

## Inscription Courses du Mont Afrique

⇒ par courrier : jusqu'au lundi 19 septembre 2011

- pour la course 28 km : 14€
- pour la course 12 km : 11€
- pour la course jeunes : 6€

⇒ sur place : salle polyvalente, une heure avant chaque course

- pour la course 28 km : 15€
- pour la course 12 km : 12€
- pour la course jeunes : 7€

Pensez à la photocopie de votre  
certificat médical et licence pour  
les licenciés

### Retrait des dossards :

le jour de la course sur place de 7h à 8h pour les courses adultes, jusqu'à 11h pour la course jeunes. *Pensez à vos épingles !*

Clôture des inscriptions : 1 heure avant le départ de chaque course et dans la limite de 300 concurrents.

Remise des prix à partir de 13h

Renseignements : Bruno BALLETT 03 80 42 94 30  
brballet@orange.fr

les bulletins d'inscription et le règlement sont sur :

<http://coursesdumontafrique.wifeo.com>

<http://www.corcelles-les-monts.fr/21/CORCELLES LES MONTS/>

# Dimanche 25 Septembre 2011

## CORCELLES LES MONTS (21)



**Participation limitée à 300 coureurs**

Départs place de la mairie



**28 KM Course Nature**



**12 KM Course Nature**



**2 KM Course jeunes**

<http://coursesdumontafrique.wifeo.com>

**Crédit Mutuel**  
LA banque à qui parler  
[www.creditmutuel.fr](http://www.creditmutuel.fr)



**Kyriad**  
HOTEL

TROIS HOTELS RENOVES

DIJON CENTRE  
Tél : 03 80 43 53 78

DIJON GARE  
Tél : 03 80 53 10 10

DIJON EST MIRANDE  
Tél : 03 80 31 69 12

[www.kyriaddijon.com](http://www.kyriaddijon.com)

**cime**  
altitude 245  
salle d'escalade  
**Cime-dijon.com**

Association  
de  
Loisirs  
**CORCELLES**  
Les  
MONTS



Commune de  
**Flavignerot**

Commune  
de  
**CORCELLES**  
Les MONTS

**Côte**  
d'Or

Liberté • Egalité • Fraternité  
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE  
Ministère  
**Culture**  
Communication

Départ  
8h30

## COURSES ADULTES



### 28 KM Course Nature

Circuit de 28 Km utilisant partiellement la boucle de 12 Km et traversant la combe de Notre Dame d'Etang, dévalant la combe au chêne et longeant celle du Leuzeu après avoir fait le tour du plain de Suzâne, utilisant le sentier Jean Sage pour passer le col de la Toppe et rejoindre Flavignerot ... Points de vue et sites remarquables ! Dénivelé +-750m. Trois ravitaillements sur le parcours, un à l'arrivée.

10 catégories : Espoirs - Seniors - Vétérans 1 - Vétérans 2 et Vétérans 3 hommes/femmes.



### 12 KM Course Nature

Le circuit traditionnel, boucle de 12 Km autour du Mont Afrique avec un dénivelé de +- 300m et des points de vues sur le dijonnais et la vallée de l'Ouche. Un ravitaillement sur le parcours, un à l'arrivée.

14 catégories : Minimes - Cadets - Espoirs - Seniors - Vétérans 1 - Vétérans 2 et Vétérans 3 - hommes/femmes.

Départ  
12h

## COURSE JEUNE



### 2 KM

Pour les jeunes de 9 à 14 ans, parcours sur 2 Km dans les bois autour de Corcelles. Un ravitaillement à l'arrivée. Pour les plus jeunes, l'accompagnement d'un adulte "régulateur" permettra de trouver un rythme juste dans la première partie du parcours.

6 catégories : 9 -10 ans / 11 - 12 ans / 13 - 14 ans / garçons/filles.



"Esprit 100% nature" signifie que l'Association organisatrice a le souci de limiter au maximum l'impact de cette manifestation sur son environnement et que l'ensemble de son organisation : nombre maximum de participants, édition et diffusion de plaquettes,

balisage, débalisage, organisation et contenu des ravitaillements (bio !), est placé sous le signe du respect et du plaisir d'être et de faire ensemble.



