

# Avis de course MODIFIÉ le 27 janvier

## Défi 40 km. du Haut St-Maurice

- ✓ Organisation : Club de ski de fond La Tuque Rouge Inc.
- ✓ Lieu : sur le site même du club sis au 145 Bl. Industriel La Tuque
- ✓ Date : 30 Janvier 2010    Heure : 10 h 00    Départ de masse
- ✓ STYLE LIBRE SEULEMENT
- ✓ Directeur d'épreuve : Richard Lavoie
- ✓ Chef de stade : Yvon Morel
- ✓ Chronométrage : Yvon Boisvert
- ✓ Chef de parcours : Serge Fournier
- ✓ Secrétaire d'épreuve : Sonia Paradis & Bernard Marcotte
- ✓ Délégué technique : Line Houle
- ✓ Sanction : SFQ Licence obligatoire 3 \$ sur place
- ✓ Renseignements : Richard Lavoie 819-523-7559
- ✓ cell 676-7447    courriel [llavoie@tlb.sympatico.ca](mailto:llavoie@tlb.sympatico.ca)
- ✓ Coût :
  - 50 \$, pour les épreuves de 40 et 25 km.
  - 20\$ pour le 12.5 km.
  
- ✓ Inscriptions : jusqu'à 9 h 15 le matin de la course.
  
- ✓ Aucun remboursement en cas d'annulation pour grand froid ou autre cause affectant la sécurité des coureurs.
- ✓ Le tarif comprend l'inscription, un tee-shirt souvenir et un repas santé
- ✓ Épreuves : 40km, 25 km et 12.5 km style libre SEULEMENT
- ✓ Randonnée populaire ANNULÉE
- ✓ Parcours MODIFIÉ en STYLE LIBRE seulement.
- ✓ Services médicaux : Brigade de secouristes Ambulance St-Jean
- ✓ Catégories : homme et femme 14-19, 20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69 et 70ans et +
- ✓ Médailles aux 3 premiers de chaque catégorie HOMME ET FEMME
- ✓ Bourse de 50\$ au meilleur temps homme et femme de l'épreuve 40 km
- ✓ Bourse de 30\$ au meilleur temps homme et femme de l'épreuve 25 km
- ✓ Quelques bourses de 20\$ seront tirées au sort parmi les participants (présence obligatoire )