

**BIKE
& RUN**

**7 KM
DÉPART 9H**

**COURSE
À PIED**

**10 KM
DÉPART 10H**

**MARCHE
NORDIQUE**

**7 KM
DÉPART 9H15**

**HANDI
COURSE**

**1400 M
DÉPART 11H30**

**COURSE
DES JEUNES**

**700 M • 1400 M
DÉPART 12H**

15^E SAINT-MAURIENNE

DIMANCHE 4 OCTOBRE

ORGANISÉ PAR



2€ REVERSÉS À L'ASSOCIATION
épanoui
Énergie. Rythme. Ambiance. Ténacité.

CLIQUEZ-VOUS POUR S'INSCRIRE



Participez à une matinée sportive, conviviale et ouverte à tous !
Rendez-vous dimanche 4 octobre : plusieurs épreuves pour tous les publics, du sportif confirmé aux familles, avec notamment une course accessible aux personnes en situation de handicap.

BIKE & RUN

**DÉPART 9H
7 KM**

En équipe de 2 :
1 coureur + 1 cycliste,
avec possibilité d'échanger
les rôles pendant l'épreuve.

Tarif : 10 € par équipage,
Limité à 100 équipes maximum
Casque obligatoire

MARCHE NORDIQUE

**DÉPART 9H15
7 KM**

Marche accélérée
sur un parcours.

Tarif : 13 €*
**Bâtons de marche
nordique obligatoires**

COURSE À PIED

**DÉPART 10H
10 KM**

Course ouverte à partir de
la catégorie cadets (né
en 2009 ou avant).

Tarif : 20 €*
Limité à 700 participants

**dont 2 € reversés à l'association Épanoui*

HANDI COURSE

**DÉPART 11H30
1 400 M**

Une épreuve de loisir,
à allure libre, ouverte à tous,
avec ou sans handicap.

Gratuit

COURSE DES JEUNES

**DÉPART 12H
700 M • 1 400 M**

700 m : pour les enfants
nés entre 2015 et 2016
1 400 m : pour les enfants
nés entre 2011 et 2014

Gratuit

Les épreuves de bike & run, marche nordique et course à pied partent du **stade des Corneilles** et rejoignent le **stade Chéron**.

Les courses jeunes et l'handi course se déroulent au **stade Chéron**.

Inscription en ligne
jusqu'au 1^{er} octobre



RETRAIT DES DOSSARDS :

Samedi 3 octobre de 10h à 17h
8 avenue du Nord,
94210 Saint-Maur-des-Fossés

Une pièce d'identité sera demandée.