

RÈGLEMENT DE LA 36e GRIMPÉE DU PAYS ROCHOIS
Dimanche 29 septembre 2019

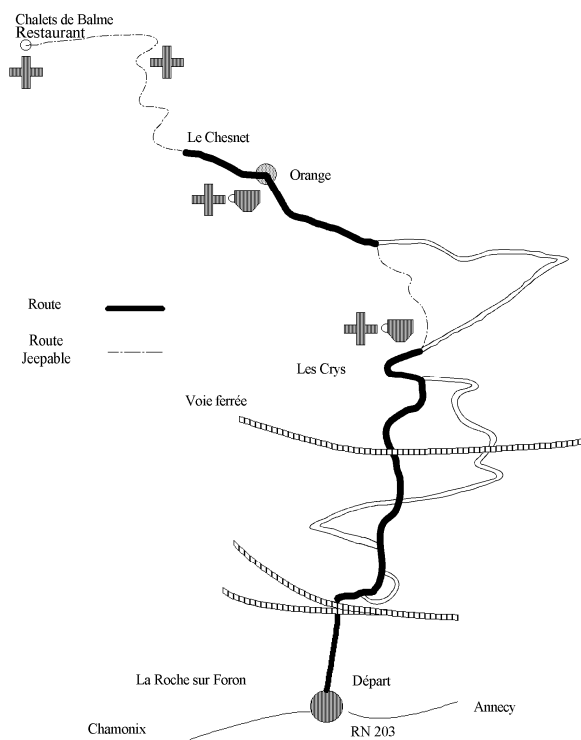
- PARTICIPATION** La course et la marche du PAYS ROCHOIS sont ouvertes à toute personne en bonne santé.
Les coureurs non titulaires d'une licence sportive doivent présenter obligatoirement un certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'athlétisme de compétition, établi depuis moins d'un an en langue française.
Les participants mineurs devront présenter une autorisation des parents. Ceux-ci auront pris par ailleurs des dispositions pour veiller à l'aptitude de leurs enfants à faire ce genre d'épreuve.
- CATEGORIES** Coureurs : Catégories d'âge (du 1er novembre 2018 au 31 octobre 2019)
Hommes et Femmes : Cadets : 16-17 ans, Juniors : 18-19 ans, Espoirs : 20 à 22 ans, Seniors : 23 à 39 ans, Vétérans 1 : 40 à 49 ans, Vétérans 2 : 50 à 59 ans, Vétérans 3 : 60 à 69 ans, Vétérans 4 : 70 ans et plus.
- Marcheurs : Une seule catégorie
- REMISE DES DOSSARDS** Dimanche 29 septembre 2019 à partir de 8H00
à La Maison du Pays Rochois.
- SECURITE** Médecin : M.T.T.
Croix Rouge La Roche-Reignier (quatre postes).
Signaleurs.
Secours en Montagne du Pays Rochois.
Police Municipale.
Les coureurs doivent respecter les règles élémentaires de prudence d'un piéton sur une route.
- DEPART** Marcheurs à 8 h 45 Coureurs à 10 h 30
Maison du Pays Rochois
1 Place Andrevetan - 74800 LA ROCHE SUR FORON.
Sujet à de légères modifications en raison du passage des trains.
- PARCOURS** Distance : 10 km
Dénivelée : 950 m
Sur routes et chemins forestiers.
- ARRIVEE** Chalets de BALME
- BALISAGE** Flèches de direction ; panneaux kilométriques ; panneaux d'indication pour le ravitaillement.
- CHRONOMETRAGE** Denis MARIN – Service Chrono Organisation.
Arrêt du chronométrage à 12 heures 15.
- VETEMENTS** Seul le transport des vêtements des coureurs est assuré par les organisateurs.
- RAVITAILLEMENT** Deux postes sur le parcours :
- 1er au km 4 lieu-dit « Les Crys»
- 2ème au km 6 ORANGE
- Un poste à l'arrivée.

