

Semi-Marathon en solo ou en relais et 10km de THIONVILLE du 28/04/19

Organisé par l'Office Municipal des Sports, la Ville de Thionville,
le LION'S Club Thionville Lorraine et Florange Olympic Club Athlétisme

INFORMATIONS PRATIQUES

ARRIVEE DES COURSES AU COEUR DU VILLAGE

Esplanade du 40^{ème} RT

- **09H 00** Départ du 10km
- **10H 25** Départ Semi-Marathon handisport et Championnat de France Handisport
- **10H 30** Départ Semi-Marathon et Semi-Marathon relais

Samedi 27 avril :

■ RETRAITS DOSSARDS ET INSCRIPTIONS :

Au Gymnase Municipal, 3 rue du Général Walker.

Retrait des dossards : le samedi de 14h à 18h et au plus tard le dimanche de 7h jusqu'à 1h avant le départ de la course.

Inscriptions possibles le samedi seulement et uniquement pour les courses en solo.

Pas d'inscription le jour de la course.

Dimanche 28 avril :

■ **OUVERTURE DU VILLAGE** : Esplanade du 40^{ème} RT. à partir de 8h

■ **ANIMATION VILLAGE / PARCOURS** : Pendant toute la durée de l'événement au village et différents points du parcours.

■ RESULTATS - REMISE DES PRIX/RECOMPENSES :

Sur le podium à partir de 9h45 pour le 10km et à partir de 11h40 pour le semi-marathon solo et semi-marathon relais.

Prix et récompenses suivant document téléchargeable sur le site www.omsthionville.com

Pour la course relais :

- Les catégories d'équipes sont HOMME / FEMME ou MIXTE.
- Seront récompensées les 3 premières équipes de chaque catégorie



RESULTATS / CLASSEMENTS : au fur et à mesure des arrivées annonces par l'animateur des courses (speaker) et sur les panneaux d'affichage situés à l'entrée du gymnase Municipal.

SEMI-MARATHON RELAIS :

DOSSARDS :

Il y a un dossard individuel par coureur **plus un dossard Equipe** (visuellement différent) qui sert de support de la puce et de TEMOIN RELAIS.

Chaque coureur de l'équipe doit porter son dossard individuel (attaché avec des épingles).

Le dossard Equipe est quant à lui pour des raisons pratiques et évidentes de transmission, fixé sur une ceinture que le coureur passe au relayeur suivant.

Le dossard du dernier relayeur sera identifié par une bande de couleur ou autre signe, afin d'identifier de manière plus claire la personne qui est censée franchir la ligne d'arrivée.

DISTANCES PARCOURUES et POINTS DE DEPART :

Coureur	Distance parcourue	Lieu de départ voir plan circuit	Parking possible Annexes 1 et 2
N°1	Environ 5 km	Boulevard Foch	Voir carte des parkings
N°2	Environ 5 km	Point de ravitaillement du 5 km	Chemin de la déchetterie Manom
N°3	Environ 5 km	Point de ravitaillement du 10 km	Bar du bac (la guinguette)
N°4	Environ 6,1 km	Point de ravitaillement du 15 km	rue de Meilbourg

COMMENT SE RENDRE SUR LES LIEUX DE DEPARTS :

Chaque coureur se rend sur sa ligne de départ et quitte son point d'arrivée par ses propres moyens. Aucun transport aller/retour ne sera assuré par les organisateurs.

LES POSTES de RAVITAILLEMENTS :

Les stands de ravitaillements sont situés tous les 5 km et proposent les produits suivants : bananes, oranges, fruits secs, eau et sucre.

Des bacs sont prévus pour récupérer vos gobelets plastique environ 100m après chaque poste de ravitaillement.

LES POSTES d'EPONGEMENTS»

Les postes d'épongements, sur le parcours, sont intercalés entre les stands de ravitaillement.

LE CHRONOMETRAGE

Les coureurs sont chronométrés par la société CHRONO COMPETITION qui utilise les puces UHF : 2 puces sont collées au dos du dossard qui permettent d'obtenir le temps officiel lors du passage sur la ligne d'arrivée grâce aux tapis de détection placés sur la chaussée.

LES MENEURS D'ALLURE

4 meneurs d'allure seront présents pour le semi-marathon. Ils réguleront la course sur les temps de référence suivants : 1h00, 1h40, 1h50 et 2h00.

Ils sont là pour vous aider à atteindre vos objectifs en vous accompagnant dans la gestion de votre temps en régulant votre vitesse et en vous apportant des conseils tout au long de la course (ravitaillements, etc...).

