

REGLEMENT GENERAL

Art 1: La course de la Mer à la Bonne Mère « CONTRE LA MONTRE » est organisée par les associations Raoul KANAZI (J.O. du 25 janvier 1995) et l'association ESPORT PROVENÇAL (J.O. du 19 décembre 1997) afin de mettre en valeur ces deux symboles (Mer et Bonne Mère) ainsi que l'image sportive de la ville de Marseille.

Art 2: Cette épreuve, sur une distance d'environ 3000 mètres en côte, est limitée à 200 coureurs et se déroule **uniquement** sur les trottoirs.

Art 3: Le chronométrage officiel est assuré par la société KMS. Les départs sont donnés sous la forme échelonnée d'un contre la montre.

Art 4: Cette épreuve est ouverte à tous les sportifs âgés de plus de 16 ans à la date de la course et disposant d'un certificat médical (de moins d'un an) de non contre indication à la pratique de la course à pied en compétition.

Art 5: Un classement sera établi dans chaque catégorie reconnue par la commission nationale des courses hors stade ainsi que dans des catégories particulières liées à l'esprit convivial de l'épreuve.

Art 6: La remise des prix, suivie d'un pot amical, aura lieu sur l'esplanade de Notre Dame de la Garde dans la demi-heure qui suivra l'arrivée du dernier concurrent.

Art 7: Les participants doivent être au plus tard une demi-heure, avant le départ de la course, sur le quai du port devant l'esplanade de l'hôtel de ville.

Art 8: Les modalités d'inscriptions sont réglées par la société K.M.S.



22ème COURSE DE LA MER A LA BONNE MERE CONTRE LA MONTRE Samedi 11 mai 2019

Rassemblement des coureurs à 10h30
Esplanade de l'Hôtel de Ville de Marseille

Inscriptions et chronométrage officiel KMS



Avec le partenariat de:



MARSEILLE PROVENCE ALPES DU SUD

22^{ème} COURSE de la MER à la BONNE MERE

Contre la montre

Samedi 11 Mai 2019

ATTENTION: LIMITE A 200 COUREURS!

Rassemblement des coureurs devant l'hôtel de ville de Marseille à 10h30

Départs échelonnés de 11h à 11h30

Chronométrage officiel KMS

Pot amical et remise des prix sur l'esplanade de NOTRE DAME de la GARDE.

Les inscriptions se font uniquement en ligne via le site internet de KMS (pas d'inscription par courrier) et sont validées lorsque le paiement des droits d'engagement a été effectué.

TARIF : 12 €

Dépôt de la pièce médicale de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition conseillé en ligne sur KMS.fr

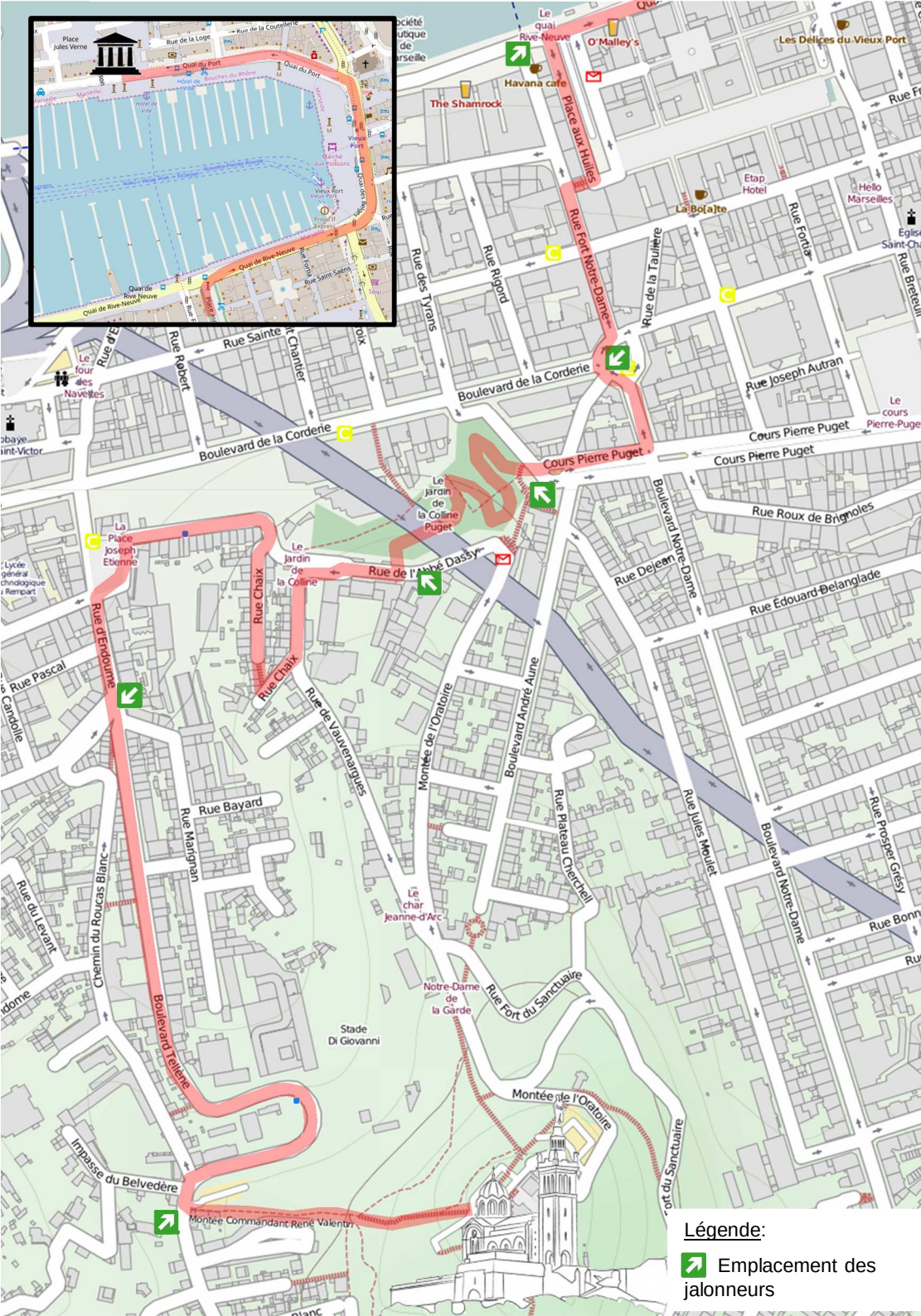
Retrait des dossards: Du samedi 4 mai au vendredi 10 mai
au magasin DECATHLON de La Valentine,
7 avenue de St. Menet 13011 Marseille
de 09h à 20h.

Et le samedi 11 mai de 10h à 10h30 au départ de la course.

ATTENTION : la course se déroule uniquement sur les trottoirs.

Notre conseil: garez vous dans les parkings de Notre Dame de la Garde et descendez en tenue de course jusqu'au départ. Cela vous fera un excellent échauffement ! Et vous retrouverez votre véhicule à l'arrivée...

Les bénéfices sont destinés à l'association humanitaire Raoul KANAZI qui œuvre au NIGER et pour les S.D.F. à Marseille.



Légende:

📍 Emplacement des
jalonneurs