

dimanche
6 septembre 2020

MARCHE
CIRCUIT
15 KM



LA
RONDE DES
GRANGEONS

Trails et marche festive

16 km - D+500

à Ambérieu-en-Bugey

Inscriptions sur rondedesgrangeons.fr

Tél. 06 13 74 44 81


LA
RONDE DES
KIDS
de 500 m à 2 km

NOUVEAU


LA
RONDE
NORDIQUE
9 km - D+250


LA
RONDE
EXPRESS
9 km - D+250


LA
RONDE DU
RAMEQUIN
26 km - D+1300

Canicross
10 km

BULLETIN D'INSCRIPTION

Dimanche 6 septembre 2020

A renvoyer **avant le 1^{er} septembre 2020**, accompagné d'un chèque à l'ordre d'Ambérieu Marathon, à : AMBÉRIEU MARATHON - 1 impasse du Stade - 01500 AMBÉRIEU-EN-BUGEY
ATTENTION : TOUT DOSSIER INCOMPLET SERA REFUSÉ (certificat médical ou licence)
INSCRIPTION PAR INTERNET, PAS DE CHANGEMENT DE TARIFS JUSQU'AU 4/09

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 €**
- Marche nordique **12 €**
- 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 %**
- Cani-cross **12 €**

DÉPARTS DU MOTO-CROSS

Terrain des Brosses, route des Allymes

Marche : vagues toutes les 20 mn
entre 8 h 20 et 9 h 40

Marche nordique : 10 h 15

Ronde des Kids de 10 h à 12 h

Ronde Express : 11 h

Ronde des Grangeons : 10 h

Ronde du Ramequin : 8 h

Cani-cross : 10 h 45

INSCRIPTION

- > Par courrier
- > Sur www.rondedesgrangeons.fr
- > Sur place, permanence inscription, retrait lot et dossard :
 - vendredi 28 août de 16 h à 19 h
 - samedi 29 de 10 h à 19 h,
 - tous les jours du 30 août au 4 septembre de 16 h à 19 h,
 - samedi 5 septembre de 9 h à 19 h.

Tout participant devra obligatoirement présenter une licence FFA en cours de validité ou fournir un certificat médical (ou photocopie) de non contre-indication à la pratique sportive, datant de moins d'un an le jour de la course.
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

Ne pas jeter sur la voie publique