



Le 2 avril 2023

TRAIL

12km - 22km - 32km

Challenge PMA
Challenge Crédit Mutuel

MARCHES

6km - 12km

Des Balcons
du Lomont
Roches-Les-Blamont

INFORMATIONS, INSCRIPTIONS ET RÉSULTATS

WWW.ASCAP25.COM/COURSE-A-PIED



Crédit Mutuel

STELLANTIS

DECATHLON
Montbéliard



M Pays de
Montbéliard
AGGLOMERATION

Doubs
le Département

Intermarché



Règlement du TRAIL ASCAP des Balcons du Lomont



I. Organisation

ASCAP25 Course à Pied Montbéliard et Commune de Roches-Les-Blamont

2. Epreuves

- 3 parcours Trail (12km, 22km et 32km)
- 2 parcours Marche (6km et 12km)
- 1 parcours initiation enfant avec présence obligatoire d'un parent

TRAIL						
Nom	Distance	Dénivelé	Départ	Inscription	Catégorie	Année mini
L'Escapade	32km	D+ 1100 m	8h30	25€	Junior à Master	2003
La Virée	22km	D+ 710 m	8h30	20€	Espoir à Master	2005
La Découverte	12km	D+ 350 m	8h30	12€	Cadet à Master	2007

MINI-TRAIL						
La Primaire	1,5km	D+ 50 m	10h	1€	Accompagnement d'un parent possible	2008 à 2016

MARCHE						
Nom	Distance	Dénivelé	Départ	Inscription	MARCHE : Gratuit pour les -12 ans	
La Forestière	12km	D+ 360 m	8h à 10h	3€		
La Combe	6km	D+ 260 m	8h à 10h	3€		

3. Inscriptions

4 possibilités

- Par courrier envoyer à l'ASCAP 4 Route de Grand Charmont 25200 Montbéliard jusqu'au lundi 27 mars ou déposé au secrétariat à la même adresse jusqu'au jeudi 30 mars.
- Par internet jusqu'au jeudi 30 mars, minuit, sur le site : www.ascap25.com/course-a-pied
- Au Magasin Décathlon Montbéliard le samedi 01 avril de 15h à 18h
- Au départ le dimanche 02 avril jusqu'à 8h

L'inscription ne sera jugée valable que si le dossier est complet (bulletin d'inscription + paiement + certificat médical ou licence)

ATTENTION : majoration de 2€, si inscription le jour j, pour toutes les courses

4. Retrait dossard

- Au dépôt de votre inscription au secrétariat de l'ASCAP
- Au Magasin Décathlon Montbéliard le samedi 01 avril de 15h à 18h
- Au départ de la course le dimanche 02 avril jusqu'à 8h15

5. Classement - Récompenses

- **Podium à partir de 11h pour les 3 premiers au classement Scratch (H et F)**
- Récompensé : la meilleure de chaque catégorie femme : cadette, junior, espoir, sénior, M0,M1,(M2+M3),(M4+M5).
- Récompensé : le meilleur de chaque catégorie homme : cadet, junior, espoir, sénior, M0,M1,(M2+M3),(M4+M5).
- **Pour le 32km : un vélo Century 21 sera offert.**
- Lot offert à tous les participants

6. Résultats - Photos

- Sur le site www.ascap25.com/course-a-pied et sur le Facebook
- Les participants autorisent les organisateurs à utiliser les photos prises durant les épreuves

7. Assurance

Les organisateurs ont souscrit une responsabilité civile et déclinent toute responsabilité pour les accidents physiologiques immédiats ou futures pouvant survenir aux concurrents du fait de la participation à l'une des épreuves.

