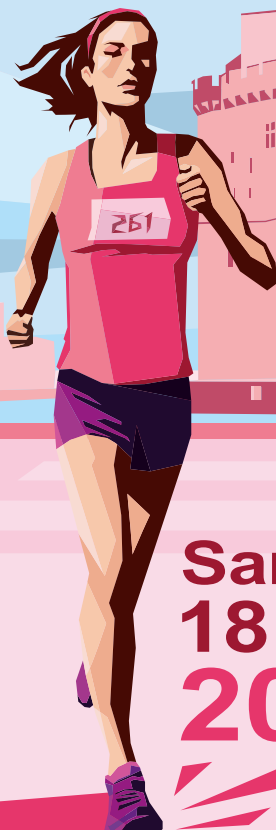


La Sarabande

21^{ème} EDITION

des filles

de La Rochelle



Flashez-vous !

Courses féminines

5km à 15h / 10km à 16h

Limitées à 3500 participantes

**Samedi
18 Mai
2024**

Infos pratiques

Courses limitées à 3500 participantes

Inscrivez-vous directement en ligne sur notre site : www.sarbandefillesdelarochelle.fr

► REMISE DES DOSSARDS

Samedi 18 mai 2024 de 10h à 14h

Grande halle, Espace Encan, entrée à côté de l'Aquarium. Présentation obligatoire d'une pièce d'identité ou de sa copie et du bon retrait dossard (à télécharger début mai sur notre site internet).

Animations enfants, exposants, stand photos ...

► COURSE

Echauffement de 10 minutes, en musique rythmée, 15 minutes avant chaque départ.

Deux courses chronométrées, 3500 participantes :

15h : 5 km limité à 2300 participantes

16h : 10 km limité à 1200 participantes

Animations musicales sur le parcours et des animations au départ et à l'arrivée !

Récompenses : un Tee-shirt féminin au retrait des dossards + un cadeau surprise et un diplôme (téléchargeable sur notre site) pour chaque arrivante.

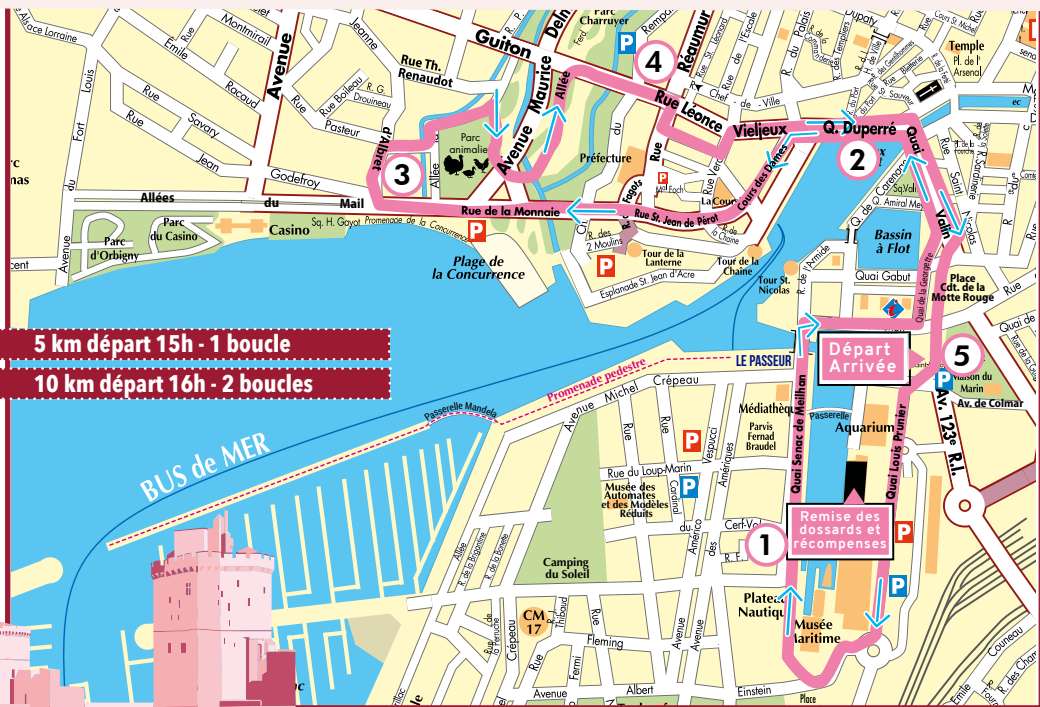
Un jury récompensera les 6 meilleurs déguisements (groupe ou individuel).

