

Dimanche 30 Juin 2019

La Galop'Ain

5ème édition

NOUVEAUX PARCOURS

Courses : 5 & 10 km

Marches : 8 & 14 km

Courses ados

Courses enfants

Mionnay 01
Porte de la Dombes
Région aux mille étangs
à 20mn de Lyon

ASCM

Courir ou marcher

Une partie des bénéfices sera reversée à la Ligue contre le cancer

06 84 02 33 76

Contact : course@ascm-mionnay.fr



Un galopin offert à l'arrivée

Bulletin d'inscription La Galop'Ain

Merci d'écrire en LETTRES CAPITALES

Nom Prénom

Date naissance Sexe : M F

Adresse (n° et rue)

Code postal : Ville

Email : Tél

Licencié oui non N° licence :

Club ou association :

Je joins impérativement une photocopie de ma licence sportive de l'année en cours ou une photocopie de mon certificat médical de « non contre-indication » à la pratique de la course à pied en compétition daté de moins d'un an au jour de la course.

PARCOURS

Course 5 km : 8 € Course 10 km : 12 € (+3 € le dimanche).

Marche 8 km : 6 € Marche 14 km : 8 € - Gratuit jusqu'à 10 ans.

Courses ados : 1,5 et 3 km : 3 €

Initiation à la course pour les p'tits Galopins de moins de 10 ans / Gratuit.

Je reconnais avoir pris connaissance du règlement de La Galop'Ain 2019, en ligne sur ascm-mionnay.fr/galopain ou sur place, et en accepter toutes les clauses dans leur intégralité. Je suis couvert par une assurance individuelle.

Fait le Signature :

Autorisation parentale (pour les mineurs)

Je soussigné (e) : responsable légal

de.....

l'autorise à participer à la course prévue pour son âge (La Galop'Ain ou la course des P'tits Galopins) et déclare avoir pris connaissance du règlement de la course.

Fait le Signature :

Tout dossier d'inscription incomplet sera refusé

Ce bulletin est à adresser par courrier avant le mardi 25 juin
La Galop'Ain - Valérie Cattarossi - 6 Lotissement Les Douzes - 01390 St Jean-de-Thurigneux,
accompagné du règlement par chèque, libellé à l'ordre de « ASC Mionnay »

Partie organisateur

Catégorie :

Cadet Junior Espoir Benjamin Poussin Minime Senior M1 M2 M3 M4

M F

Mionnay

Dossard n°.....



Courses La Galop'Ain

Départ 9h : Parcours de 5 et 10 km sur les chemins, sous-bois et sentiers du marais.
Course Ado : Départ 10h20 : Parcours de 1,5 et 3 km.

Marches

Départ libre entre 7h et 9h : Circuits de 8 et 14 km sur les chemins de Mionnay et en bordure d'étangs.

Initiation à la course pour les p'tits Galopins de moins de 10 ans

Départ 10h45 : Parcours encadrés de 500m, sans classement.

Inscriptions

- Pour les courses et les marches, sur ascm-mionnay.fr/galopain et sur sport-up.fr ou par courrier avant le mardi 25 juin à l'adresse suivante :
La Galop'Ain – Valérie Cattarossi - 6 Lotissement Les Douzes - 01390 St Jean-de-Thurignieux (chèque à l'ordre de l'ASC Mionnay).
- Au-delà, inscriptions sur place, à l'école élémentaire de Mionnay, le samedi 29 juin, de 14h à 17h et le jour de la course, de 7h à 8h30 pour les courses 5 et 10 km (majoration de 3€) et de 7h à 9h45 pour les courses ados 1,5 et 3 km (majoration de 1€).
- Pour les marches, le dimanche sur place de 7h à 9h30.
- Pour les P'tits Galopins, le dimanche sur place jusqu'à 10h30.

Retrait des dossards de La Galop'Ain

À l'école élémentaire de Mionnay le samedi 29 juin, de 14h à 17h et le dimanche 30 juin, de 7h à 8h45.