REMISE DES PRIX	Aux Chalets de Balme (arrivée) à partir de 12 heures 30. Un trophée au premier de chaque catégorie. Un cadeau au deuxième et troisième de chaque catégorie.
INSCRIPTIONS	Les inscriptions se font uniquement par Internet. Site de la Communauté de Communes du Pays Rochois : www.ccpaysrochois.fr/grimpee/ ou : www.grimpeedupaysrochois.com/
	Le montant de l'inscription est de 10 Euros pour les marcheurs et de 12 Euros pour les coureurs réglés par carte bancaire lors de l'inscription. Avant le départ il sera remis à chaque inscrit un bracelet à mettre au poignet et un dossard. Ce bracelet sera à conserver pendant toute la manifestation.
DELAIS D'INSCRIPTIONS	Jusqu'au VENDREDI 27 SEPTEMBRE 2019 minuit. Pour les marcheurs et les coureurs. Course : Aucune inscription passée cette date.
	Marche : MAJORATION DE 100% POUR LES INSCRIPTIONS HORS DELAIS et dans la mesure des places disponibles.
DESCENTE	Un bus gratuit Orange - La Roche sur Foron est proposé par la Communauté de Communes du Pays Rochois de 12H30 à 16H30 environ.
PRIX	Un prix souvenir à chaque participant (coureur ou marcheur) ayant franchi la ligne d'arrivée.
LISTE DES RESULTATS	Résultats dès lundi 30 septembre 2019 sur internet : www.ccpaysrochois.fr
RENSEIGNEMENTS	Maison du Pays Rochois 74800 LA ROCHE SUR FORON TEL 04 50 03 05 86 TEL 04 50 25 50 50 Site Internet : www.ccpaysrochois.fr
DROIT A L'IMAGE	Le fait de s'inscrire à la Grimpée du Pays Rochois vaut autorisation pour l'organisation d'utiliser toute photo prise lors de la manifestation.
BATONS	L'utilisation des bâtons n'est pas admise pour les coureurs.
ORGANISATION	- Communauté de Communes du Pays Rochois. - C.A.F. La Roche sur Foron - Bonneville. - Villes de La Roche sur Foron, d'Amancy & d'Arenthon. - Secours en Montagne du Pays Rochois. - En collaboration avec la Croix Rouge française. Unité Locale La Roche Reignier.
MAQUETTE	La maquette est réalisée par F. & G. WINTZ.
ANIMATION	Marc SIDORENKO.

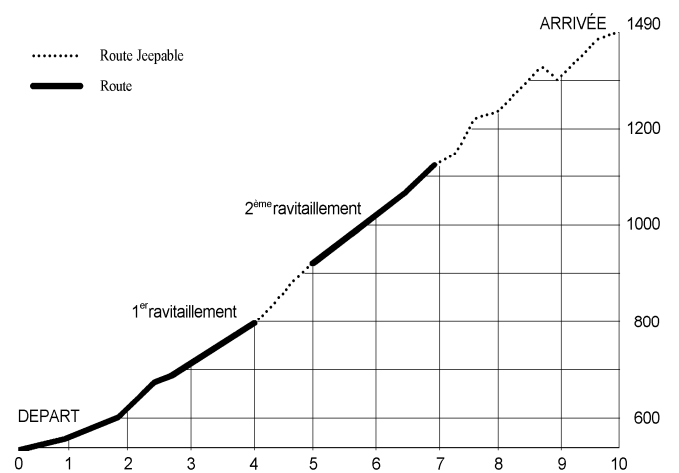
**SOUTIEN
FINANCIER**

- Communauté de Communes du Pays Rochois.
- Conseil Général.
- Banque Populaire.
- CAF La Roche Bonneville.
- 4807 Immobilier.
- ADREA Mutuelle.
- France Stores.
- Croix-Rouge La Roche Reignier.
- Signoud Ménager.
- Délices de Tom.
- Jean Arcade et fils.

Participent au financement de la Grimpée du Pays Rochois



Plan de la Grimpée



Profil de la Grimpée