

Organisation :

Club « Lioran Ski Alpinisme-Just A Roc »

Epreuves :**Parcours A :**- catégorie Vétérans-Séniors-Espoirs :
1570m de D+ - 15 kms**Parcours juniors :**

- catégorie juniors : 1260m de D+ - 12 kms

Parcours cadets :

- catégorie cadets : 1000 m de D+ - 10 kms

Parcours découverte / officiel minimes:

- toutes catégories en promotionnel et officiel minimes : 690 m de D+ - 8,5 kms

Les parcours A, juniors, cadets, comptent pour le classement national.

Départ :

Station de Font d' Alagnon (bas de la station du Lioran), devant le télésiège de Mas-seboeuf.

Contrôle ARVA (DVA) : 8h00

Départ 8h30

Arrivée sur la prairie des Sagnes, station du Lioran**Dossards :**

Retrait des dossards le samedi 6 mars au Chalet des Galinottes (Le Lioran), à partir de 15h00.

Championnat d' Auvergne :

Pour chaque catégorie, sera désigné un champion d' Auvergne, c'est-à-dire le premier de sa catégorie, licencié d'un club FFME en Auvergne (Hors licence découverte).

Une paire de peaux de phoques « spéciale coll tex » récompensera les champions d' Auvergne.

Catégories récompensées : Vétérans H/F, Séniors H/F, Espoirs H/F, Juniors H/F, Cadets H/F et Minimes H/F.

Equipement obligatoire :

- Le matériel obligatoire nécessaire pour TOUS les parcours du 5ème Trophée Emmanuel Bon est celui préconisé par le règlement de la Fédération Française de la Montagne et de l'Escalade, disponible sur le site :

www.ski-alpinisme.com**Il faut notamment :**

- baudriers + longues avec absorbeurs de chocs type via ferrata
- Casque, crampons
- Détecteurs de Victimes d'Avalanches (DVA)
- Pelle et sonde, couverture de survie
- Sifflet

Un contrôle DVA sera effectué au départ et un contrôle complet du matériel sera effectué à l'arrivée des coureurs.

Certains matériels (longes de via ferrata, DVA, pelle, sonde, casque) pourront être loués sur place dans la limite des stocks disponibles.

La liste complète du matériel obligatoire est disponible sur le site de FFME

www.ski-alpinisme.com**Frais d'inscription :**

Licenciés FFME :

Parcours A : 25 euros

Parcours juniors/cadets/minimes : 15 euros

Parcours découverte hors juniors/cadets et minimes : 25 euros

Supplément de 5 euros pour les non licenciés (vente d'une licence découverte).

Supplément de 5 euros pour toutes inscriptions le samedi 6 mars.

Les frais d'inscriptions incluent le repas du dimanche midi au chalet des Galinottes, ainsi qu'un sac publicitaire avec un cadeau surprise.

Tirage au sort de nombreux lots le dimanche après midi.

Bulletin d'inscription

Inscription en ligne facile et rapide :

<http://www.ski-alpinisme.com/calendrierFiche.php?id=1088>**Nom :****Prénom :****Adresse :****Code postal :****Ville :****Téléphone :****Email :****Date de naissance :****Sexe :** M/F**N.licence FFME,FFCAM,FFS :****Club :**

Joindre obligatoirement une photocopie de certificat médical de non contre-indication à la pratique du ski alpinisme en compétition ou la photocopie de la licence (FFME, FFCAM, FFS).

PAS D' INSCRIPTION LE DIMANCHE(toute personne inscrite est censée avoir pris connaissance du règlement complet sur www.justaroc.com)**Remplir le formulaire ci-dessous :**

Inscription..... — euros

Repas accompagnateur..... 10 euros

Total.....

Règlement à l'ordre de : **JUST A ROC****Bulletin à envoyer avant le 04-03-2010 accompagné du règlement à :****Renaud CHIFFRE****Aris****15800 Vic sur Cère**

