

La Bigoudène

Eckmühl



Penmarc'h

La Torche



10 KM

courses jeunes

21 KM

BRANDOS 5 KM

2017

21^e édition

Pont-l'Abbé

le 1^{er} Octobre

www.labigoudene.org

La Bigoudène
s'associe à un projet de L'AFIDESA
Action finistérienne pour
le développement du Sanguié
« Équiper des écoles et des collèges
du Burkina Faso en matériel sportif »



E. Leclerc
HYPERMARCHÉ
PONT L'ABBÉ

Le Télégramme

ERWANN COSSEC
CABINET IMMOBILIER
L'ÉTUY

le cœur



souleur paysage
Hervé Kernebant
QUIMPER





Marche 25 km La Bigoudène AUDAX - Départ 7h45

Pont-l'Abbé - Phare d'Eckmühl - Retour à Pont-l'Abbé par car

- Ouvert à tous sans certificat médical, allure AUDAX. Inscription 9€
- Ravitaillement sur circuit et à l'arrivée. T-shirt en récompense.

Marche 14 km La Bigoudène libre

- La Torche - Pont-l'Abbé - Départ des cars à partir de 9h30

- Ouvert à tous sans certificat médical - Inscription 8€

Marche 14 km La Bigoudène chronométrée avec ou sans bâton

- La Torche - Pont-l'Abbé - Départ 11h30 - Car au départ de Pont-l'Abbé

- Ouvert à tous avec certificat médical ou licence compétition - Inscription 8€
- Retrait du dossard à Pont-l'Abbé à partir de 9h30

La Bigoudène s'associe à un projet de L'AFIDESA

Action finistérienne pour le développement du Sanguié « équiper des écoles et des collèges du Burkina Faso en matériel sportif »

Courses Jeunes - En ligne à partir de 11h10 - (Don de 1 € pour à déposer sur place)

- 1000 m : Filles (2008-2009-2010). Départ : rond-point de Leclerc, à 11h10.
- 1000 m : Garçons (2008-2009-2010). Départ : rond-point de Leclerc, à 11h20.
- 1000 m : Filles (2006-2007). Départ : rond-point de Leclerc, à 11h30.
- 1000 m : Garçons (2006-2007). Départ : rond-point de Leclerc, à 11h40.
- 1700 m : Garçons et Filles (2004-2005). Départ : rond-point de St-Jean, à 11h45.
- Certificat médical ou licence de sport de moins d'un an à fournir à l'inscription.
- Inscription ouverte à partir de 9h et jusqu'à 45 min avant le départ de la course.
- Un trophée sera décerné à l'école la plus représentée sur les 1000 m.
- Retrait des dossards à partir de 9h00

5 km La Bigoudène

Plomeur - Pont-l'Abbé - Départ 12h

- Ouvert à tous à partir de 14 ans (2003) avec certificat médical ou licence FFA.
- Inscription ouverte de 9h jusqu'à 11h05, 1€ pour les moins de 16 ans (8 € pour les autres participants).

10 km La Bigoudène

La Torche - Pont-l'Abbé - Départ 13h30

- Chronométrage dossard à puce.
- Classement individuel H/F : Cadet, Junior, Espoir, Senior et Vétérain 1/2/3/4/5.
- Ravitaillement au départ, 3^e km, 6^e km, 8^e km et à l'arrivée.
- Classement par équipe sur 4.
- Retrait des dossards à Pont-l'Abbé, clôture à 12h15.
- Record masculin : 29 min 52 sec - Alain DOUGUET (2000).
- Record féminin : 33 min 52 sec - Karine PASQUIER (Endurance72 - 2010).
- Départ sur 2 lignes face à face (ligne côté mer toutes catégories Femme et Hommes de plus de 50 ans et ligne côté terre toutes catégories Hommes de moins de 50 ans.)



21 km La Bigoudène

Eckmühl - Pont-l'Abbé - Départ 14h45 - Handisport 14h40

- Classement individuel H/F : Junior, Espoir, Senior et Vétérain 1/2/3/4/5.
- Ravitaillement au départ, 4^e km, 8^e km, 11^e km, 14^e km, 17^e km, 19^e km et à l'arrivée.
- Classement par équipe sur 4.
- Retrait des dossards à Pont-l'Abbé, clôture à 13h.
- Record féminin : 1h 17min 00s - Nancy OMWENGA - (endurance 72)
- Record masculin : 1h 07min 04s - Said EF FADIL - AS CHU Nantes - (2012)



Logistique

Transport des coureurs et randonneurs par cars

- Navettes au départ de Pont-l'Abbé à partir de 9h30, à côté de la gare routière.
- Navettes retour vers La Torche après 15h.
- Navette retour vers Eckmühl après 17h.

