

L'épinières
ecomte

Tous végétaux
d'extérieur

Route de Saint-Hilaire
50640 LE TEILLEUL

Tél. 02.33.59.50.61
Fax 02.33.69.51.91

TABAC PRESSE
DEGREMONT Eric

16, place Patton
50300 Avranches
Tél : 02 33 58 49 31

SDM Pro

Outillage bâtiment, fournitures industrielles

ZA Aubigny
50300 PONTS SOUS AVRANCHES
tel : 02.33.89.27.40
fax : 02.33.89.27.49
mailto:commercialsdm@wanadoo.fr

FIAT **TOYOTA**

Jean-Claude DURVILLE

AVRANCHES GRANVILLE AVRANCHES
Tél. : 02 33 66 01 01 Tél. : 02 33 50 02 12 Tél. : 02 33 66 01 01
www.avranchauto.fr

ENTREPRISE DE PEINTURE
Ravalements - Papiers Peints - Revêtements de Sol et Murs

ROUSSEL

Z.A. du Domaine - 50220 DUCEY
☎ 02 33 48 53 70 - Fax 02 33 48 27 14 - Port. 06 76 96 28 25

Cheminées de la Baie

Marcey les grèves - Rte de Granville
50300 AVRANCHES - ☎ 02 33 58 20 08
e.mail: cheminees.loisat@wanadoo.fr
R.C. 48979483

SARL **LAINÉ**
Claude
CARRELAGE - FAIENCE

22, Rue des Ecoles - "la lande"
60300 LE VAL SAINT PERE 02.33.58.49.14

O'BARAYO
BAR - PUB - BRASSERIE
soirées concert
42, rue St Gervais
50300 Avranches

Le Barrière (17h à 11h)
02 33 58 03 33

GEF

Tout le Matériel Electrique

10, Rue Victor LEMARCHAND
50300 St SENIER S AVRANCHES
tél: 02.33.79.07.07

LEROUX
bâtisseurs bois
toitures de couverture

50300 MARCEY LES GREVES
Tél.: 02.33.48.72.27

BATIM SARL
MENUISERIE ISOLATION
PEINTURE - RAVALEMENT

Z.A. - 6, La Busnouvière - 50860 MOYON
Tél. 02 33 57 93 04 - Fax 02 33 57 92 61
www.saribatim.fr - Mail : batim-moyon@wanadoo.fr

ibis HOTEL

IBIS Avranches - Baie du Mont-Saint-Michel
47, rue des Estuaires
RN 175 Cromel
50220 St Quentin sur le Homme France
Tél : 33 (0)2 33 89 64 89

Sport-Evasion
Mont-Saint-Michel

www.sport-evasion-fr.com

Stephane GUENO guide de la Baie
tel: 0233681000 / 0614705514

S.A.S St Michel Avranches
S'Michel

7, rue Victor Lemarchand
50300 St-SENIER-sous-AVRANCHES

Tél: 02 33 89 17 17
Fax: 02 33 89 17 10

B PLUS

fenêtres • portes
vitreries • stores et volets
portes de garage

David LEFRANÇOIS
RESPONSABLE D'AGENCE
Vulturn 05 67 72 93 71

Roblin
LE SPÉCIALISTE FRANÇAIS
DE LA HOTTE DE CUISINE

WWW.roblin.fr

ROBLIN S.A.S. - BP 56 - 50800 VILLEDIEU LES POELES Tél 02 33 91 26 50

CHEQUES Jean-Michel

Electricité générale

Portable: 06.61.14.75.97
Téléphone: 02.33.58.42.53

24 avenue du Quesnoy
50300 Saint Martin des Champs

Raval-Decor

Ravalement
Décorations-tapisserie
Peintures extérieures et intérieures

26, bd du Luxembourg
50300 Saint Martin des Champs
Tél: 02.33.58.32.43

SARL MARY

Ravalement
Décor Listel & Terranova
Plâtrerie-Isolation

8 Chemin de la Châsserie
50300 ST MARTIN DES CHAMPS

Téléphone : 02 33 58 24 16
Télécopie : 02 33 58 11 21
E-Mail: sarl.michel@wanadoo.fr

