

Adresse de correspondance :
JSCACVS - "La Coulainaise Vallée de la Sarthe"
 5 allée de la Ménardière
 72220 LAIGNÉ EN BELIN
 Tél. : 02.43.95.59.05
 e-mail : lacoulainaise.inscription@ac-vallee-sarthe.com

Informations :
 e-mail : lacoulainaise.info@ac-vallee-sarthe.com

Réglement **avant le 26 mars 2010** à l'ordre de : **JSCACVS**

Licencié FFC, UFOLEP, FSGT et FFtri : joindre **obligatoirement** une photocopie de la licence 2010.
 Non licencié ou FFCT : joindre **obligatoirement** un certificat médical datant de moins de 3 mois.

L'engagement est ferme et définitif.
 Il ne peut faire l'objet du remboursement pour quelque motif que ce soit.
 Tout bulletin incomplet et/ou avec pièce manquante ne sera pas pris en considération.

Date limite fixée au 26/03/2010. Au delà engagement sur place majoré de 3€.

Informations
 et
Engagement

Sur Internet
<http://lacoulainaise.ac-vallee-sarthe.com>
 ou <http://www.ac-vallee-sarthe.com>

La 
Coulainaise
 Vallée de la Sarthe

Samedi
03 avril
2010

CYCLOSPORTIVE

1ère manche

TROPHÉE LABEL D'OR



et

1ère manche

TROPHÉE DE L'OUEST

153 km
 et
97 km

Départ
 12h00 et 12h30

Inscriptions
 de 18 à 27 €

Bulletin *d'inscription*

Je m'inscris pour : La Coulainaise Vallée de la Sarthe - 153 km
 Rando sportive La Coulainaise Vallée de la Sarthe - 97 km

NOM | Prénom :

Date de naissance : Sexe : M F

Adresse complète :

Code postal : Ville :

Téléphone : Groupe sanguin :

Fédération : Catégorie :

Club :

E-mail :

Licencié FFC
 150 km 25 €
 100 km 20 €

Autre licencié
 150 km 26 €
 100 km 21 €

Non licencié ou FFCT
 150 km 27 €
 100 km 22 €

Femme
 -2€

Repas accompagnateur + boisson 9€ X

sur place
 +3€



Coulaines
 SPORT

LUCIE
 Union des Communes Intercommunales
 du Centre de la Sarthe (U.C.I.S.)



“La Coulainaise Vallée de la Sarthe” est une épreuve cyclosportive ouverte à tous cyclistes (hommes ou femmes) âgés(es) de 18 ans et plus pour le 153 km et à partir de 16 ans pour le parcours de 97 km.

Elle est organisée par les JS Coulainnes AC Vallée de la Sarthe sous l'égide de la Fédération Française de Cyclisme. Epreuve du Trophée Label d'Or et du Trophée de l'Ouest 2010.

Les participants sont répartis en 12 catégories.

Dames : **W1:** 18 à 39 ans **W2:** 40 ans à 49 ans **W3:** 50 ans et + **WH:** Handisport

Hommes : **A:** 18 à 29 ans **B:** 30 à 39 ans **C:** 40 à 49 ans **D:** de 50 à 59 ans

E: 60 ans et + **Z:** 1ère et 2ème catégorie **H:** Handisport

T: Tandem

* Les licenciés Elite Professionnel peuvent participer mais ne seront pas pris en compte dans le classement du Trophée Label d'Or

Dossards

La remise des dossards et cartes de route se fera le samedi 03 avril de 9h00 à 11h45 à la salle Henri Salvador, rue de la Gironde à COULAINNES.

Horaires

Départ à 12H00 pour le 153 km et 12H30 pour le 97 km, rue de Paris.

Inscriptions

A l'aide du feuillet détachable, à retourner dans les délais (voir bulletin)

Ou bien par internet: www.ac-vallee-sarthe.com ou www.velo101.com.

Le montant de l'inscription comprend :

- boissons chaudes à l'accueil
- Ravitaillement sur les parcours
- Chronométrage Electronique
- Vestiaires, douches et repas chauds
- Diplômes et résultats informatique
- Envoi d'un journal avec classement

Attention ! Pour des raisons de sécurité, nous vous rappelons que pour l'édition 2010, sur le grand parcours les partants seront séparés en 3 groupes en fonction de leur catégorie d'âge, chaque départ se fera avec 2 minutes d'interval.
Départ 12h00 : Cat. W1, W2, W3, WH, H, D et E
Départ 12h02 : Cat. C
Départ 12h04 : Cat. B, A, T et Z

Disqualifications

- Non respect des règlements.
- Tout participant pointé à moins de 25 km/h de moyenne pourra continuer le parcours sous sa seule responsabilité. Voitures suiveuses interdites.

Sécurité

Cette épreuve n'étant pas une compétition les participants doivent respecter le Code de la Route (le parcours reste ouvert à la circulation dans les 2 sens). Le non-respect de ce code engage la responsabilité de son auteur.

Le fait de s'inscrire indique que le participant a pris connaissance de ce règlement et en accepte les clauses. Le port du casque rigide est obligatoire.

Hébergements

Formule 1 LE MANS Nord (Tél.0891705269)

Fashôtel LE MANS Nord (Tél.0243525000)

Première Classe LE MANS (Tél.0243241941)

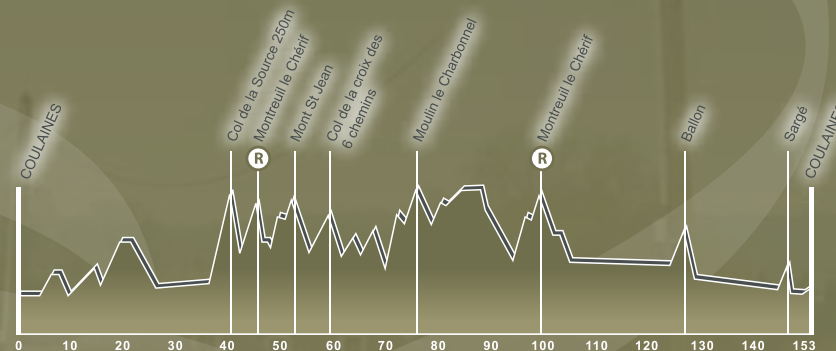
B&B Hôtel LE MANS Nord (Tél.0892782929)

IBIS LE MANS Est (Tél.0243231823)

Kyriad LE MANS (Tél.0243725500)

Parcours et dénivelé

Le parcours de La Coulainaise sillonne la Vallée de la Sarthe en direction des Alpes Mancelles. Après 35 km le circuit emprunte deux cols dont le Col de la Source, altitude de 247 m Dénivelé total positif de 1600 m pour le 153 km et 900 m pour le 97 km.



Calendrier Trophée de l'Ouest 2010

03 avril : La Coulainaise Vallée de la Sarthe

10 avril : La Bernard Bourreau

15 mai : La Michel Grain

30 mai : La Morbihannaise "Jean Floc'h"

05 juin : La Rand'Océane

19 juin : La Bernard Hinault

20 juin : La Ronde Chatelleraudaise

20 août : La Cyclo Morbihan

29 août : La Saumuroise

04 septembre : La Jean Cyril Robin

09 octobre : La Vel'Automne

Partenaires

