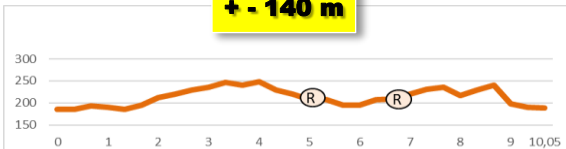




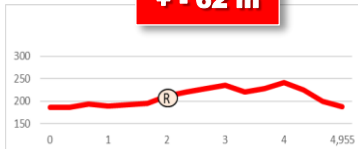
Trop sympa les parcours

Parcours affichés au gymnase et fléchés dès le 20 juillet et sur : www.f4p.fr

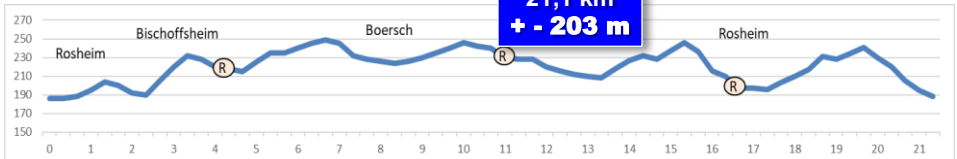
10 km
+ - 140 m



5 km
+ - 62 m



21,1 km
+ - 203 m



Venez à vélo



Reconnaissance des parcours

Au gymnase,
rue du Neuland à Rosheim
(VTT acceptés)

Dimanche 11/09 :
▪ semi à 9h00
• 5 et 10km à 9h30

Dim. 18/09 à 9h30 :
5 et 10km



Moins de CO2:

- Un parc à vélo de 300 places, gratuit et sécurisé, pour le public et les coureurs
 - Roulez malin, venez en covoiturage !
- Annonces de covoiturage spécifiques aux F4P sur

<http://www.cariocar.fr/event/foulees-des-4-portes-2018/>

Moins de papier avec :

- Inscription INTERNET privilégiée, avec possibilité de dépose numérisée du certificat médical
- Dossards sans enveloppe ni tracts

FOULEES DES 25 sept. 2022 4 Rosheim PORTES

Courses enfants 5 à 13 ans
5km - 10km - 21,1km



**Parc à vélos
Vagues féminines**

www.f4p.fr info@f4p.fr 06 83 67 07 96

Inscriptions :

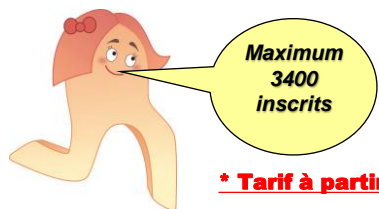
Dons libres à :



Bulletin d'inscription

(cocher la course choisie)

En course avec vous



Maximum
3400
inscrits

21,1 km
20€/25€*

10 km
15€/20€*

5 km
13€/18€*

Enfants
6€/8€*

* Tarif à partir du 21/09/2022 - Pas d'inscriptions le jour de la course

Possibilité de majorer l'inscription d'un don de 1€ ou plus reversé à l'association Franck un Rayon de Soleil venant en aide aux enfants atteints d'un cancer cérébral

Joindre impérativement, un certificat médical de moins d'un an (**) ou la copie de la licence en cours (**). Pour les mineurs, l'attestation de santé peut remplacer le certificat médical.

** Licences : FFTri, Athlé compétition, Pass'running délivré par la FFA, UFOLEP Running.

** Certificat médical de « non contre indication à la « pratique de la course à pied ou sport en compétition », ».

Pour dossard
préférentiel :

Temps escompté

Course de référence

NOM

Prénom

Adresse

M F

Date de naissance

Tél.

E-mail

N° licence FFA, FFTri ou Pass Running FFA

Club / équipe

Fait à/date

Signature

Représentant légal du mineur
NOM - Prénom

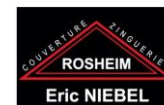


Crédit Mutuel

SOFITEX
DE L'INTERIM AU CDI



Auchan



les Professionnels du
canton de Rosheim



Soutenez



Don volontaire à l'inscription

Règlement par chèque à l'ordre des Foulées des 4 Portes, ou espèces en remise directe
Inscription à envoyer ou à déposer sous enveloppe à: F4P 6, rue des perdrix 67560 ROSHEIM
ou Maison du Tourisme de Rosheim 94 rue du Gén. de Gaulle 67560 ROSHEIM <20/09