8. Annulation

10. Ravitaillements

Espacés de 7km maxi

II. Renseignements

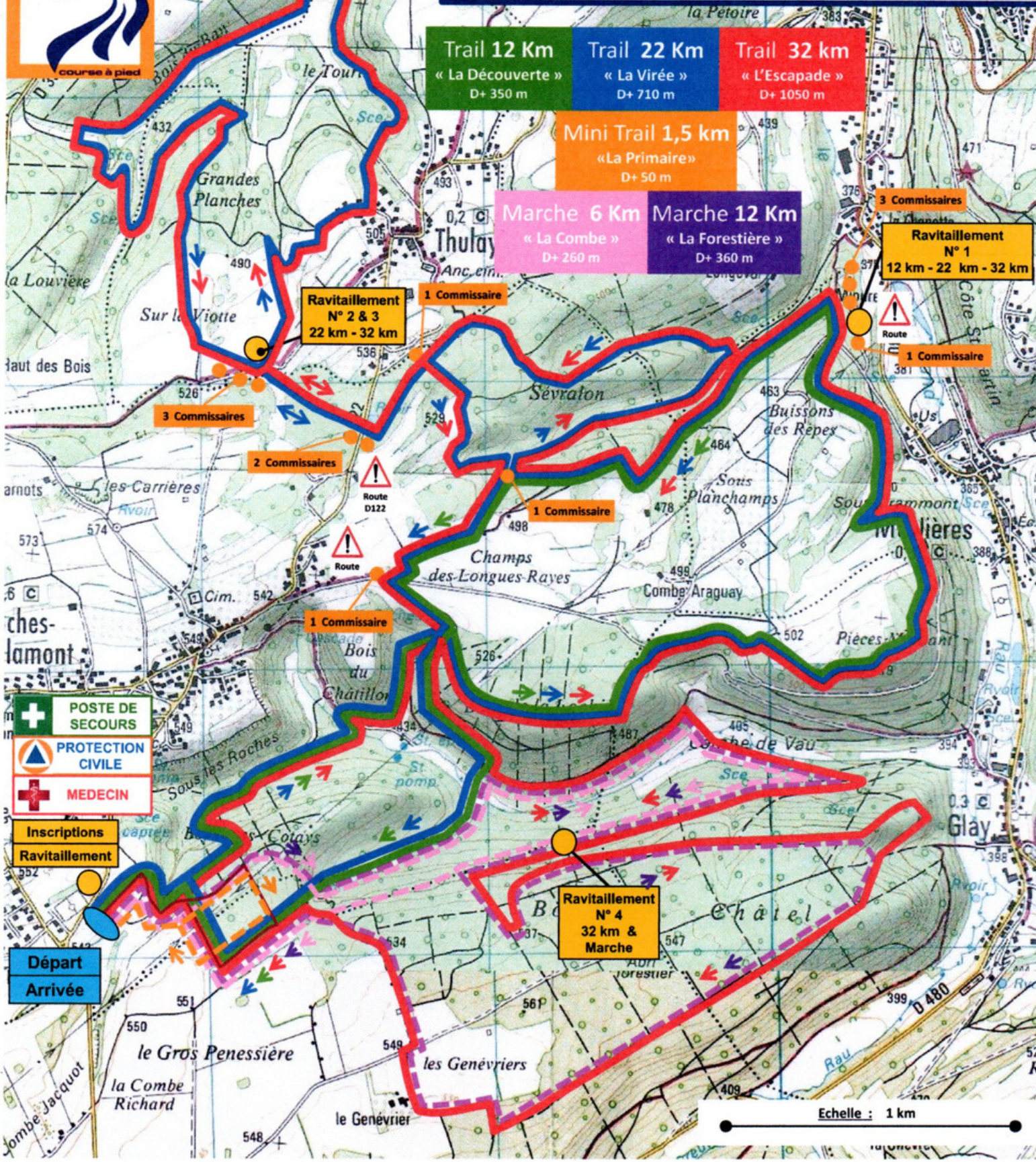
jeanpaul.montavon@sfr.fr
ascap25.com

Facebook : Ascapy course à pied



TRAIL ASCAP DES BALCONS DU LOMONT

Dimanche 2 avril 2023 ROCHES LES BLAMONT (Stade)



