





RUBRIQUES	COURSE DES 20KM	COURSE DE RELAIS 2 x 10KM	COURSE DEMI PARCOURS
<i>Date de la course</i>	Dimanche 24 novembre 2024		
<i>Départ</i>	09h30 – rue de la Carrièrassse (Domaine d'Ô)		09h50 – Arc de Triomphe (Peyrou)
<i>Arrivée</i>	rue de la Carrièrassse (Domaine d'Ô)	Arc de Triomphe (Peyrou) (relais au km 10)	rue de la Carrièrassse (Domaine d'Ô)
<i>Ravitaillements</i>	km 5, km 10, km 15 et arrivée 20 km : eau, fruits, sucre, etc.		
<i>Secours</i>	Médecins de la course et équipes de la Croix Rouge		
<i>Chronométrage</i>	Identification du coureur par puce jetable apposée sur le dossard.	Le 1er relayeur possède un dossard sans puce et part au coup de feu, le 2ème relayeur est identifié par puce apposée sur son dossard qui sera enregistrée à l'arrivée. Le passage de relais se fait au kilomètre 10 sous l'arche.	Identification du coureur par puce jetable apposée sur le dossard.
	Il n'y a pas de prise de temps individuelle au niveau du départ, le déclenchement de tous les chronos se faisant simultanément, au signal du starter.	C'est le passage sous le portique d'arrivée qui arrête le chrono de l'équipe.	Il n'y a pas de prise de temps individuelle au niveau du départ, le déclenchement de tous les chronos se faisant simultanément, au signal du starter.
	A l'arrivée, l'arrêt de chaque chrono individuel se fait par lecture des puces attachées au dossard, au passage sous le portique d'arrivée.		A l'arrivée, l'arrêt de chaque chrono individuel se fait par lecture des puces attachées au dossard, au passage sous le portique d'arrivée.
<i>Récompenses</i>	Podium et récompenses pour les premiers. Maillot pour tous les inscrits.		
<i>Frais d'inscription</i>	26 € (+1€ de frais d'inscription) envoi postal offert 26 à partir du 1/11 (+1€ de frais d'inscription) 30€ le dimanche de la course dans la limite des dossards restants (et uniquement pour la course des 20km en individuel).	19 € par participant + frais d'inscription, envoi postal offert 19€ par participant à partir du 1/11 + frais d'inscription Uniquement par internet	19 € par participant + frais d'inscription, envoi postal offert 19€ par participant à partir du 1/11 + frais d'inscription Uniquement par internet
<i>Le Village</i>	Domaine d'Ô – Ouverture le dimanche 24 à 8h pour les dernières inscriptions et pour le retrait des dossards		
<i>Vestiaires</i>	Domaine d'Ô	(attention : pas de vestiaire au km 10)	(attention : pas de vestiaire au km 10)
<i>Animations</i>	Animation musicale et commentaires durant la course, sur le village.		
<i>Transports</i>	Tramway ligne 1 arrêt Malbosc – Liaison directe par la ligne 1 entre le village (départ et arrivée des 20 km) et le point de relais de la course 2 x 10 km et départ demi parcours		
<i>Organisateur</i>	Lions Club Montpellier Languedoc		
<i>Labels</i>	   		
	Comité d'Athlétisme de l'Hérault – CDCHS-34 – Avis favorable en date du 05/06/2020		