La Sarabande des filles de La Rochelle est un événement éco-responsable.



► REMISE DES RÉCOMPENSES 18h00

Grande halle, Espace Encan, entrée à côté de l'Aquarium. Des lots seront également attribués par tirage au sort.



5 km départ 15h - 1 boucle

10 km départ 16h - 2 boucles

BUS de MER

Bulletin d'inscription



INSCRIPTION EN LIGNE

Inscription rapide et facile sur le site www.sarbandefillesdelarochelle

Possibilité de joindre la licence F.F.A. ou le certificat médical au format numérique

Droit d'inscription : 5 km - **12 €** dans la limite des 2300 inscrites.

10 km - **15 €** dans la limite des 1200 inscrites.

Règlement par carte bancaire (+ 1€ frais d'enregistrement)

INSCRIPTION PAPIER

Bulletin d'inscription à retourner à l'adresse suivante dans la limite de 3500 participantes :

La Sarabande des Filles de La Rochelle - B.P. 90087 - 17004 LA ROCHELLE Cedex 01

NOM : Nom de jeune fille :

Prénom : Date de Naissance :

Adresse complète :

Code Postal : Ville :

N° Tél. : Nationalité :

Email en Majuscule :

(Facultatif) Objectif temps sur 10 km :h.....min.....sec

Droit d'inscription : 5 km - **12 €** dans la limite des 2300 inscrites.

10 km - **15 €** dans la limite des 1200 inscrites.

Règlement par chèque à l'ordre de La Sarabande des Filles de La Rochelle.

LICENCIEE F.F.A. (licences autorisées par la F.F.A.) : Je joins une copie de la licence en cours de validité pour 2023/2024

NON LICENCIEE F.F.A. : Je joins un certificat médical ou une photocopie de non contre-indication à la pratique du sport ou de la course à pied en compétition, daté de moins d'un an à la date de la course.

Possibilité de valider le parcours de prévention santé (PPS) sur le site pps.athle.fr

Je désire participer au :

Challenge du nombre sous les couleurs :

du Club F.F.A. de l'Association (statuts déposés) Collectivités Entreprise

Nom :

Challenge Mère-Fille (fournir les 2 bulletins simultanément, accompagnés d'une photocopie du ou des livret(s) de famille)

Challenge Mère-Fille-Petite Fille (fournir les 3 bulletins simultanément, accompagnés d'une photocopie du ou des livret(s) de famille)

5 Km 10 Km

Nom, prénom mère : Nom, prénom fille :

Nom, prénom petite fille : P.S. : Pas de cumul des 2 Challenges (Mère-fille et Mère-Fille-Petite fille)

IMPORTANT : Je reconnais et accepte que par le seul fait de mon inscription, je m'engage à me soumettre à l'ensemble des dispositions du règlement.

Date :

Signature* :

* Signature + attestation parentale pour les mineures

Règlement

Article 1 : Article 1 : L'Association La Sarabande des Filles de La Rochelle organise le 18 mai 2024 une épreuve pédestre exclusivement féminine sur 5 et 10 km.

Article 2 : L'épreuve est ouverte à toutes les féminines licenciées ou non-licenciées âgées de plus de 16 ans (nées en 2008 ou avant), fournir une autorisation parentale pour les mineures. Toute athlète non licenciée à la FFA (ou licences autorisées par la FFA) doit fournir, à l'inscription, un certificat médical ou une copie de non contre-indication à la pratique du sport ou de la course à pied en compétition, daté de moins d'un an à la date de la course. Vous avez également la possibilité de valider le parcours de prévention santé (PPS). Il est expressément signalé que les participantes courent sous leur propre responsabilité.