21,1 km

Maxi 1000 inscrits

Temps maxi : 2h35**5 km**

Maxi 600 inscrits

10 km

Maxi 1200 inscrits

Enfants

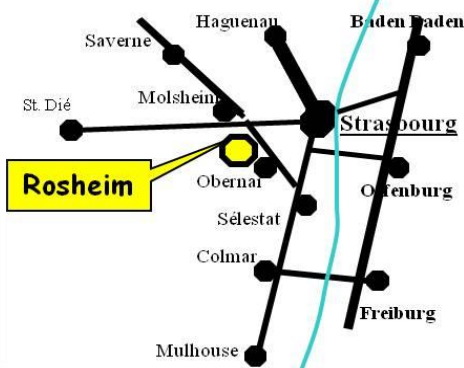
Maxi 700 inscrits

Juniors et + (nés en 2005 et avant)
9h00 – Vague unique

Minimes et + nés en 2009 et avant

9h20 – Vague 100% féminine
9h35 – Vague masculine ou mixte

Cadets et + nés en 2007 et avant

10h30 – Vague 100% féminine
10h45 – Vague masculine ou mixte**11h55** - 350 m : Pitchouns filles,
nés en 2017 et 2018 (5-6 ans)**11h57** - 350 m : Pitchouns garçons,
nés en 2017 et 2018 (5-6 ans)**12h00** - 900 m : Ecole athlé filles
nés de 2014 à 2016 (7-9 ans)**12h05** - 900 m : Ecole athlé garçons,
nés de 2014 à 2016 (7-9 ans)**12h10** - 1400 m : Poussins filles & garçons,
nés en 2012 et 2013 (10-11 ans)**12h15** - 2300 m : Benjamins filles & garçons,
nés en 2010 et 2011 (12-13 ans)**Stands
partenaires****Remise
des prix
Dès 12h00****Consigne
gratuite
jusqu'à 13h****Parc à vélos
jusqu'à 13h****Buvette et petite
restauration
à prix sympas****Contact :**

Association des Foulées des 4 Portes - Tél : 06 83 67 07 96.

E-mail : info@f4p.fr / 6, rue des Perdrix 67560 ROSHEIM.

Inscriptions : Par internet sur le sportif.com ou par courrier. Clôture le mardi 14/09 ou avant. Uniquement si dossards disponibles, inscriptions sur place le samedi 24/09 de 15h à 18h. **Pas d'inscriptions le jour de la course****Dossard personnalisé avec le prénom** pour inscriptions avant le 01/09/2021**Retrait des dossards :** Gymnase Intercommunal de Rosheim rue du Neuland, le samedi 24 sept. de 15h à 18h ou le dimanche 25 à partir de 7h30. La puce électronique est intégrée dans le dossard, vous pouvez le conserver.**Enfants :** Conformément au règlement FFA la pratique compétitive n'est pas autorisée pour les enfants de moins de 12 ans. Une liste des arrivants, dans l'ordre d'arrivée sera néanmoins diffusée et tous seront dotés d'un dossard et de la récompense. **L'accompagnement des enfants en course est strictement interdit par respect pour les autres enfants et pour des raisons de sécurité.****Consigne :** Une consigne gratuite est mise à votre disposition. Vous pourrez y déposer un sac fermé et étiqueté (étiquette fournie au retrait dossards) Récupération après la course, jusqu'à 13h, et sur présentation du dossard.**Zones de propreté :** Par respect de l'environnement et des bénévoles, aucun déchet personnel ou en provenance des ravitaillements ne doit être abandonné sur les parcours en dehors des zones de propreté. Ces zones sont situées après les ravitaillements et signalées par un panneau début et fin de zone.**Ravitaillements :** Sur le 5km (km 3) - 10km (km 4 et 7) - 21,1km (km 5 - 9 - 13- 16 - 18) et à l'arrivée.**Classements:** Au temps réel**Récompenses :**

Podiums scratch des 5 premiers (ères) et du (de la) premier (ère) de chaque catégorie + 3 premiers (ères) minimes du 5km et 3 premiers (ères) cadets du 10km

1 récompense à l'arrivée pour tous (distances de 350m à 21,1 km) + médaille pour les enfants

Résultats : Sur notre site www.f4p.fr, sur www.le-sportif.com et des DNA www.dna.fr**Droit à l'image :** Par son inscription le participant autorise les organisateurs ainsi que leurs ayants droit tels que partenaires et média, à utiliser les images fixes ou audiovisuelles, sans contrepartie financière, sur tous supports y compris les documents promotionnels et publicitaires, dans le monde entier et pour la durée la plus longue prévue par la loi.**Parkings :**

Par respect pour les riverains et le code de la route (risque de poursuites), merci de ne pas garer votre véhicule de manière « sauvage » et d'utiliser les parkings mis à votre disposition.

Parc à vélos :Gratuit et gardé **jusqu'à 13h** pour les coureurs, le public et les bénévoles. Une récompense vous attend à la dépose du vélo**Participez à la course en qualité de bénévole :**
Ambiance sympa – dotations – soirée des bénévoles