèque bancaire à l'ordre de « Amicourse »

Renseignements: 04 50 37 20 57 — 06 73 67 44 77

