

## Bulletin d'inscription ELEMENTRAIL 2019

A compléter et à renvoyer à l'adresse suivante :

**HOUSIER Sébastien, korveou 22140 BEGARD**

*Le tout accompagné d'un certificat médical datant de moins d'un an, portant la mention « apte à la pratique de la course à pied en compétition », ou de la copie de licence FFA 2018/2019.*

**Seuls les dossiers complets seront validés !!**

- **Certificat médical ou licence FFA**
- **Coupon ci-dessous rempli**
- **Autorisation parentale signée pour les coureurs mineurs**
- **Chèque à l'ordre de Ribin Bré Sport**

Nom: ..... Prénom: .....

Adresse: .....

Code postal: ..... Ville: .....

Date de naissance: ..... Sexe: ...

Club: .....

Tél: .....

Mail: .....

*Certifie avoir pris connaissance du règlement ci-joint ou visible sur le site <http://elementrail.jimdo.com/> et s'engage à l'une des épreuves suivantes :*

- *Douar Trail 7 km départ à 10h30 (5 euros, coureurs nés en 2003 et avant)*
- *Canicross 7km départ à 10h15 (5 euros, carnet de vaccination à jour + coureurs nés en 2003 et avant)*
- *Vertic'Aer 14 km ) départ à 10H (8 euros, coureurs nés en 2001 et avant)*
- *Trail an dour 21 km départ à 9h30 (10 euros, coureurs nés en 2001 et avant)*

○  
*Fait le .....*

*Signature :*

# Descriptif des parcours

- [Douar Trail 7 km départ à 10h30 \(5 euros\)](#)

*Parcours faisant référence à l'élément terre.*

*C'est un trail accessible au plus grand nombre, sans difficultés majeures, le tracé arpente les chemins creux autour du bourg de Péder nec.*

## [Canicross départ à 10H15 \(5 euros\)](#)

*Parcours identique au Douar Trail.*

- [Vertic'Aer 14 km départ de 10h \(8 euros\)](#)

*Parcours où les coureurs auront une boucle de 14km à réaliser, des chemins roulants et moins ! Parcours varié avec du monotraces qui vous emmèneront en haut du Méné Bré ,en référence à l'élément air.*

- [Trail an dour 21 km départ à 9h30 \(10 euros\)](#)

*D'une distance de 21 km ce trail propose un tracé usant, technique avec beaucoup de sentiers monotraces. Il fait référence à l'élément eau et a pour fil conducteur la vallée du Jaudy.*

*Attention les 10 derniers km amèneront les coureurs à monter à plusieurs reprises les pentes du Méné Bré... Un parcours casse pattes, pour les traileurs plus aguerris !*

- [Tan foll trail, courses enfants, gratuites. \(11h50\)](#)

*Des courses de découvertes autour de la zone de départ, elles sont gratuites et ouvertes à tous les enfants qui souhaiteraient avoir une 1ere expérience de la course nature.*

- [Randonnées pédestres 7km \(4 euros\) et 12 km \(6 euros\)](#)

*Inscription sur place dès 8h15.*

*Renseignements sur notre site <http://elementrail.jimdo.com>*

*Ou notre page facebook <https://www.facebook.com/elementrail/>*