Ravitaillements

Sur les parcours et à l'arrivée.

Sécurité

Des signaleurs assureront la sécurité des participants le long des parcours.
Les tronçons sur route sont sujets au respect du code de la route.

Convivialité

Un galopin bien frais offert à l'arrivée.

Dotation

- Coupes et lots aux trois premiers scratch et au 1^{er} de chaque catégorie d'âge (F et H).
- Challenge Cathy Dubois attribué au club ou association le plus représenté.
- Un cadeau aux 300 premiers coureurs inscrits.



Les principaux partenaires et nouveaux sponsors de La Galop'Ain

L.F Génie Climatique
POMPE A CHALEUR
CLIMATISATION
FROID INDUSTRIEL
FROID COMMERCIAL
09 64 42 36 00 - 06 28 69 10 38
01320 CHALAMONT

Groupama
Rhône-Alpes Auvergne

SARI CORMORECHE

Mionnay
Porte de la Dombes
Mairie de Mionnay

RUN ALP
Le spécialiste de la course à pied

radio SCOOP

Serv EAU
Tél. 04 72 26 53 80

DHRA
Diagnostics Habitat Rhône-Alpes
Tél. : 04 78 08 24 30
DPE, PLUMB, AMIANTE, MESURAGES, TERNITES, GAZ, ELECTRIQUE...

APHIL SERVICES
Plombier
Restauration Chauffage
Philippe BOLLIGNE
Prestataire de Services
2 Hameau des Alouettes - 01390 MIONNAY
Tél : 06 17 52 84 27 / Fax : 04 37 26 00 82
www.aphilservices.fr

U MIONNAY

CREALEV

GAVOILLE OPTICIENS
www.gavoille.fr

U SUPER U
VILLARS-LES-DOBES

SIP
Demandez-vous !

VivaL MIONNAY
04 78 91 05 57

MACYELEC
Motorisation • Portail vidéo • Domotique
Porte de garage • Electricité
04 72 26 56 39

l'Orange bleue Mon Coach Fitness PREMIUM
BEYNOST

Ferme Du Bertholon
Parc Girard
Ceufs Plein Air
Direct Producteur
Libre Service 7j/7 24h/24
334 chemin galibou
01390 MIONNAY

ETC
EURL Electricité Technologie Conseils
GUY CATTAROSI
06 70 73 53 13

Ain Fleurs & sens
127 Route de Bourg
01390 MIONNAY
09 51 32 97 88
ainfleurs@sens@gmail.com

PERISSON & FILLES
04 78 91 74 33
www.perissonetfilles.com
www.perissonetfilles.com

LOFT COIFFURE
04 37 26 09 06

LE CIARAL
Pâtisseries Artisanales - Pâtisseries
LAURENTE VERNI
+ Pâtisseries
+ Boulangerie
+ Pâtisseries
+ Boulangerie
04 37 26 02 00

GITE DE LA DOMBES
3330 Mionnay
Corinne et Jean-Jacques GALLEY
Tél. 04 78 91 00 80 / Fax. 04 78 91 00 81
mail : contact@gitelesdombes.fr
www.gitelesdombes.fr

Garage La Soupape
06 86 45 43 48

Neuf et rénovation
ENTREPRISE BORGES Jean
11 Demeure des Erasmes
01390 Mionnay
Tél. : 04.72.26.55.09/06.07.83.74.91
Pave de Châteaux vitrés, Carreaux de gîte,
Faux plâtres, Isolation, Scléretage, Peint.
Fonc de menuiserie bois/alu et aluminium.

GERRA
TALBRIE • MONTBRIE
CHARRONNAGE
Tél. 04 78 91 80 81

TRANSPIERRE
Entreprise
de transport

Crédit Mutuel

MAGASIN A LA FERME
le Berger des Dombes

FLOR de MOJITO

Organisation
ASCM Courir ou Marcher
01390 MIONNAY
06 84 02 33 76
Contact : course@ascm-mionnay.fr