



REGLEMENT ET INFORMATIONS GENERALES

L'Olympique Grande-Synthe Athlétisme Section Marche Nordique organise, avec le soutien de la ville de Grande-Synthe et du Comité Nord d'Athlétisme son 3ème rassemblement de Marche Nordique

le samedi 31 octobre 2015

La marche d'Halloween

Cette manifestation baptisée "Du Moulin au Puythouck" a lieu entre le Quartier du Moulin et la zone de loisirs du Puythouck à Grande-Synthe (agglomération dunkerquoise)

1. La manifestation :

Le départ est donné à l'Espace Jeunes du Moulin, Boulevard des Fédérés (*plan d'accès ci-après*)

Il s'agit d'une épreuve de Marche Nordique **non chronométrée** réservée aux marcheurs nordiques **à partir de 15 ans.** (*bâtons non fournis*)

Deux parcours nature sont proposés : (*plans ci-après*)

- un parcours "vert" de 9 km, facile (**ID 2818677 sur Openrunner**)

- un parcours "bleu" de 14 km, un peu plus sportif avec quelques "buttes" à monter (**ID 2818575 sur Openrunner**)

Les deux parcours seront balisés. Des bénévoles se tiendront le long des parcours.

Un échauffement collectif aura lieu à 14h45.

Le départ des deux marches sera donné à 15h00.

Les arrivées étant échelonnées, il n'est pas prévu d'étirements collectifs, il appartiendra à chacun ou à chaque groupe de s'étirer après l'épreuve.

2. Inscriptions :

Individuelle : Envoyer le bulletin d'inscription individuel ainsi que le paiement de **2€**.

Collective (pour les clubs et associations) : Envoyer le bulletin d'inscription collectif ainsi que le paiement à :

OGS Athlétisme 4 rue de la Pommeraie 59640 DUNKERQUE

jusqu'au mercredi 28 juin 2015 (pour participer à la tombola)

Le certificat médical de non-contre indication à la pratique de l'athlétisme n'est pas obligatoire car il s'agit d'une épreuve non compétitive, mais vivement conseillé.

Nous acceptons les inscriptions sur place, le jour de l'épreuve, jusqu'à 14h30 **avec un supplément de 1€.**

3. Retrait des dossards :

Dès 13h45 à l'Espace Jeunes du Moulin.

Pensez à prendre des épingles de nourrice pour accrocher votre dossard.

4. Sécurité :

Elle sera assurée par des cibistes de l'ADCB, renforcée par deux Policiers Municipaux aux deux seuls endroits où les circuits coupent une rue, ainsi que des bénévoles de l'OGS Athlétisme.

Le service médical sera assuré par 6 secouristes.

5. Ravitaillement :

Au niveau de la Base de voile (5^{ème} km du parcours vert, 6^{ème} km du parcours bleu) : ravitaillement offert par l'OGS Athlétisme : eau, pain d'épices, fromage de Bergues, 3 Monts.

A l'arrivée : ravitaillement.

Une buvette sera également à votre disposition.

6. Récompenses :

- **Un tirage au sort** parmi les dossards **des inscrits avant le jeudi 29/10** aura lieu vers 17h30 dans la salle et déterminera les gagnants de paniers garnis.

- **Un challenge du nombre** récompensera le club ou l'association le (la) plus représenté(e) et le (la) plus éloigné(e).

7. Environnement et respect :

Les participant(e)s s'engagent à **respecter les sites traversés**. Il appartient à chacun de mettre ses débris : bouteilles d'eau vides, gobelets, ... dans les containers mis à disposition pour l'occasion.

Le Puythouck étant une Base de loisirs, vous serez amenés à **partager l'espace** avec des promeneurs, coureurs à pied ou vététistes.

