



LA
RONDE DES
GRANGEONS
Trails et marche festive

**MARCHE
CIRCUIT
15 KM**



LA
RONDE DES
KIDS
de 500 m à 2 km



LA
RONDE
EXPRESS
9 km - D+250



LA
RONDE DES
GRANGEONS
16 km - D+500



LA
RONDE DES
RAMEQUIN
26 km - D+1300

dimanche 1^{er} septembre 2019
à Ambérieu-en-Bugey

Inscriptions sur rondedesgrangeons.fr

BULLETIN D'INSCRIPTION

Dimanche 1^{er} septembre 2019

A renvoyer **avant le 24 août 2019**, accompagné d'un chèque à l'ordre d'Ambérieu Marathon, à : AMBÉRIEU MARATHON - 1 impasse du Stade - 01500 AMBÉRIEU-EN-BUGEY
Après cette date, une majoration de **5 €** sera appliquée.

**ATTENTION : TOUT DOSSIER INCOMPLET SERA REFUSÉ (certificat médical ou licence)
INSCRIPTION PAR INTERNET, PAS DE CHANGEMENT DE TARIFS JUSQU'AU 30/08**

Nom Prénom

Sexe F M Année de naissance

Nationalité

Adresse complète

Code postal..... Ville

Tél. Email

Fédération sportive FFA autre

Club N° de licence

Taille de tee-shirt S M L XL XXL

Création graphique studiokammo.com

JE CHOISIS MA FORMULE

- Marche festive **20 €**
- Ronde des Kids **Gratuit**
- Ronde Express **10 €**
- Ronde des Grangeons **17 €**
- Ronde du Ramequin **20 €**
- Groupe et entreprises (10 personnes mini, uniquement par courrier ou sur place) - **10 %**

DÉPARTS DU MOTO-CROSS

Terrain des Brosses, route des Allymes

- Marche : vagues toutes les 20 mn entre 8 h 20 et 9 h 40
- Ronde des Kids de 10 h à 12 h
- Ronde Express : 11 h
- Ronde des Grangeons : 10 h
- Ronde du Ramequin : 8 h

Gobelet 1 € de caution

INSCRIPTION :

> sur internet : www.rondedesgrangeons.fr (pas d'inscription groupes sur le site)

> Permanence (inscription, retrait lot et dossard) :

- du vendredi 23 au jeudi 29 de 15 h à 19 h
- du vendredi 30 au samedi 31 de 10 h à 19 h

Tél. 06 13 74 44 81

Tout participant devra obligatoirement présenter une licence FFA, FSCF, UFOLEP, FFTriathlon, UNSS, UGSEL, FFCO, FFPM en cours de validité ou fournir un certificat médical (ou photocopie) de non contre-indication à la course à pied ou à l'athlétisme en compétition, datant de moins d'un an le jour de la course. Conforme au règlement hors stade / trail / FFA à partir de 1997.

Comptant pour le Challenge Départemental des courses hors stade, hors catégorie et le Challenge des courses de montagne de l'Ain.

Pour votre confort, la navette TAM sera à votre disposition depuis l'Espace 1500 dès 7 h