Ils seront présents dès le départ et repérables avec des oriflammes de couleur.

SECOURS ET SOINS

Des équipes de secouristes de la CROIX BLANCHE et de la Protection Civile sont positionnés tout au long du parcours.

A l'arrivée, les coureurs pourront retrouver une zone de soins.

Les organisateurs

ANNEXE 1

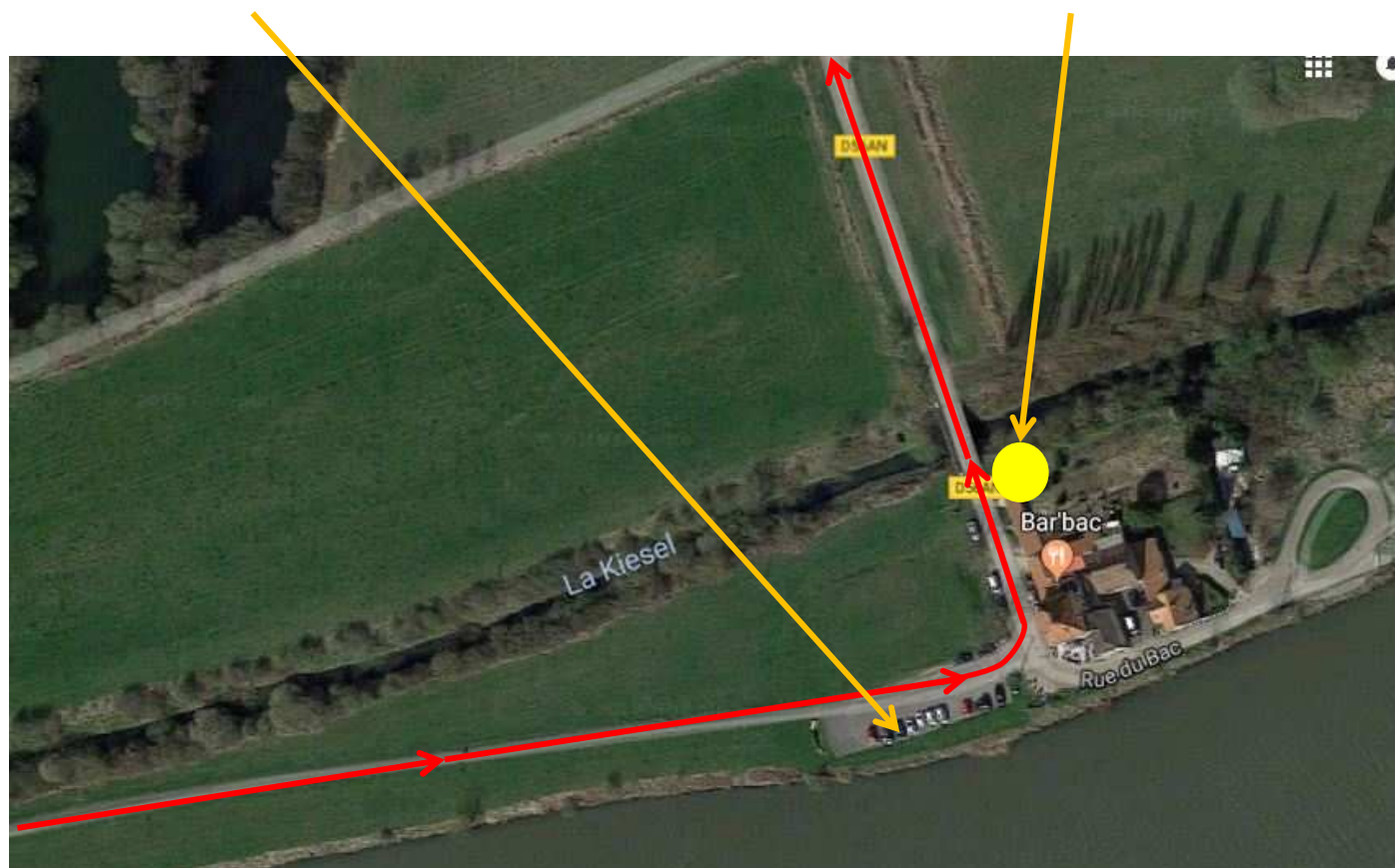
Coureur N° 2 - Zone Relais Situé au Poste de ravitaillement du 5km

Parking possible



Coureur N° 3 - Zone Relais Situé au Poste de ravitaillement du 10km

Parking possible



ANNEXE 2

Coureur N° 4 - Zone Relais
Situé au Poste de ravitaillement du 15km

Parking possible

