

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.

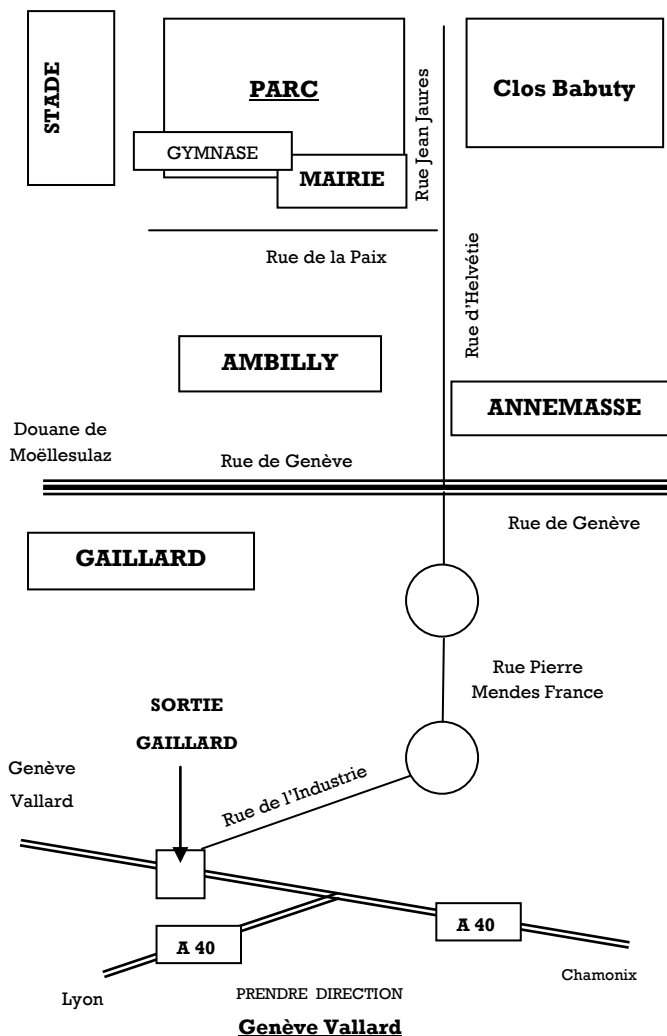
En s'adressant à vous nous savons combien il est difficile de persévérer et de progresser dans ce sport en le pratiquant seul - Aussi si la lecture de ce qui précède répond à vos attentes, n'hésitez pas, renseignez vous en appelant le 04 50 92 41 01 ou le 04 50 37 20 57 ou bien encore le 06 73 67 44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



AMICOURSE – 20 rue de Moëllesulaz – 74240 GAILLARD

www.amicourse.com

PLAN D'ACCES



VILLE D'AMBILLY

CLOS BABUTY

Samedi 20 juin 2009



Les 6 heures pédestres du parc

Départ 16.00 h

Parcours de 1.130 m

Ⓜ Epreuve ouverte aux Associations Sportives et non sportives – aux Administrations – aux Entreprises – Par équipe de 2 à 6 coureurs

Ⓜ Epreuve individuelle ouverte aux spécialistes des longues distances et aux amateurs avertis

Ⓜ Un lot souvenir à chaque participant

Ⓜ Récompenses aux équipes
3 premières équipes Hommes
3 premières équipes Féminines
3 premières équipes Mixtes

Ⓜ Récompenses aux individuels
5 premiers Hommes
5 premières femmes

ORGANISATION



www.amicourse.com

Ⓜ casse-croûte offert à tous les concurrents à partir de 22.00 h.

Ⓜ Droits d'engagement

Equipes : 10 € par équipier
Individuels : 12 €

Animation & Buvette

Renseignements: 04 50 37 20 57— 06 73 67 44 77
Inscriptions: AMICOURSE 20 rue de Moëllesulaz
74240 GAILLARD avant le 19/06/2009

REGLEMENT

Les « 6 heures du Parc d'Ambilly » est une épreuve de course à pieds d'une durée de 6 heures qui se déroule de 16.00 h. à 22.00 h. sur une boucle de 1.130 m légèrement vallonnée.

Elle est ouverte à toute personne âgée de 18 ans et plus, possesseur d'une licence sportive valide pour la saison 2009 ou d'un certificat médical de non contre indication à la course à pieds daté de moins d'un an au jour de l'épreuve.

Les « 6 heures du Parc d'Ambilly » se courent individuellement ou par équipe de 2 à 6 coureurs.

Les équipes Hommes - Mixte - 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 femmes minima

Le « Challenge des Administrations et Entreprises » est réservé aux équipes de 6 coureurs

Les équipes de 6 coureurs qui concourent à ce challenge doivent être composées d'un minimum de trois représentants adhérents ou employés.

Les inscriptions doivent être adressés à l'Organisation avant le 19 juin par courrier à : Amicourse - 6 heures d'Ambilly - 20 rue de Moëllesulaz 74240 GAILLARD

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

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

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

ORGANISATION DE L' EPREUVE

Le départ est donné au Clos Babuty rue Jean Jaures le **samedi 20 juin à 16.00 h précises.**

Les relais des équipes sont libres.

A 22.00 h. précises Les coureurs qui sont encore sur le parcours passent la ligne d'arrivée.

Retrait des dossards de 13.45 h. à 15.45 h. au Clos Babuty - Rue Jean Jaures à Ambilly

Vestiaires ⇒ Gymnase Lucien Veyrat rue de la Paix

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

CLASSEMENTS & RECOMPENSES

Les classements équipes et individuels sont effectués sur la base de la distance parcourue

Classement des équipes en catégories Hommes - Mixtes - Femmes

Classement des individuels en catégories Hommes et femmes

Récompenses aux 3 premières équipes Hommes - Mixtes - Femmes ainsi qu'aux 5 premiers Hommes et femmes en individuel

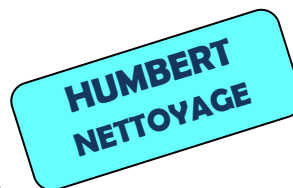
Le Challenge Marcel BOUILLE est attribué à la meilleure équipe des catégories Entreprises & Administrations.

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

Un casse-croûte est offert à tous les concurrents à partir de 22.00 h.

www.amicourse.com

Renseignements: 04 50 37 20 57— 06 73 67 44 77
Inscriptions: AMICOURSE 20 rue de Moëllesulaz
74240 GAILLARD avant le 19/06/2009



BULLETTIN D'INSCRIPTION

A retourner avant le 19 juin par courrier à : Amicourse - 6 heures d'Ambilly - 20 rue de Moëllesulaz—74240 GAILLARD accompagné du règlement par chèque bancaire à l'ordre de « 6 heures d'Ambilly »

NOM DE L'EQUIPE :

Responsable : NOM.....

Adresse :

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

Catégorie: Homme Féminine Mixte

Association Sportive Entreprise ou Administration

équipe familiale ou amicale

COMPOSITION DE L'EQUIPE

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

INSCRIPTION INDIVIDUELLE

NOM Prénom :

Catégorie Homme Féminine

Adresse:

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

N° licenceFédération.....

Date licence ou certif. Médical.....