IES RONDES CHAROLAISES

Charols (20 min de Montélimar)

Valence

Lyon

Die

CHAROLS

Nyons

Avignon



COURSE NATURE

départ 10h00



TRAIL DE STE EUPHÉMIE NOUVEAU départ 9h00



JOGGING FAMILIAL départ 10h10

Allure libre, pas de classement, ni chrono, enfants de moins de 10 ans (poussettes acceptées), récompense à chaque enfant. Inscription gratuite avec autorisation parentale obligatoire.









10 septembre 2023



INSCRIPTIONS

INTERNET:

www.le-sportif.com

Les Rondes Charolaises

RENSEIGNEMENTS

06 88 09 79 81 csl.jogging@laposte.net



La course nature de 10km, sans grande difficulté avec un dénivelé positif de 140 D+, permet à tous de parcourir la distance en éprouvant des sensations de bien-être et le plaisir de courir. Empruntant des routes départementales et voies communales avec en toile de fond, les montagnes de Sainte Euphémie et d'Eson entourant Pont de Barret, suivies des falaises d'Eyzahut et de la campagne verdoyante.

Un ravitaillement en eau permet aux amoureux de la nature de marquer un léger temps d'arrêt et de contempler cet ensemble, sans trop s'y attarder cependant...classement oblige.

Un trail de 20km avec un dénivelé positif de 680 D+ sera proposé cette année aux coureurs aimant les sentiers et le dénivelé.

Le tracé leur fera découvrir les montagnes de Briesse et Sainte Euphémie pour ensuite traverser les magnifiques villages de Pont de Barret, puis une arrivée à Charols.

Deux ravitaillements d'eau et de nourriture au 10ème et 16ème km.

Le départ sera donné à 9h. L'arrivée et le départ en plein centre du charmant **village de Charols**, animent la place du Champ de mars où se dresse le ravitaillement de fin de course, grand moment de **convivialité**.

Le jogging familial de 1km partira à 10h10, juste après la course nature. Celui-ci, ouvert aux enfants accompagnés d'un adulte et aux poussettes, rencontre chaque année un vif succès auprès des jeunes et des parents. Médailles à l'arrivée.

COURSE NATURE
109 m Ascension
10 km Distance
108 m Descente



TRAIL
688 m Ascension
20 km Distance
698 m Descente



INSCRIPTIONS

PAR INTERNET: www.le-sportif.com A chaque inscription, 1 euro sera reversé au

Centre Ressource de Montélimar, "Un Autre Regard sur le cancer", lieu qui offre accueil et soutien pour toute personne atteinte par le cancer et son entourage.

SUR PLACE:

Dimanche 10 septembre 2023 à partir de 7h30 salle Maurice Rodet à Charols

Arrêt des inscriptions sur place 1/2 heure avant le départ.

> Course nature 10 km : 10 € sur internet

12 € le jour de la course

➤ Trail 20 km: 20 € sur internet

22 € le jour de la course,

½ tarif pour les coureurs déguisés qui doivent se présenter en tenue pour retirer leur dossard le jour de la course.

RENSEIGNEMENTS

06 88 09 79 81

csl.jogging@laposte.net www.charolssportsloisirs.fr

RECOMPENSES



La première féminine de chaque course se verra remettre le trophée Christine Roubinet, en mémoire de notre adhérente trop tôt disparue.

La section jogging renouvellera son soutien au Centre Ressource de Montélimar en reversant 1€ par inscription à ce lieu

d'écoute et d'accompagnement pour les malades du cancer et leurs familles.

COURSE NATURE 10 km

➤ LOTS aux 3 premières femmes et aux 3 premiers hommes du classement scratch

TRAIL 20 km

➤ LOTS aux 3 premières femmes et aux 3 premiers hommes du classement scratch

LOTS pour les 3 clubs ayant le plus de classés masculins et féminins sur l'ensemble des 2 courses.

Attribution de LOTS tirés au sort (coureurs présents à la remise des prix ayant déposés leurs dossards dans l'urne près du podium).

Lot à la 1ère et au 1er Charolais