

Les 3 Heures de St François

3 Coureurs par Equipe

3 Catégories

4^{ème}
ÉDITION



Samedi 30 Décembre 2023 à 12 h

Domaine de Savoie Grand Revard

Départ de la Station de St François de Sales

Bulletin d'inscription et règlement sur masterskinordique.fr ou baugeskinordique.fr



Règlement de la course des 3h de St François de Sales

Date: La course aura lieu le samedi 30 Décembre 2023

Lieu: Station de St François de Sales 73340

Horaire de départ de la course: 12h pour la course **Adultes (de 16 à 99 ans)** pour une durée de 3 heures.

13h pour la course **Enfants (de 7 à moins de 16 ans)** pour une durée d'une heure.

Boucle d'une distance de 2,5 km à parcourir plusieurs fois pour les adultes et 900m pour les enfants

Les relais se font à l'américaine, dans la zone de passage de relais délimitée.

Le coureur arrivant touche de la main son partenaire qui part en course.

Equipes Adultes et Enfants Equipes Masculines
Equipes Feminines
Equipes Mixtes

Deux catégories d'équipes ADULTES A) le total des âges de l'équipe est inférieur à 150 ans
B) le total des âges de l'équipe est supérieur ou égal à 150 ans

Deux catégories d'équipes ENFANTS C) le total des âges de l'équipe est inférieur à 30 ans
B) le total des âges de l'équipe est supérieur ou égal à 30 ans

Le calcul est effectué sur les états des dates de naissance dans l'année civile.

La participation à la course est ouverte aux concurrents à partir de 7 ans révolus.

Conditions de participation: soit posséder une licence compétiteur, soit une licence loisir, soit s'acquitter d'un ticket course d'une valeur de 17 € et fournir un certificat médical pour les non licenciés.

Tarifs par équipier: 20 € par personne (-2€ pour les adhérents Masters et les sociétaires des clubs du plateau S. G. R
12 € pour les compétiteurs de la catégorie « Enfants »

Bulletins d'inscriptions: ils devront être retournés avec le règlement en chèque à l'ordre de BSN avant le 20/12/2023

À **SOLIGNAC Hervé**
115 rue Abbé Pierre
73100 AIX LES BAINS

Dossards: Le premier coureur, celui qui prend le départ, porte le dossard BLEU
Le deuxième, le dossard BLANC et le troisième le dossard ROUGE.
Les équipes sont libres de choisir qui part en premier, deuxième et troisième mais elles devront respecter cet ordre jusqu'à la fin de la course
En cas de non respect de l'ordre établi, l'équipe se verra pénalisée de 15 mn.

Conditions de course: - Un lot de bienvenue est offert à chaque concurrent.
- Des formes à farter sous tente seront à la disposition des équipes.
- Les clubs peuvent monter leur tente qui serviront pour le stockage du matériel des équipes.
- Un ravitaillement permanent sera présent sur l'aire de relais.
- Une piste d'échauffement sera disponible proche du départ.
- **les pistes seront ouvertes aux autres skieurs du domaine**, car les pistes sont larges et vous serez peu nombreux en même temps au même moment.
- Le style classique ou skate peut être pratiqué sans distinction dans le classement final.

Classement: Au bout d'une heure (pour les enfants) ou des trois heures (pour les adultes), le chrono s'arrête et les coureurs encore en piste finissent leur boucle.
L'équipe gagnante de chacune des catégories Masculines, Féminines ou Mixtes sera celle qui aura fait le plus grand nombre de tours en ayant mis le moins de temps après l'heure limite.
Les minutes et les secondes départagent les équipes suivantes en suivant le chrono manuel.

Dotations: Seront récompensées les trois premières équipes Masculines, Féminines et Mixtes dans chacune des deux catégories Adultes et Enfants (moins de 150 ans et 150 ans et plus, moins de 30 ans et plus de 30 ans) Soit un total de 36 récompenses.

Remise des Prix: A partir de 15h 30 la remise des prix aura lieu devant la salle hors sac de St François de Sales.

Vous aurez la possibilité durant la course et après la course, de vous restaurer auprès de l'Association Petit Bonhomme de Sel qui sera à votre service pour des crêpes sucrées et salées.

Hervé SOLIGNAC
115 rue Abbé Pierre
73100 Aix les Bains

ou directement au club BSN
à la Station St François de Sales

Equipe n°

Equipe Masculine Equipe Féminine Equipe Mixte

Nom Prénom..... M F
Date de naissance...../...../..... Age..... Licencié FFS N°

Prix de l'inscription course 20 €

Adhérent à l'Association Masters Nordique France N°..... 18 €

Moins de 16 ans..... 12 €

Ticket demie journée à prendre sur place (assurance pour les non licenciés) Oui

Nom Prénom..... M F
Date de naissance...../...../..... Age..... Licencié FFS N°

Prix de l'inscription course.....20 €

Adhérent à l'Association Masters Nordique France N°..... 18 €

Moins de 16 ans..... 12 €

Ticket demie journée à prendre sur place (assurance pour les non licenciés) Oui

Nom Prénom..... M F
Date de naissance...../...../..... Age..... Licencié FFS N°

Prix de l'inscription course 20 €

Adhérent à l'Association Masters Nordique France N°..... 18 €

Moins de 16 ans 12 €

Ticket demie journée à prendre sur place (assurance pour les non licenciés) Oui

Total des âges:

Total de l'inscription du groupe :

Faire un Chèque à l'ordre de BSN

(PS) Pour les skieurs seniors adhérents Masters et des clubs de St François, du Revard et de la Féclaz, une réduction de -2€ peut être applicable sur l'inscription adulte

A la fin de l'évènement, l'Association Petit Bonhomme de Sel, sera présente sur le site pour confectionner des crêpes sucrées et salées, ainsi que la soupe d'après course. Prenez vos eco gobelets