

VAL-DE-RUN 2013

Dimanche 23 juin
3ème édition

5&10 KM

DOSSIER PRÉSENTATION

NATURELLEMENT
VAL DE REUIL



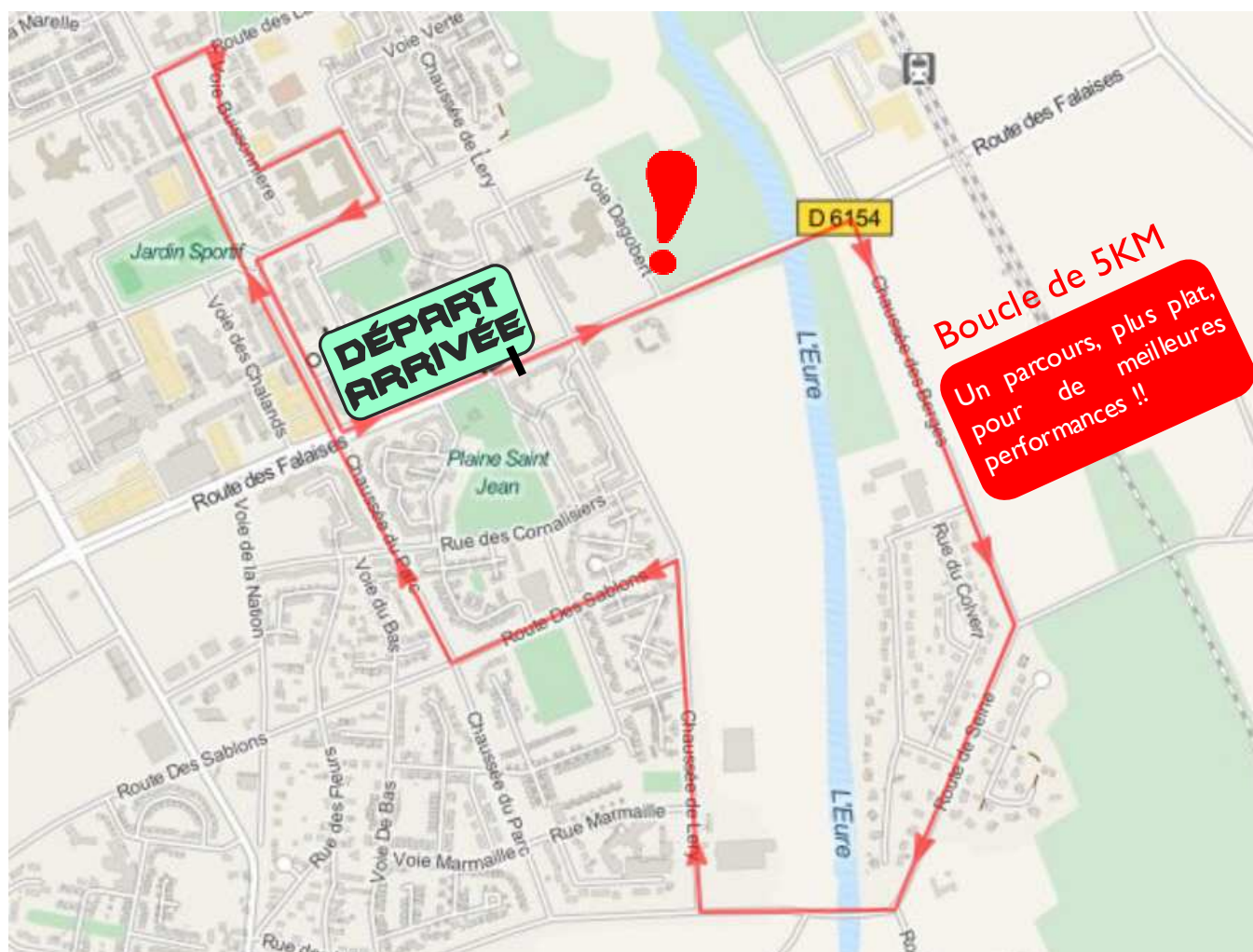
Rejoignez-nous sur  valdereuil.run

VAL-DE-RUN



Dimanche 23 juin, la ville de Val-de-Reuil et le Val-de-Reuil Athlétique Club organisent conjointement la **3ème édition de Val-de-RUN**. Une course sur route, ouverte à tous, à partir de la catégorie « cadet ». Le départ sera donné à 10h00 depuis l'Avenue des Falaises pour parcourir le **nouveau tracé** entre les rives de l'Eure et le centre ville de Val-de-Reuil.

