

LA RONDE DES
KIDS

de 500 m à 2 km

LA RONDE
NORDIQUE

9 km - D+250

LA RONDE
EXPRESS

10 km - D+185

LA RONDE DES
GRANGEONS

16 km - D+500

LA RONDE DU
RAMEQUIN

28 km - D+1144



**AMBERIEU
MARATHON**

Running & trail pour tous

**RANDO
15 KM**

LA
**RONDE DES
GRANGEONS**
Trails et rando festive

2 et 3 sept. 2023
25 ans

à Ambérieu-en-Bugey

Inscriptions sur www.rondedesgrangeons.fr

Tél. 06 98 57 03 50

Conception graphique sturlekammo.com, ©AdobeStock - Ne pas jeter sur la voie publique



BULLETIN D'INSCRIPTION

Samedi 2 et dimanche 3 septembre 2023

À renvoyer avant le 27 août 2023, accompagné d'un chèque à l'ordre d'Ambérieu Marathon, à :
AMBÉRIEU MARATHON - 1 impasse du Stade - 01500 AMBÉRIEU-EN-BUGE. **ATTENTION : TOUT DOSSIER INCOMPLET SERA REFUSÉ (certificat médical ou licence uniquement pour les coureurs). MAJORATION DE 5 € POUR TOUTE INSCRIPTION AU-DELÀ DU 30/08/2023 INCLUS.**

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 **randonneurs** S M L XL XXL

Taille de tee-shirt techniques **coureurs** S M L XL XXL

JE CHOISIS MA FORMULE

SAMEDI 2 SEPTEMBRE

- Ronde des kids **Gratuit** - Départ à 16h45
- Ronde express **10 € par coureur et 5 € pour les lycéens de 16 à 18 ans** - Départ à 16h30
- Ronde des grangeons **17 €** - Départ à 16h15
- Ronde du ramequin **22 €** - Départ à 16h
- Groupe et entreprises [10 pers. mini, uniquement par courrier ou sur place] - **10 %**

DÉPARTS DU MOTO-CROSS, terrain des Brosse, route des Allymes

DIMANCHE 3 SEPTEMBRE

- Rando en autonomie **14 €, gratuit pour les -10 ans** - Départ de 8h à 9h
- Rando festive **25 €, gratuit pour les - de 10 ans** - Départ de 8h à 9h
- Marche nordique **12 €** - Départ à 9h

**CONCERT
GRATUIT**

LE 2 SEPT. 21 H
Cuisse de bœuf + frite
payant

INSCRIPTION

- > Par courrier
- > Sur <https://inscriptionsrondedesgrangeons.fr>
- > Sur place au club, permanence inscription, retrait lot et dossard :
- à partir du 28 août jusqu'au 1^{er} septembre inclus de 9h à 19h

ATTENTION : les inscriptions Rando seront fermées le 30/08/2023 à minuit

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 **uniquement pour les coureurs**.
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 6h45 jusqu'à 8h30, et de 14h30 à 16h30 pour le retour.