LADY.  
Moving

mince et tonique en 30'

1.2.3.PC  
06 61 72 23 31

Dépannage, Vente INFORMATIQUE  
à domicile, au magasin

Vinéla

Vins et spécialités de  
Bourgogne  
Articles de cave  
Idées cadeaux  
18 rue des Forges  
21000 Dijon

ouverture du mardi au samedi  
de 10h à 19h30 sans interruption  
Tél. : 03 80 58 95 62

L'AVENTURE SUR MESURE

CLOR  
LOGATIONS DE VELOS VTT ET VTC  
RANDONNÉES ACCOMPAGNÉES  
STAGES SPORTIFS  
RAID VTT, TREKKINGS,  
MAROC, CROATIE, TURQUIE, BOLIVIE ...  
CLOR 21160 Flavignerot  
www.clor.fr

BOULANGÈRE  
TRESSE  
141  
Avenue EIFFEL  
Dijon  
03 80 41 21 93

La Fabrique

Moutarde & Epices  
4 place François Rude  
21000 Dijon  
tél : 03 71 19 18 60

Avantage  
DGE

Jus de Coco

Prêt-à-porter Féminin  
Fleurs et décorations

Velars - 03 80 76 03 54

Inscription Courses du Mont Afrique  
Dimanche 25 septembre 2011  
(Un bulletin par participant)

NOM : .....

Sexe M

PRENOM : .....

F

Date de naissance : \_\_ / \_\_ / \_\_

Licencié FFA-Club N° de licence : .....

Association : .....  
et non licencié : joindre photocopie certificat médical

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Adresse Mail : .....

J'autorise  l'organisation à utiliser éventuellement  
Je n'autorise pas  mon image pour la promotion de la course

Conformément à la loi 99-223 du 23/03 99 pour obtenir un dossard, tout coureur non licencié doit obligatoirement fournir photocopie d'un certificat médical de non contre-indication à la course datant de moins d'un an. Pour licencié FFA, présentation obligatoire de la licence. Cette obligation concerne les courses adultes et jeunes.

Je m'inscris à :

Course adultes 28 km 14€ par courrier ou 15€ sur place

Course adultes 12 km 11€ par courrier ou 12€ sur place

Course jeunes 2 km 6€ par courrier ou 7€ sur place

Signature du participant  
ou d'un représentant légal  
pour participant mineur

à retourner avec votre chèque libellé "Association de loisirs de Corcelles les Monts"  
et votre certificat médical (pour non licencié) avant le 19 septembre 2011 à :

Bruno Ballet 2 rue Saint Antoine  
21160 Corcelles les Monts

Participation limitée à 300 inscriptions

Règlement de la course sur : <http://coursesdumontafrique.wifeo.com>

Inscription Courses du Mont Afrique  
Dimanche 25 septembre 2011  
(Un bulletin par participant)

NOM : .....

Sexe M

PRENOM : .....

F

Date de naissance : \_\_ / \_\_ / \_\_

Licencié FFA-Club N° de licence : .....

Association : .....  
et non licencié : joindre photocopie certificat médical

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Adresse Mail : .....

J'autorise  l'organisation à utiliser éventuellement  
Je n'autorise pas  mon image pour la promotion de la course

Conformément à la loi 99-223 du 23/03 99 pour obtenir un dossard, tout coureur non licencié doit obligatoirement fournir photocopie d'un certificat médical de non contre-indication à la course datant de moins d'un an. Pour licencié FFA, présentation obligatoire de la licence. Cette obligation concerne les courses adultes et jeunes.

Je m'inscris à :

Course adultes 28 km 14€ par courrier ou 15€ sur place

Course adultes 12 km 11€ par courrier ou 12€ sur place

Course jeunes 2 km 6€ par courrier ou 7€ sur place

Signature du participant  
ou d'un représentant légal  
pour participant mineur

à retourner avec votre chèque libellé "Association de loisirs de Corcelles les Monts"  
et votre certificat médical (pour non licencié) avant le 19 septembre 2011 à :

Bruno Ballet 2 rue Saint Antoine  
21160 Corcelles les Monts

Participation limitée à 300 inscriptions

Règlement de la course sur : <http://coursesdumontafrique.wifeo.com>