L'actuel record sur le 10 kilomètres est détenu par Mokhtar BENHARI en 31'23 chez les hommes et 41'09 par Brigitte VILAIN chez les femmes.



VILLAGE / ANIMATIONS

Entraînements hebdomadaires

Retrouvez gratuitement les entraîneurs du VRAC (Val-de-Reuil Athlétique Club) pour un entraînement et de bons conseils. Nous vous donnons rendez-vous chaque jeudi soir à 18h30 au Parc des Sports pour un footing ludique et convivial.

Retrouvez également toutes les informations (horaires, parcours, etc...) sur notre page Facebook à l'adresse :



www.facebook.com/valdereuil.run



Opération « Le Sport, ma Santé »



Du 17 au 23 juin, se tiendra l'opération « Le Sport, ma Santé » destinée aux écoles de la ville. L'objectif de cette action est de contribuer au développement des enfants par la sensibilisation aux bienfaits d'une activité physique et sportive régulière accompagnée d'une alimentation équilibrée.

L'ensemble des écoles de la ville participera au projet sur le Parc des Sport de Val-de-Reuil du 17 au 21 juin, en présence d'associations locales et de professionnels de la santé.

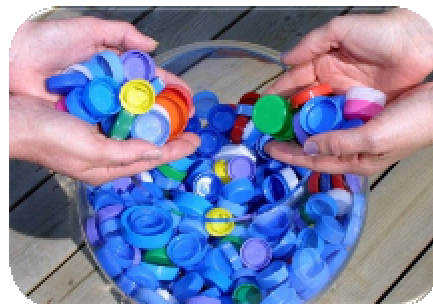
A l'occasion de Val-de-RUN, sur le village de la course, des animations « Le Sport, ma Santé » seront ouvertes à tous.



Collecte pour l'association Bouchons276

Le 23 juin, en partenariat avec l'association Bouchons276, une collecte de bouchons en plastiques sera faite lors des inscriptions et retraits des dossards. L'action de Bouchons276 est de venir en aide aux personnes à mobilité réduite par la récolte et le recyclage de bouchons en plastique dans les départements de l'Eure (27) et de la Seine-Maritime (76).