Trail 12 Km
« La Découverte »
D+ 350 m

Trail 22 Km
« La Virée »
D+ 710 m

Trail 32 km
« L'Escapade »
D+ 1050 m

Mini Trail 1,5 km
« La Primaire »
D+ 50 m

Marche 6 Km
« La Combe »
D+ 260 m

Marche 12 Km
« La Forestière »
D+ 360 m

Ravitaillement N° 2 & 3
22 km - 32 km

Ravitaillement N° 1
12 km - 22 km - 32 km

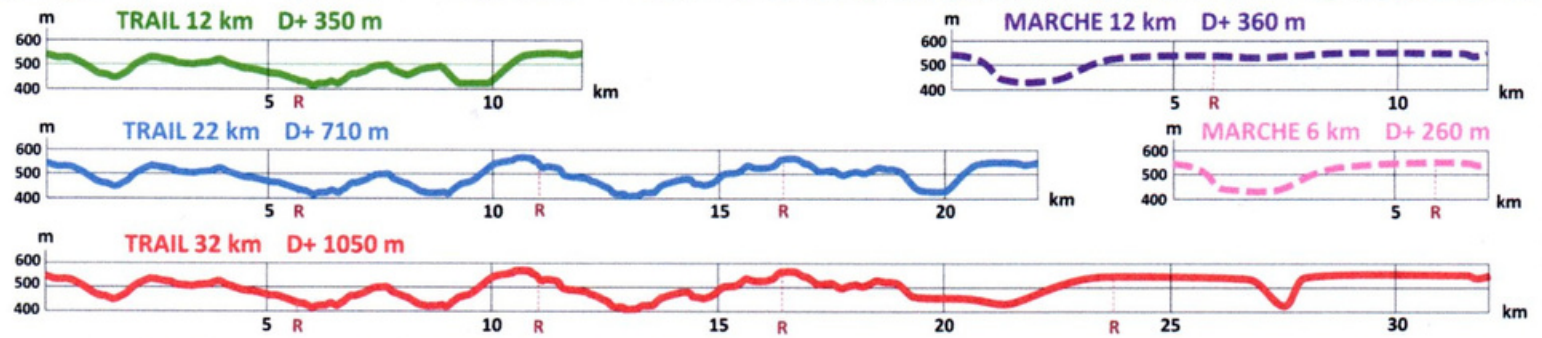
Ravitaillement N° 4
32 km & Marche

- POSTE DE SECOURS
- PROTECTION CIVILE
- MEDECIN

Inscriptions
Ravitaillement

Départ
Arrivée

Echelle : 1 km



TRAIL 12 km D+ 350 m

MARCHE 12 km D+ 360 m

TRAIL 22 km D+ 710 m

MARCHE 6 km D+ 260 m

TRAIL 32 km D+ 1050 m

TRAIL ASCAP des Balcons du Lomont

Dimanche 2 avril 2023 - 8h30

Roches-Les-Blamont

Bulletin d'inscription

Catégorie

N°Dossard



Mini-Trail

Courses Trail

Marches

Je participe au : 1,5km (1€) 12km (12€) 22km (20€) 32km (25€) 6km (3€) 12km (3€)

Je suis : Femme Homme

Nom : Prénom :

Né(e) le : Catégorie :

J'habite à : Adresse : Code postal : Ville :

Je suis joignable : (renseignement obligatoire en cas d'annulation de l'épreuve)

Tel portable : Tel fixe :

Email :

Je suis licencié FFA : Club : N° licence :

Joindre la photocopie licence sportive Fédération Française Athlétisme 2022 / 2023.

Je ne suis pas licencié FFA :

Joindre la photocopie du certificat médical de non contre-indication de la pratique de la course à pied en compétition (datant de moins d'un an).

Je me restaure : Oui Non Nb de repas :

A partir de 12h00, un repas de produits locaux (12€) vous est proposé.

Pour faciliter l'organisation, merci de vous préinscrire par email à : jeanpaul.montavon@sfr.fr (sans engagement de votre part). Le ticket repas devra être acheté sur place.

Je reconnais avoir pris connaissance du règlement et m'engage à le respecter.

Signature Obligatoire

Date

Nous remercions, ROCHES-LES-BLAMONT et les communes traversées et leurs propriétaires :

- BLAMONT, BONDEVAL, GLAY, HERIMONCOURT, MESLIERES, THULAY et USRB.

Merci également à nos sponsors :

- Immobilier CENTURY 21, Exincourt
- GAEC MONNOT, Roches-les-blamont
- Bar LA QUINCAILLERIE, Blamont
- Pharmacie LESCA, Blamont
- Auberge LA TANTE ARIE, Blamont
- Restaurant L'OREE DU BOIS, Blamont
- Fleuriste FLEURS PASSION, Seloncourt
- Conseil départemental du DOUBS
- Charpente STEMPHLET, Roches-Les-Blamont
- Boulangerie LA BLAMONTAISE
- Institut RENDEZ-VOUS BEAUT, Blamont
- Fleuriste ESPACE HARMONIE, Valentigney
- Institut O P'TITS SOINS, Blamont
- SUPER TROPHEE, Bavilliers