MAZIER
OPTIQUE
AVRANCHES
VILLERS-BOCAGE

Optic 2000

CARROSSERIE - PEINTURE
MÉCANIQUE - DÉPANNAGE

Sarl Jean-Louis COUENNE

PONTS
50302 AVRANCHES CEDEX
Tél. 02 33 58 65 05

5 STAR SERVICE
AGRÉÉ ASSURANCES

LA COURSE DES PELERINS

4^{ème} édition



Raid pédestre en orientation de nuit

En équipe - 2 parcours : 15km ou 25km

Dans la nuit du 20 au 21 Novembre 2010

Le Val Saint Père
(près d'Avranches - 50)

www.tc-val.fr

zelou@neuf.fr ou tél: 06.62.84.23.98

BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom de l'équipe :

Catégorie: H F Mixte

1er participant (capitaine d'équipe)

Nom: Prénom:

Date de naissance:/...../..... Sexe: M F

Adresse :

Code postal: Ville :

Tél. : E-Mail :

2ème participant

Nom: Prénom:

Date de naissance:/...../..... Sexe: M F

3ème participant

Nom: Prénom:

Date de naissance:/...../..... Sexe: M F

4ème participant

Nom: Prénom:

Date de naissance:/...../..... Sexe: M F

5ème participant

Nom: Prénom:

Date de naissance:/...../..... Sexe: M F

Choix du Parcours:

Initiation 15 km (10€ par personne) | Pantoufles 25 km (12€ par personne)

Une équipe est constituée au minimum de 3 participants (5 maxi)

Un certificat médical de non contre indication à la pratique sportive daté de moins d'un an ou une licence sportive en cours de validité pour chaque participant

Envoyer votre inscription complète (règlement à l'ordre de TCVal) à:

Damien LANEE

9 Avenue de l'Arc en Ciel

50300 Saint Senier sous Avranches

Renseignements: zelou@neuf.fr ou tél: 06.62.84.23.98

RÈGLEMENT

ORGANISATION et DÉROULEMENT:

- Le Triathlon Club du Val St Père organise dans la nuit du Samedi 20 au 21 Novembre 2010 la 4^{ème} édition de la course des Pèlerins à la Halle des sports du Val St Père.

- Cette course est un raid pédestre en orientation par équipe de 3 à 5. La progression s'effectue en allure libre en orientation à l'aide de cartes (IGN + CO fournies par l'organisation).

- L'équipe devra poinçonner sur son passeport les balises (CP) indiquées sur les cartes. L'ordre des balises est indifférent, l'itinéraire est libre (un bon orienteur au sein de l'équipe est conseillé)

- Les parcours proposés emprunteront routes, chemins et les herbus de la baie du Mont St michel

Initiation 15 km / Pantoufles 25 km

accueil: retrait dossard 19h à 20h30

briefing: 20h45

Départ: 21h

MATÉRIEL:

Obligatoire par équipe: 1 couverture de survie, 1 mini pharmacie, 1 téléphone portable

par équipier: 1 lampe frontale + piles, 1 gilet fluo

Conseillé: porte carte étanche, 1 boussole, vêtements running hivers (collant long, gants....)

poche à eau + aliments énergétiques (raid en autosuffisance)

SECURITE / RESPONSABILITÉ:

- L'organisation a souscrit à une assurance RC organisation-juridique. Elle décline toute responsabilité lors de pertes ou vols de toute nature.

- Chaque participant déclare pouvoir attester de sa couverture responsabilité civile individuelle garantissant les risques inhérents à sa participation

- Les parcours empruntent des routes ouvertes à la circulation, soyez vigilants et prudents.

Respectez les règles du code de la route.

- Soyez respectueux de l'environnement (abandon de détritrus, clôtures.....),

PENALITES / CLASSEMENT:

- Toute balise mal ou pas poinçonnée sur le passeport et tout dépassement de la barrière horaire seront sanctionnés par des pénalités de temps (pénalités précisées au briefing)

- Seules les équipes complètes à l'arrivée seront classées, les 3 premières équipes de chaque parcours seront récompensées + 1ère équipe Mixte et féminine

Soupe+Tee-shirt offerts à l'arrivée