<http://www.bouchons276.org>

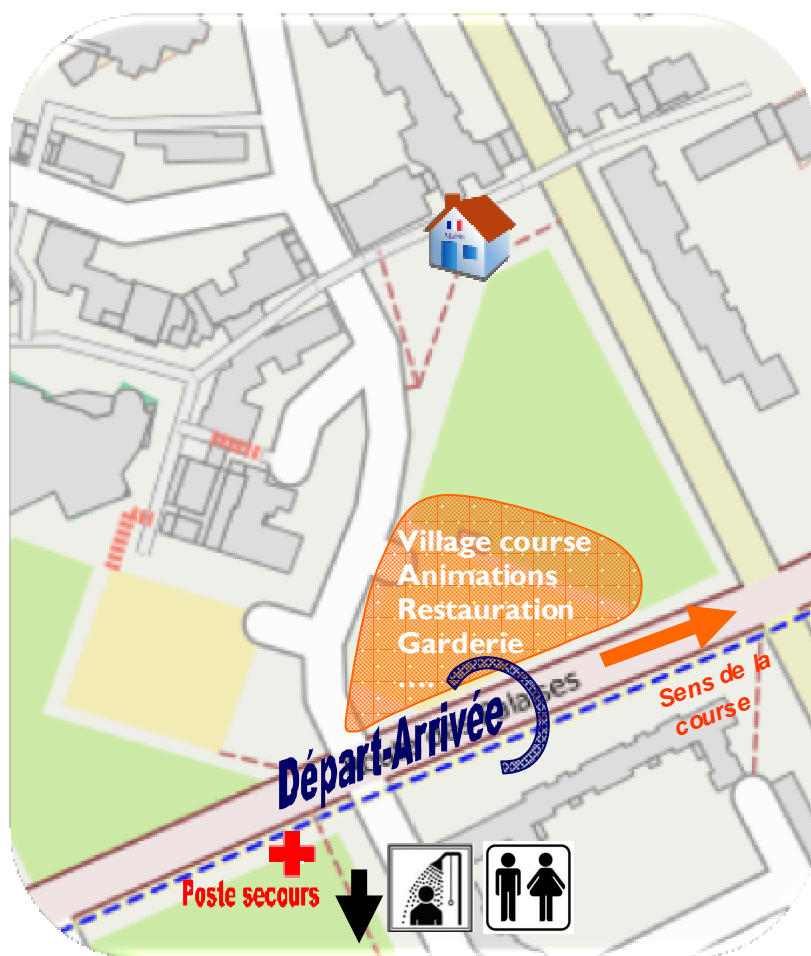


VILLAGE / ANIMATIONS

Un village des partenaires sera installé sur l'esplanade de la mairie. Vous y retrouvez des associations locales (sportives, sociales), des entreprises, ainsi qu'une zone réservée aux enfants. Une garderie pour les 3-6 ans (gratuite) vous permettra de courir en toute quiétude !

Avant l'épreuve, viennoiseries et café seront offerts aux concurrents. Vous avez également la possibilité de rester partager un repas après la course dans l'espace restauration.

Douches, vestiaires et consigne seront à votre disposition pour votre confort.



Programme

8h00 - 9h45 - Accueil des coureurs (*inscriptions et retraits des dossards*)

09h00 - Ouverture de la garderie enfants (3-6 ans) / village de la course

09h30 - Echauffement collectif

10h00 - Départ de la course (*5 et 10 kilomètres*)

11h30 - Podium et remise des récompenses

12h00 - Pot de l'amitié

12h30 - Animations, restauration

INSCRIPTION

Pour le 5 kilomètres

Age minimum requis - né en 1995 et avant

Tarif jusqu'au 21 juin 2013 - 5€

Sur place, le 23 juin - 7€



Pour le 10 kilomètres

Age minimum requis - né en 1997 et avant

Tarif jusqu'au 21 juin 2013 - 7€

Sur place, le 23 juin - 9€



Inscription en équipe

Possibilité de s'inscrire en groupe et de profiter de l'offre spéciale équipe. Pour 10 inscriptions sous la même dénomination, 1 inscription offerte !

Participez également au « Challenge du plus grand nombre » et remportez le trophée de l'équipe la plus nombreuse ! (trophée remis en jeu l'année suivante).

Conditions : Pour les athlètes licenciés FFA, FSCF, FSGT, UFOLEP, FFTri, photocopie de la licence 2012-2013 à joindre obligatoirement à l'inscription. Les athlètes non-licenciés doivent fournir un certificat médical, original ou sa copie, de non contre indication à la pratique, en compétition, de la course à pied datant de moins d'un an à la date de la course.

Primes

5KM

	Scratch (bon achat)		Juniors (bon achat)		Cadets (bon achat)	
	H	F	H	F	H	F
1	40€	40€	30€	30€	30€	30€
2	30€	30€	20€	20€	20€	20€
3	20€	20€	10€	10€	10€	10€

10KM

	Scratch		V1		V2		V3		V4
	H	F	H	F	H	F	H	F	H
1	140€	140€	80€	80€	40€	40€	40€	40€	40€
2	100€	100€	50€	50€					
3	70€	70€	30€	30€					
4	50€	50€							



INFORMATIONS

Service médical : Une équipe de secouristes de la croix rouge sera présente sur le village de la course pour votre sécurité.

Vestiaires et sanitaires : Seront à votre disposition dans le gymnase Léo Lagrange, à 300 mètres du village de la course.

Garderie enfants : Le dimanche matin de 09h00 à 12h30 pour les 3 à 6 ans (gratuit)

Tee-shirt respirant : Pour l'ensemble des coureurs, distribué lors du retrait des dossards.

Restauration : Un service de restauration sur le village à partir de 12h00.