Article 3 : Un challenge du nombre sera organisé et récompensera un club, une association constituée, une entreprise ou une collectivité. Un challenge sera attribué au couple Mère-Fille ou Mère-Fille-Petite fille (pas de cumul des deux challenges) ayant, en temps cumulés sur la même épreuve, la meilleure performance.

Article 4 : Deux courses : Le départ, Quai de La Georgette à La Rochelle, est fixé à 15h pour le 5 km (limité à 2300 participantes), droit d'inscription 12€ comprenant 1 bouteille d'eau 50cl. Et 16h pour le 10 km (limité à 1200 participantes), droit d'inscription 15€ comprenant 1 bouteille d'eau 50cl.

Article 5 : Un poste de ravitaillement sera mis en place au 3ème km et à l'arrivée pour le 5km. Pour le 10km, au 3èm, 5ème, 8ème et à l'arrivée.

Article 6 : En application de l'article 20 du règlement de la F.F.A., tout accompagnateur à bicyclette ou en roller

est interdit, pour des raisons évidentes de sécurité.

Les accompagnateurs de sexe masculin, même déguisés, sont également interdits, ainsi que les enfants sur la ligne d'arrivée. Les contrevenants entraîneraient la disqualification et l'exclusion de la concurrente accompagnée.

Article 7 : Si une participante ne se présente pas ou ne termine pas sa course, aucun remboursement ni remise de lots ne sera effectué. De même, aucun remboursement ou remise de lots ne sera accordé aux coureuses dont le dossier n'est pas à jour, n'étant pas en règle avec les directives gouvernementales (situation sanitaire) en vigueur le jour de la course.

Article 8 : Le dossard (à fixer devant) est individuel et nominatif. Il peut être cédé (1 seule fois) à une tierce personne de son choix, au plus tard 1 mois avant la course. L'organisation doit valider le changement de participant pour mettre à jour le dossier coureur. Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne hors de ce délai et/ou sans en avertir l'organisation sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve. La ré-affectation du 5km au 10 km ou inversement est possible, au plus tard 1 mois avant la course.

Les participantes ne peuvent cumuler une inscription sur le 5 km et sur le 10 km. De plus, les participantes inscrites sur le 10 km qui s'arrêtent au 5ème km ne seront pas classées et ne pourront prétendre aux récompenses distribuées aux arrivantes.

Article 9 : Une assistance médicale sera assurée sur le parcours et à l'arrivée.

Article 10 : Les organisateurs sont couverts par une assurance de Responsabilité Civile. Les licenciées

bénéficient des garanties liées à leurs licences. Il incombe aux autres participantes de s'assurer personnellement.

Article 11 : En cas de force majeure, de catastrophe naturelle, de problèmes sanitaires ou de toutes autres circonstances mettant en danger la sécurité des concurrentes, les organisateurs se réservent le droit d'annuler l'épreuve sans que les participantes puissent prétendre à un quelconque remboursement.

Article 12 : L'organisation, les partenaires et les médias sont autorisés à utiliser les images fixes et audiovisuelles sur lesquelles apparaissent les concurrentes sur tous les supports et pour la durée la plus longue prévue par la loi.

Article 13 : Les données à caractère personnel recueillies sont nécessaires pour l'organisation de la course.

Elles pourront faire l'objet de traitements informatisés (par ex. newsletters) et être cédées aux partenaires dans le cadre de prospection commerciale.

Conformément à la loi informatique et liberté du 6 janvier 1978, vous pouvez accéder aux informations vous concernant, les faire rectifier ou vous opposer à leur utilisation en écrivant, par lettre simple, à la Sarabande des Filles de La Rochelle, B.P. 90087 - 17004 LA ROCHELLE Cedex 01.

Article 14 : Toute concurrente reconnaît avoir pris connaissance du présent règlement. Nous vous rappelons qu'au-delà de la fourniture d'un certificat médical ou d'une licence en cours de validité, il appartient à toute personne de s'assurer qu'elle est en capacité de participer à la course pour laquelle elle s'est inscrite.



10-31-1240

