

**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  
AGRÉÉE ASSURANCES

# LA COURSE DES PELERINS

4<sup>ème</sup> 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<sup>ème</sup> 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**