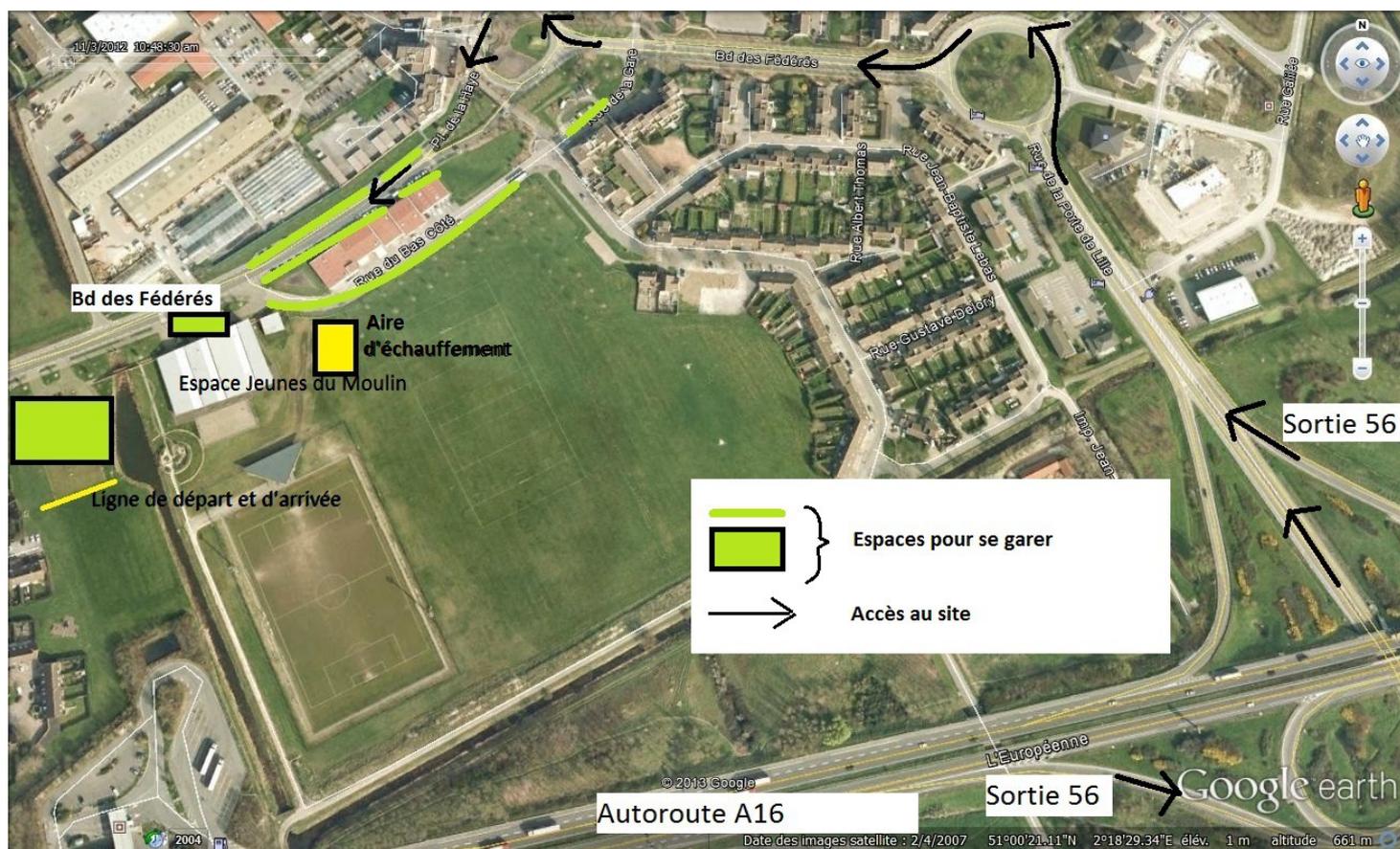
8. Sanitaires :

Des toilettes ainsi que des douches seront à la disposition des marcheurs.

9. Droit à l'image :

Tout participant qui se voit attribuer un dossard, **autorise l'organisateur à utiliser son image prise lors de l'évènement**. Image qui pourra être utilisée sur tout support non commercial.

Plan d'accès au site :



10 : Les parcours* (également visibles sur le site Openrunner ID : 2818575 et ID: 2818677)

*susceptibles d'être modifiés en fonction des conditions météorologiques

