

AVEYRON

PAYS D'HERITAGES

3^{ÈME} Trail du Rougier

samedi
17 Juillet

1 LA BRIOLAISE

Course de pleine nature

24 km - 820 m D+

17H

1



PARCOURS 100% NATURE

Pistes monotraces en forêts et chemin

2 LA DÉCOUVERTE DU ROUGIER

Course de pleine nature

11 km - 200m D+

17H30

2

3 RANDONNÉE COMMENTÉE

Le rougier et son histoire
en quelques explications :

- Formation géologique
- Patrimoine bâti
- Éléments remarquables

17H30

3



4

Vide Grenier toute la journée

REPAS CHAMPÊTRE

Pavé d'Aubrac - Aligot
le soir sur la place du village

20H



<http://traildurougier.free.fr>



La Briolaise - 12400 MONTLAUR
Tél : 06 85 14 60 31 ou 06 87 29 49 40
E-mail : traildurougier@free.fr

3^{ÈME} Trail du Rougier

SAM 17 JUILLET 2010

BIENVENUE DANS LE ROUGIER

Voici de nombreuses années que nous savourons régulièrement le plaisir de faire du sport, et en particulier de la course à pied, dans notre magnifique région du Rougier de Camarès. Aussi, souhaitant faire partager ce bonheur au plus grand nombre, nous avons décidé d'organiser une course pédestre sur ce secteur, depuis Briols en passant par le Ramel, Montgaudet, et Montlaure. Fort du succès rencontré en 2009, nous avons décidé de renouveler cette expérience et d'organiser le

« 3^{ème} Trail du Rougier » le samedi 17 juillet 2010 en fin d'après-midi.

Départ plus tardif, pour profiter d'un peu de fraîcheur, modification de quelques passages sur le parcours, en particulier de la Briolaise, circuits à parcourir dans le sens inverse à l'année dernière, tout a été fait pour tenir compte des remarques formulées lors des éditions précédentes et vous permettre ainsi de passer un agréable moment de sport et de convivialité.

RAPPEL DES DISTANCES MAXIMALES AUTONISÉES PAR FFA
Épreuves seniors et vétérans nées en 1990 et avant illimité
Juniors nées en 1991 et 1992 25 km
Cadets nées en 1993 et 1994 15 km
Minimes nées en 1995 et 1996 5 km

INFOS PRATIQUES

DÉPART ET ARRIVÉE : Place de l'église à Briols
commune de Montlaure

DATE DE L'ÉPREUVE : samedi 17 juillet

HORAIRE DES COURSES :

17 h : La Briolaise

17 h 30 : La Découverte du Rougier et La Rando commentée

RETRAIT DES DOSSARDS : le jour de l'épreuve à partir de 15 h

PRÉ-INSCRIPTION : souhaitable car nombre d'inscriptions limité (formulaire joint ou disponible sur site internet)

Postes de ravitaillement sur le parcours tous les 5 km environ
Douches au stade de Montlaure

PRÉSENTATION DE L'ÉPREUVE 2 COURSES

LA BRIOLAISE sur 24 km et 820 m d+

LA DÉCOUVERTE du Rougier sur 11 km et 200 m d+

Une Randonnée commentée (sans classement mais avec ravitaillement)

LA RANDO COMMENTÉE 2 heures environ

LA JOURNÉE FESTIVE DE BRIOLS

A l'occasion de la désormais traditionnelle journée festive de Briols, le samedi 17 juillet 2010, vous serez proposés :

► **LE « 3^{ème} TRAIL DU ROUGIER »** à 17 h épreuve de pleine nature sur deux courses (24 km ou 11 km) et une randonnée commentée (10 km), organisée par l'association sportive « La Briolaise » (voir brochure et bulletin d'inscription joints)

► **UN VIDE GRENIER** à partir de 9 h et toute la journée dans les ruelles et places

► **UNE RANDO VTT** à 9 h 00

► **UN REPAS CHAMPÊTRE** à partir de 20 h sur la place du village pour terminer agréablement cette belle journée d'été, organisée par l'Association de Sauvegarde et de Restauration de l'église de Briols.

Restauration sur place le midi, buvette toute la journée !

Afin de nous aider à préparer au mieux cette soirée, il nous serait agréable que vous réserviez du plus tôt vos repas. Réservation :

Association de Sauvegarde et de Restauration de l'église de Briols
12400 MONTLAURE - Tel. 06 78 88 52 75

LA BRIOLAISE

24 KM - 820 M D+



LA DÉCOUVERTE

11 KM - 200 M D+



BULLETIN D'INSCRIPTION

à retourner à « Association La Briolaise, Briols, 12400 MONTLAURE »

TOUTE INSCRIPTION NE RESPECTANT PAS CES DISPOSITIONS
NE SERA PAS PRISE EN CONSIDÉRATION

NOM : _____
 PRÉNOM : _____
 ANNÉE DE NAISSANCE : _____
 cocher la case intéressée SEXE : ☐ M ☐ F
 ADRESSE : _____

 CODE POSTAL : _____
 VILLE : _____
 PAYS : _____
 E-MAIL : _____
 TÉL : _____
 SI CLUB, NOM DU CLUB : _____
 NUMÉRO LICENCE : _____
 Je m'inscris à :

10€ LA BRIOLAISE (24 KM) 420 D+ 8€ LA DÉCOUVERTE (11 KM) 200 D+ 5€ LA RANDO COMMENTÉE 2 HEURES ENVIRON

La Briolaise (24 km / 820 d+) La Découverte (11 km / 200 d+) - Chaque participant à une course hors stade doit obligatoirement fournir :

- la photocopie d'une licence délivrée par la FFA (Affilié Compétition, Affilié Sport Loisir ou Running Pass) ou par la FFA (Adhésif) ou par une des trois fédérations affiliées (FSCF, FSGT, UROLB), en cours de validité.

- pour les non licenciés, un certificat médical de non contre indication à la pratique de l'athlétisme ou de la course à pied en compétition datant de moins d'un an (ou sa photocopie)

A défaut de la présentation d'un de ces documents, ou en présence de documents non probants, l'organisateur refusera l'inscription du coureur à son épreuve. La copie de la licence sportive ou le certificat médical (ou sa photocopie) de chaque participant sera conservée par l'organisateur à l'appui du bulletin d'inscription. Tout coureur mineur devra fournir une autorisation parentale signée de son père ou de sa mère.

