

PROGRAMME

Inédit en Rhône-Alpes-Auvergne : une soirée piste entièrement dédiée au demi-fond long.

Deux épreuves sont proposées :

Une heure sur piste (2 séries) dans laquelle l'objectif est de réaliser le maximum de tours

Un 10000m sur piste : c'est la version piste et officielle (présente aux JO) du fameux 10km que tout le monde connaît, l'objectif est de boucler les 25 tours dans le meilleur temps

Les épreuves sont gratuites et réservées aux licenciés FFA

REGLEMENT HEURE SUR PISTE : Deux séries de 25 à 30 coureurs maximum sont organisées aux heures de départ suivantes : 18h45 et 20h00. Le coureur précise ses préférences dans le bulletin d'inscription. L'organisation répartit ensuite les coureurs sur les séries en fonction des distances d'engagement et de manière à garantir la meilleure fluidité.

REGLEMENT 10000m : Une série de 25 à 30 coureurs maximum est organisée à 21h15. L'épreuve est réservée aux coureurs (H&F) ayant un temps d'engagement <40min. Un justificatif de performance doit être fourni.

INSCRIPTION ET MODALITES PRATIQUES : l'inscription se fait sur www.chassieu-athle.fr. Le coureur fournit la distance attendue (heure) ou le justificatif de performance (10000m). En fonction des coureurs inscrits, l'organisation réalisera la composition finale des séries. La confirmation des séries sera faite au plus tard le mercredi 26 septembre, elle sera communiquée sur le site www.chassieu-athle.fr et également transmise par mail aux inscrits. Les inscriptions sur place seront possibles en fonction des places restantes. Retrait des dossards jusqu'à 15 minutes avant le départ de la série.

FAIRE DE LA PLACE AUX REVES : une association s'occupant de réaliser les rêves d'enfants malades sera partenaire de la course. Nous proposons aux coureurs le pari suivant (non obligatoire): faire un don de 0.50 euro par tour réalisé pour l'heure sur piste et de 1 euro par tour pour le 10000, pour le 10000m cela représente 25 euros soit après déduction des impôts un montant de 8.5euros. Les coureurs pourront également faire un don direct auprès de l'association qui sera présente le soir même.

RECOMPENSES : les 3 premiers hommes et 3 premières femmes au scratch des 2 épreuves (heure et 10000m) seront récompensés.

ANIMATION : afin de vous permettre d'encourager les coureurs, et pour profiter de la soirée après votre course, nous vous proposons une buvette avec bière pression et de la restauration snacking. La société « Relax dans tes baskets » sera également présente pour vous prodiguer des massages sportifs.

VESTIAIRES/DOUCHES : des douches et des vestiaires non gardés seront mis à disposition