Transport des sacs

- A proximité de la ligne de départ du 5 km, 10 km et 21 km se trouvera un lieu de dépôt ou un véhicule pour les sacs coureurs.
- Les sacs déposés seront transportés à l'arrivée et déposés dans le parc de ravitaillement.

Récompenses

T-shirt et pot de l'amitié à tous les arrivants

Primes 10 km et 21 km

"Prime au record Homme et Femme sur 10 et 21 km : 300 €"

Prix	1 ^{er}	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11 à 20
Homme	300	200	150	100	80	60	50	40	30	30	20
Femme	300	200	150	100	80	60	50	40	30	30	
Handisport sur semi	60	50	40	30	20						

Prime aux 3 premières équipes : 120 €, 100 €, 80 €.

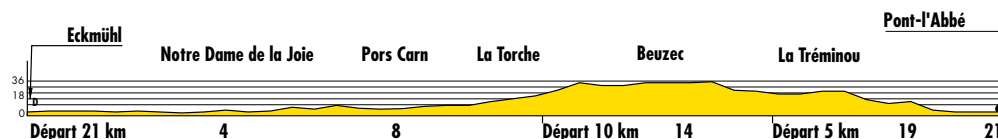
Coupe au 1^{er} de chaque catégorie :

Cadet (10 km) - Junior - Espoir - Senior - Vétérain 1/2/3/4/5, Hommes et Femmes.

Profils 5 km, 10 km et 21 km

Dénivelé 10 km : -1,1 m/km et dénivelé 21 km : 0 m

Course et marche



JOURNAL NUMÉRIQUE DÉCOUVREZ NOTRE APPLICATION

Votre journal dès 5 h du matin sur ordinateur, tablette ou mobile

GRATUIT POUR LES ABONNÉS 7J/7
Plus d'informations sur letelegramme.fr

Le Télégramme



La Bigoudène - Le 1^{er} octobre 2017

Inscription - Tarifs - Infos



INSCRIPTION

RETRAIT DES DOSSARS

	Avant le mardi 26 septembre	Sur place dimanche 1 ^{er} octobre	Dimanche 1 ^{er} octobre au Triskell à Pont-l'Abbé
Marche 25 km Audax	9 €	9 €	De 7h00 à 7h45
Marche 14 km rando	8 €	8 €	De 9h00 à 10h45
Marche 14 km chronométrée	8 €	+ 3 €	De 9h30 à 10h45
Jeunes		don de 1 € pour l'Afidesa	De 9h à 11h
5 km	8 € (1€ pour les -16 ans)	+ 1 €	De 9h30 à 11h
10 km	11 €	+ 3 €	De 9h30 à 12h
21 km	13 €	+ 3 €	De 9h30 à 13h

Renseignements - Infos

Tél : 02 98 54 53 46 - Internet : www.labigoudene.org - e mail : labigoudene@orange.fr

Inscription en ligne sur le site : [http:// www.klikego.com](http://www.klikego.com)

ou par courrier avec le bulletin ci-dessous

Bulletin d'inscription avant le mardi 26 septembre 2017

À compléter et à adresser avec le chèque d'engagement

à l'ordre de :

"La Bigoudène"

à l'adresse suivante :

Monsieur Pierre COCHOU

CA Bigouden - 13, rue des Bruyères - 29 710 Plogastel-Saint-Germain

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Marche 25 km (9 €) | <input type="checkbox"/> 5 km (8 € pour les plus 15 ans + certif médical) |
| <input type="checkbox"/> Marche 14 km rando (8 €) | <input type="checkbox"/> 10 km (11 € + certif médical) |
| <input type="checkbox"/> Marche 14 km Nordique Chrono (8 € + certif médical) | <input type="checkbox"/> 21 km (13 € + certif médical) |
| <input type="checkbox"/> Marche 14 km sans bâtons chrono (8 € + certif médical) | <input type="checkbox"/> Coureur licencié Sport Adapté 4 € les marches,
6 € le 10 km, 7 € le 21 km |
| <input type="checkbox"/> Course jeune (certificat médical) | |

Nom : Sexe : H F

Prénom : Année de naissance :

Adresse :

Club, asso, entreprise ou ville :

N° de licence FFA saison 2017/2018 (photocopie à joindre) :

Autorisation parentale à joindre pour les mineurs.

Certificat médical : les licenciés F.F.A. doivent joindre la copie de la licence 2016/2017 ou celle d'un certificat médical.

Les non-licenciés F.F.A. doivent fournir une copie de certificat de non contre-indication de la pratique de la course à pied en compétition de moins d'un an à la date de l'épreuve.

Article 6, loi du 23 mars 1999 sur la protection de la santé des sportifs.

Responsabilité civile : le C.A.B. est couvert par une police souscrite pour cette manifestation.

Individuelle accident : les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence.

Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.