

Course nature  
3<sup>ème</sup> édition de la

# FRESSI' NATURE

## 7 et 15 km

# 1er Mai

Nouveauté 2011!

# Marche de 7 km

Organisée par

*SPORT ATTITUDE*

7  
&  
15  
k  
m  
s



F  
r  
e  
s  
s  
i  
,  
n  
a  
t  
u  
r  
e

# Fressines (79)

T-shirt respirant ' Technology Air Dry '®

Reportage photos et résultats sur :  
[www.sportattitude79.fr](http://www.sportattitude79.fr)

# Bulletin d'inscription

Courses nature et marche

**A renvoyer avant le 28 avril 2011 à :**

SPORT ATTITUDE - Mous NAKIB  
5 impasse du Lison - 79370 FRESSINES  
Renseignements : 06 47 26 33 96  
E-mail : [sportattitude.79@laposte.net](mailto:sportattitude.79@laposte.net)  
Site : [www.sportattitude79.fr](http://www.sportattitude79.fr)

Réservé à l'organisation

CATEGORIE

N° dossard

Nom : ..... Prénom : .....

Sexe :  H  F

Date de naissance (Obligatoire) ...../...../19.....

Course :  7 km  15 km [7 et 15 km = 6,50 € à l'avance (+ 1,50 € sur place)]

Marche :  7 km [Marche 7 km = 4 €, sans majoration sur place]

Club ou association : .....

Adresse : .....

Ville : ..... Code postal : .....

Tél : ☎ 06 /...../...../...../..... ♦ Tél : ☎ ...../...../...../...../.....

Email : .....@.....

\*Les courses nature de 7 et 15 km sont ouvertes à tous les coureurs nés en 1995 et avant, licenciés ou non. Joindre obligatoirement un certificat médical (ou sa photocopie) autorisant la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an. Pour les licenciés, joindre une photocopie de la licence en cours de validité.

Le .....2011

Signature des parents pour les mineurs. →

Signature obligatoire

↓ ↓

Tout participant à la Fressi'Nature, sous quelque forme que ce soit, autorise expressément les organisateurs à utiliser ses coordonnées postales ou électroniques dans le but seulement d'y recevoir des informations concernant l'association SPORT ATTITUDE, organisatrice de La Fressi'Nature et à utiliser son droit à l'image sans contrepartie, en conformité avec l'article 227-24 du code pénal.

Assurances : Les organisateurs sont couverts par une police Multirisque Association souscrite auprès de Groupama. Il incombe aux participants de s'assurer personnellement.

**Nous avons la même passion!**

# Règlement

## Courses nature 7 et 15 km

- Inscriptions à l'avance :** Par courrier avant le 28 Avril 2011.  
A l'espace culturel E. Leclerc Mendès-France, samedi 30 Avril 2011 de 16 h 30 à 19 h 00.  
Inscriptions limitées à 600 coureurs.
- Inscriptions sur place :** A la salle des fêtes de 8 h 00 à 9 h 15 (⊗ Majoration de 1,50 €).
- Retrait des dossards :** A l'espace culturel E. Leclerc Mendès-France, samedi 30 Avril 2011 de 16 h 30 à 19 h 00.  
Le jour de l'épreuve de 8 h 00 à 9 h 15.
- ⊕ Départ des courses :** 7 et 15 km, 9 h 30 devant la salle des fêtes.
- Parcours :** Départ commun, puis séparation au 2<sup>ème</sup> km.  
Parcours sur routes campagnardes, chemins et sentiers, identique à celui de l'édition 2010.
- 🗣 Speaker officiel :** Michel DESSAINT.
- 🏆 Remise des prix :** A partir de 11 h 45, à la salle des fêtes.  
Récompenses aux 3 premiers H et F du classement scratch.  
Récompenses aux 3 premiers de chaque catégorie.  
Challenge par équipe sur 4 coureurs, même club / association.
- Tirage au sort :** Nombreux lots à gagner (présence obligatoire).
- Photos et résultats :** [www.sportattitude79.fr](http://www.sportattitude79.fr)
- 🏅 Récompense :** T-SHIRT RESPIRANT MICROFIBRE " TECHNOLOGY AIR DRY® "

Nouveauté 2011

## Marche 7 km

- Inscriptions à l'avance :** Par courrier avant le 28 Avril 2011.  
A l'espace culturel E. Leclerc Mendès-France, samedi 30 Avril 2011 de 16 h 30 à 19 h 00.
- Inscriptions sur place :** A la salle des fêtes de 8 h 00 à 9 h 00.
- ⊕ Départ :** 9 h 00 devant la salle des fêtes.
- Parcours :** Parcours fléché en sens inverse de la course nature de 7 km.
- 🏅 Récompense :** Un T-shirt respirant aux 100 premiers inscrits.

- Parking, vestiaires et douches :** A la salle des fêtes.
- Ravitaillements :** Tous les 5 km et à l'arrivée.
- 🚑 Secours :** Service médical assuré par une équipe de secouristes.
- Règlement :** Chèque libellé à l'ordre de SPORT ATTITUDE.
- 🥪 Sandwichs - Buvette :** Sur place, devant la salle des fêtes.

**DES COUREURS AU SERVICE DES COUREURS**

# INFOS SPORT ATTITUDE

## Nouveautés 2011

### Une marche de 7 km

En utilisant le même parcours que celui de la course nature de 7 km, mais en sens inverse, il vous sera alors possible de découvrir les paysages de la vallée du Lambon. Dans le cadre de la Fressi'Nature, vous emprunterez un parcours fléché qui vous permettra d'encourager les coureurs arrivant à votre rencontre.

### Courses : retrait des dossards

La possibilité de retirer votre dossard dès la veille de la course vous est offerte.

Rendez-vous le samedi 30 avril 2011, de 16h30 à 19h00, à l'espace culturel E. Leclerc Mendès-France.



### La Fressi'Nature en quelques chiffres

Après avoir atteint le nombre de 400 inscrits pour la 1<sup>ère</sup> Fressi'Nature, nous avons eu le plaisir d'accueillir 150 coureurs supplémentaires en 2010.

Ceci nous amène donc à limiter le nombre d'inscriptions à 600 pour cette 3<sup>ème</sup> édition, avec toujours un magnifique T-shirt respirant offert à chaque participant.

## Sortie-Footing à Fressines : le dimanche 6 novembre 2011

**Vous êtes passionné de nature et de course à pied ! Réservez dès maintenant cette date, vous apprécierez !**

La 6<sup>ème</sup> Sortie-Footing de Fressines partira à 9 h 30 de la salle des fêtes.

Elle est **GRATUITE** et ouverte à tous, sans esprit de compétition (pas de classement, ni de chrono). Notre but est de vous faire découvrir chaque année un nouveau paysage de Fressines et de ses alentours.

Vous pourrez choisir entre un 12 ou 23 km, parcours entièrement fléchés, points de ravitaillement tous les 5 km et pot de l'amitié à l'arrivée. Douches sur place, accompagnateurs VTT autorisés.

### *Informations :*

*☎ 06 47 26 33 96*

*Email : [sportattitude.79@laposte.net](mailto:sportattitude.79@laposte.net)*

*Internet : [www.sportattitude79.fr](http://www.sportattitude79.fr)*