CONTACTS



Val-de-Reuil Athlétique Club (VRAC)

Stade Bernard AMSALEM

Chaussée de Ritterhude - 27100 VAL-DE-REUIL

Tél : 02.32.59.42.12


valderun@valdereuil.fr / vracathle@gmail.com

 www.facebook.com/valdereuil.run

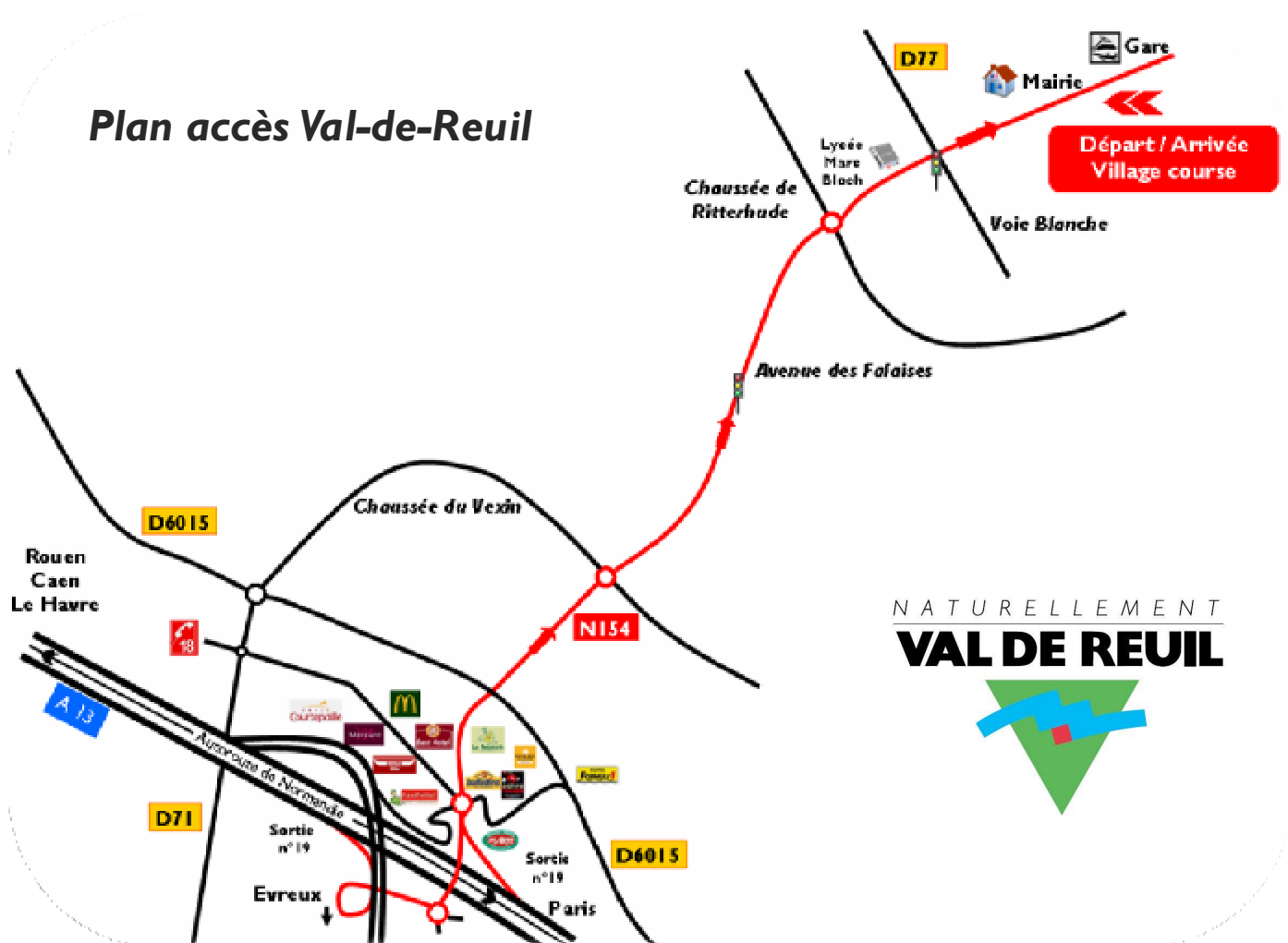
Nous rejoindre

En venant de **Paris** via l'autoroute **A13** - Prendre sortie **19 - Incarville/Val-de-Reuil**

 En venant de **Rouen** via l'autoroute **A13** - Prendre sortie direction **Evreux(A154)**
Prendre sortie **I** après le péage.

 Gare de Val-de-Reuil, située sur le réseau **Rouen/Paris** (Paris - Gare Saint-Lazare)

Plan accès Val-de-Reuil



NATURELLEMENT
VAL DE REUIL

