



AMSL FREJUS VTT  
LE CLUB



11<sup>ème</sup> TOUR DU LAC

Dimanche 1 MAI 2011-à FREJUS

### 3<sup>o</sup> Manche du championnat régional

XC Toutes catégories

PLAN D'accès au site TOUR DU LAC

En venant de Toulon

Sortie autoroute Fréjus Capitou N°38 prendre direction Fréjus et route de Cannes RN 7

En venant de Cannes

Sortie autoroute N° 39 les Adrets, prendre direction Fréjus RN 7

En venant du golf de st Tropez

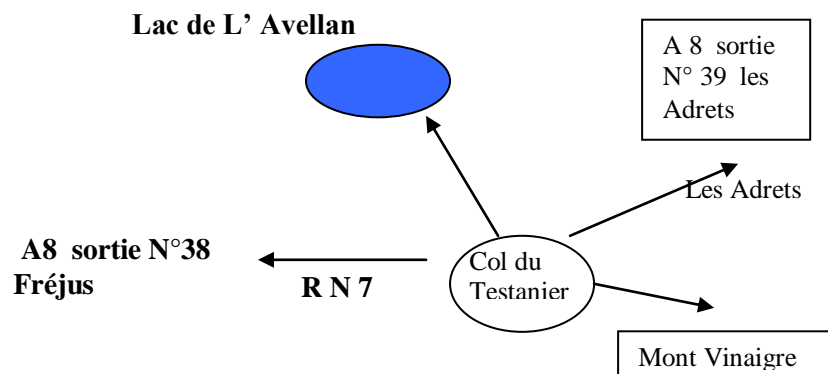
Prendre direction Fréjus RN 7 route de Cannes, au col du Testanier tourner vers le lac de L'Avellan



Le lac de l'Avellan

*DANS LE MAGNIFIQUE SITE DU MASSIF DE L'ESTEREL*

Passage sur le centre VTT label FFC de AZUR MAURES ESTEREL



Sous l'égide du comité départemental cycliste du Var et du comité régional côte d'azur

## BULLETIN D'ENGAGEMENT

A envoyer avant le mercredi 26 AVRIL 2011  
Passé ce délai une surprime de 3 € sera appliquée  
Ou par mail : [rochi@club-internet.fr](mailto:rochi@club-internet.fr) ou

[frejusvttbmx@yahoo.fr](mailto:frejusvttbmx@yahoo.fr)

Renseignements au 06. 30. 53. 50.32  
fax : 04.94.51.97.32  
[www .amslfrejus.com](http://www.amslfrejus.com) section VTT

NOM..... PRENOM.....

DATE de naissance.....

ADRESSE.....

CODE POSTAL ..... VILLE.....

TEL ..... CLUB.....

Catégories :  Homme  Femme

ESPOIR 15 €  SENIOR 15 €  MASTER 15 €  PROMO 15 €  
 JUNIOR 15 €  BENJAMIN 5 €  POUSSIN 5 €  TANDEM 17 €  
 CADET 10 €  MINIME 6 €  PUPILLE 5 €

Chèques à l'ordre de : AMSLF VTT LE CLUB

Je suis :

Licencié FFC N° : .....  
 non licencié , je paie une surprime de 5 € et je **fournis un certificat médical.**

### AUTORISATION PARENTALE

Je soussigné M. Me..... autorise ma fille , mon  
fils,..... à participer à l'épreuve.

Fait à ..... le ..... / 05 / 2011

Signature des parents :

## REGLEMENT

Le 11è tour du lac est organisé par l'AMSLF VTT LE CLUB et la municipalité de Fréjus.

Cette compétition se déroulera sous le règlement de la FFC/ CRVTT.

Les coureurs non licenciés ne sont assurés que s'ils causent des dommages à autrui.

Courses ouvertes à toutes les catégories.

Le port du casque à coque rigide est obligatoire.

Pour les non licenciés, un certificat médical mentionnant la pratique du VTT en compétition datant de moins de 3 mois est obligatoire.

Les coureurs ne peuvent recevoir aucune assistance technique sur l'ensemble du parcours.

La grille de départ se fera en fonction du classement précédent du championnat.

### Programme

Accueil des participants et remise des dossards	9 h
Course poussin	départ 10 h
Course pupille	10 h 30
Course benjamin	11 h
Course minime	11 h 30
Course cadet, féminine et promo	12 h 30
Course junior, espoir, senior, masters et tandem	14 h 30

Remise des prix de poussin à minime vers 12 h 15

Remise des prix de cadet aux catégories suivantes vers 16 h 30

AMSLFREJUS VTT le club  
Av. du XV° corps, salle Ste Croix  
83600 FREJUS

Pas de reconnaissance

Possibilité de se restaurer sur place le jour de la course

**Afin d'économiser le papier –faites les inscriptions par mails – vous recevrez un mail de confirmation d'enregistrement -**