

4ème TRAIL DU MONT ST QUENTIN Samedi 7 juin 2008



*à 17h00 : départ du 25km
à 17h20 : départ du 15km
Salle polyvalente de Plappeville*



**Vous pensez à quoi en voyant cette photo ? Trop facile... !
NOTEZ bien la date du Trail du Mont St Quentin**

Samedi 7 juin 2008 à 17h00 (25km) et 17h20 (15km)

XX

**Mais une autre date est également à noter
(Ne partez pas trop tôt en vacances)**

Le **Samedi 5 juillet 2008** aura lieu :

LA MARIOLE

**En soirée, en collaboration avec Tom'Course et le foyer de Marieulles
où le départ et l'arrivée y seront jugés**

Deux courses « nature » inédites dans la région :

- 1) A 18h00 : 13,3km exclusivement réservée **aux féminines**
- 2) A 18h15 : 13,3 km exclusivement réservée **aux hommes déguisés !**



LES COURSES : le samedi 7 juin 2008 à 17h00 (25km) et 17h20 (15km)

Départ et arrivée devant la salle polyvalente de Plappeville (57), à 5km au N/O de Metz.
Courses natures sur un tracé vallonné, comportant 550m de dénivelé cumulé positif pour les 25km.
Vous courrez 22km sur de sympathiques sentiers et chemins à travers le mont St Quentin.

Ambiance conviviale

1,00€par coureur sera reversé à l'association Metz-Diabète

Chaque coureur terminant l'épreuve recevra un cadeau souvenir.

Remise des récompenses prévue vers 20h00 :

- coupes et bons d'achats pour les podiums et pour la première équipe
- un souvenir pour toutes les féminines
- par tirage au sort, plusieurs paires de Running, des ensembles short-débardeur et différents lots (présence obligatoire)

L'organisation décline toute responsabilité en cas de vol

Pour tous renseignements complémentaires :

Magasin Tom Course 03 87 63 00 79

BULLETIN D'INSCRIPTION

NOM :

PRENOM :

ADRESSE :

CODE POSTAL :

COMMUNE :

ANNEE de NAISSANCE (à partir de la catégorie junior 1989-90) :

LICENCE FFA N° :

CLUB :

Ou obligatoirement :

CERTIFICAT MEDICAL ou LICENCE autre Fédération Sportive (ou photocopie)

Inscription = **8,00€avant le 4 juin 2008**, uniquement par chèque à l'ordre de Tom'Course

ou sur

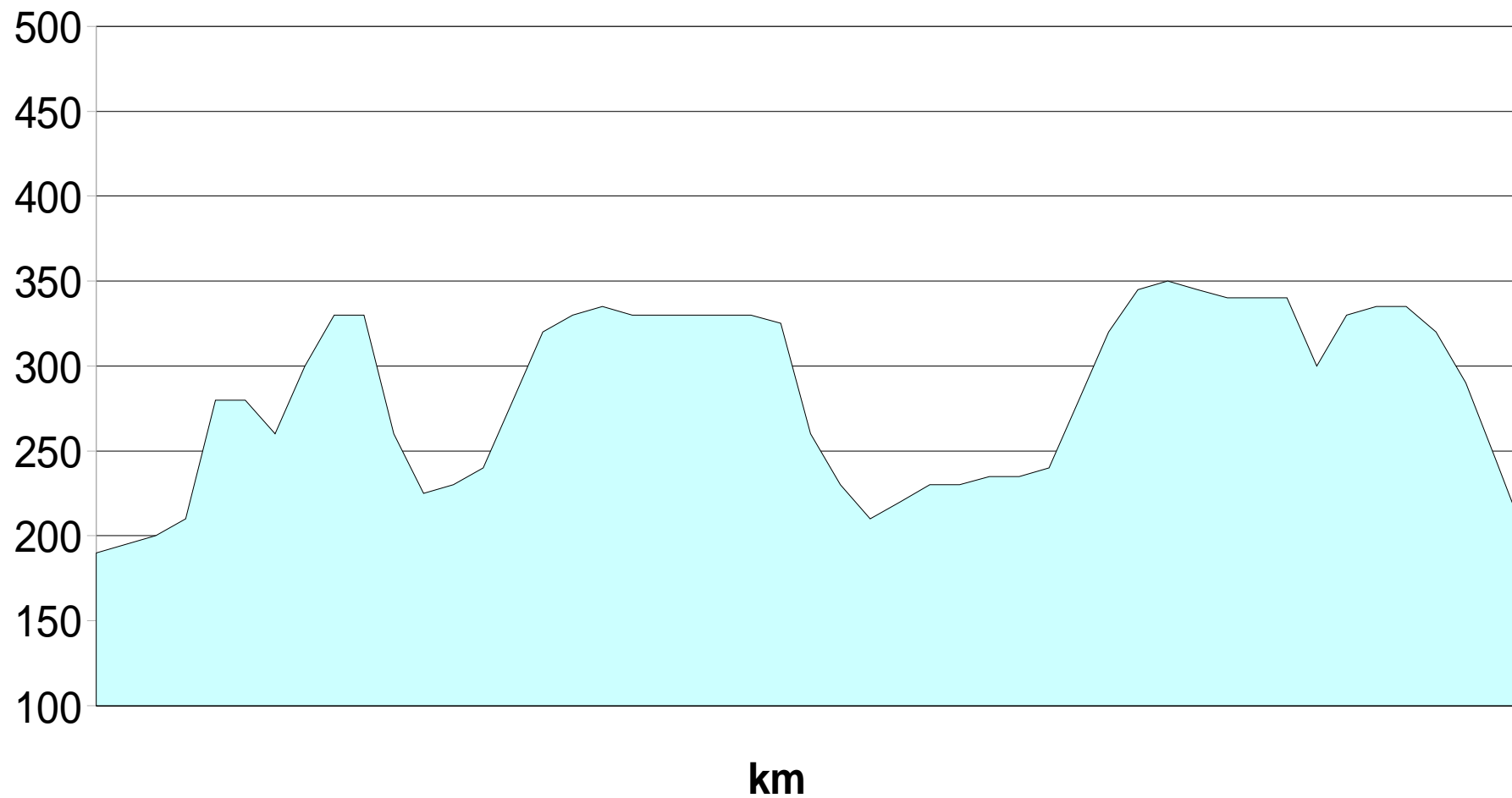
www.le-sportif.com

10,00€le jour de la course

A adresser à :

M. Wibratte Jean-Luc 76 rue de la Cheneau 57070 Metz

Dénivelé Trail du St Quentin 25km Départ et arrivée à Plappeville



2,5
30