

MARCHE NORDIQUE OUVERTE A TOUS



Un choix de balades ouvertes à tous au départ du Parc Pastré et un circuit « santé » adapté pour un public en difficulté ou en reprise d'activité.

La Marche « bien-être » est une manifestation sportive axée sur la pratique de la Marche Nordique, en groupe, en famille ou en solitaire.



Manifestation dénuée de tout esprit de compétition et basée sur le plaisir de pratiquer, le sport loisir Santé.

Pour toute information :
Contactez Laurent MANNEVEAU
04 91 75 24 24 - scoathle@gmail.com

L'ÉVÉNEMENT SANTÉ, LOISIR ET NATURE A MARSEILLE OUVERT A TOUS

MARCHE BIEN-ÊTRE

DIMANCHE 5 DECEMBRE 2010

PARC PASTRE
155, AVENUE DE
MONTREDON
13008 MARSEILLE



scomarseille.athle.com

INFORMATIONS PRATIQUES

PARCOURS

Lieu : Parc Pastré - 155, Av. de Montredon - 13008 Marseille
Parcours : 3 circuits différents encadrés par des professionnels

- Circuit «santé» / Départ 10h
- Circuit «actif» / Départ 9h30 (1h20 environ)
- Circuit «Sportif» / Départ 9h30 (2h environ)

Difficultés et allure de marche croissantes suivant les parcours
Vestiaires : une tente sera mise à disposition au départ

RETRAIT DES DOSSARDS

- Le 5 décembre dès 8h30 au Parc Pastré
- Attention : vous devez obligatoirement fournir un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la marche ou de la course à pied ou une licence sportive de moins d'un an valable au 5 décembre 2010
- Des bâtons de marche Nordique seront mis à votre disposition gratuitement (dans la limite des stocks disponibles). Pensez à vous munir d'une pièce d'identité ou d'un chèque de caution pour le prêt

LES PLUS

Des récompenses et de nombreux lots tirés au sort
Des séances d'initiation gratuites sur demande

La Marche Nordique toute l'année c'est possible !
Laurent MANNEVEAU - Coach Athlé Santé
scoathle@gmail.com / 06 29 88 26 23
<http://scomarseille.athle.com>

ANIMATIONS

Echauffements en musique
Etrements collectifs
Stands à thèmes sur le village
Ravitaillement à l'arrivée
Buffet Campagnard
Dégustations de produits bio
Animations diverses



INSCRIPTIONS

Bulletin papier
à faire parvenir avant
le 28 novembre 2010
au siège de
la SCO Sainte Marguerite :
1, Bd de la pugette
13009 Marseille

Règlement 2010 : **Article 1 :** la 5ème édition de la Marche Bien-Être est organisée le 5 décembre 2010 par la SCO Sainte-Marguerite Marseille Athlétisme au Parc Pastré à Marseille. **Article 2 :** la Marche Bien-Être est ouverte à tous, elle se veut conviviale et familiale et offre un réel objectif de santé. **Article 3 :** les organisateurs ont souscrit une assurance couvrant les conséquences de leur responsabilité civile, celles de leurs préposés et de tous les participants de la Marche auprès de la MAIF à Niorf N°1806984 H. Il est vivement conseillé aux non licenciés de souscrire une police d'assurance individuelle accident. **Article 4 :** L'organisation se réserve le droit d'annuler la manifestation en cas de force majeure (intempéries...). **Article 5 :** les enfants en dessous de 10 ans pourront participer uniquement sous la responsabilité et l'assurance de leurs parents. **Article 6 :** tout engagement est ferme et définitif et ne peut faire l'objet de remboursement pour quelque motif que ce soit. **Article 7 :** conformément aux articles 231-2 et 231-3 du code du sport, la participation à la Marche est conditionnée à la présentation d'une licence portant attestation de la délivrance d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique en compétition de la discipline pour laquelle il a été sollicité, ou pour les non licenciés la présentation d'un tel certificat ou de sa copie, datant de moins d'un an (valable au 5 décembre 2010). **Article 8 :** il est expressément indiqué que les marcheurs participent à l'évènement sous leur propre et exclusive responsabilité. **Article 9 :** les dossards seront à retirer sur présentation d'une pièce d'identité et du certificat médical de non contre indication à la pratique de la Marche ou de la licence sportive. **Article 10 :** le dossard devra être entièrement lisible lors de la marche. Dans le cas contraire, le participant ne bénéficiera plus des services liés à l'évènement. **Article 11 :** les marcheurs devront rejoindre le site d'arrivée de la manifestation avant 12h, ce qui offre un délai de 2h30 aux participants pour effectuer la totalité du parcours choisi. A partir de ce délai, les participants évolueront hors du cadre de la manifestation. **Article 12 :** le concurrent autorise les organisateurs ainsi que leurs ayants droits, tels que partenaires et médias à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles il peut apparaître lors de la manifestation, sur tous supports, y compris les documents promotionnels et/ou publicitaires, dans le monde entier et pour la durée la plus longue prévue par la loi, les règlements, les traités en vigueur. **Article 13 :** tout concurrent reconnaît avoir pris connaissance du présent règlement et en accepter toutes les clauses. Il s'engage sur l'honneur à ne pas anticiper le départ et à parcourir la distance complète avant de franchir la ligne d'arrivée tout en restant sur les sentiers balisés.

Crédit Photo : SCO Marseille Athlétisme / Claude NUCERA

INSCRIPTION MARCHE BIEN-ÊTRE



A remplir en lettres capitales, joindre un chèque à l'ordre de SCO Ste Marguerite et à retourner à :
SCO Ste-Marguerite 1, Bd de la Pugette - 13009

- **Inscription individuelle : 10€**
- **Inscription collective à partir de 10 personnes (7€)**
- **Si participation conjointe à «l'autre Marseille-Cassis» du 30 octobre 2010, inscription à 7 €**

Nom _____ Prénom _____

Adresse _____

Code postal _____ Ville _____

Sexe _____ Année de naissance _____

Email _____

CIRCUITS : SANTE - ACTIF - SPORTIF

Barrez les mentions inutiles

Cadre réservé

IMPORTANT

Je m'engage à fournir un certificat médical de non-contre indication à la pratique de la marche ou de la course à pied de moins d'un an ou à présenter ma licence sportive en cours de validité lors du retrait des dossards conformément aux dispositions des articles 231-2 et 213-3 du Code du Sport et j'accepte le présent règlement de la marche sachant qu'aucun remboursement ne sera effectué.

Je déclare avoir pris connaissance et accepte le règlement de la Marche Bien-Être

Fait le _____ à _____

Signature _____