



Courir et Découvrir vous propose de participer à

# L'étoile de Nant



Dans le département de l'AVEYRON (12)

Du **6 avril** (lundi de Pâques) au **11 avril 2015**

Sous forme d'un trail par étapes en étoile sur 6 jours. **Ouvert à tous !**

**VIRGINIE COVIGNON** marraine de l'étoile de Nant



2 formules différentes vous sont proposées :

Formule A « la sportive » avec des étapes variant chaque jour entre 40 et 60km

\* Formule B « la découverte » avec des étapes variant chaque jour entre 15 et 25km

500€ / pers tout compris avec hébergement en pension complète au centre de vacances : le Roc Nantais

Renseignement et Inscription : [www.couiretdecouvrir.com](http://www.couiretdecouvrir.com)



# Bulletin d'inscription



**A retourner accompagné du règlement  
A Philippe Delachenal, courir et découvrir  
200 rue des ponants  
73250 St Pierre d'Albigny**

Nom : .....

Prénom : .....

Sexe :  M  F (cocher la bonne réponse)

Né(e) le : .....

E-mail : .....

Adresse : .....

.....

Code postal : .....

Ville : .....

Tel mobile : .....

Club ou association : .....

Il est nécessaire de présenter un certificat médical de non contre- indication à la course à pied datant de moins de un an à la date de la manifestation

## Choix de la formule

**Formule A** : 5 ou 6 étapes (au choix) de 45 à 60 km et entre 800m+ et 2000m+ pour la grande étape du Mont Aigoual avec 1 ravitaillement sucré salé à mi-parcours  
Départ de chaque étape à 8H le matin du centre de vacances : Le Roc Nantais

**Formule B** : 5 ou 6 étapes (au choix) de 17 à 25 km et entre 400m+ et 800m+ avec 1 ravitaillement sucré à mi-parcours  
Départ de chaque étape à 8h30 le matin du centre de vacances : Le Roc Nantais

Nous vous proposons une formule tout compris avec l'hébergement en pension complète, les différentes formules A ou B, les animations soirées à thème

**En option : visite du patrimoine culturel et gastronomique**

**TARIF D'INSCRIPTION** : 500€ tout compris avec les transports lors de la 3ème étape et les visites, chèque à l'ordre de courir et découvrir et à envoyer à Philippe Delachenal (voir adresse ci-dessus)

L'association courir et découvrir fondée en 2003 est spécialisée dans l'organisation des courses par étapes plus particulièrement en montagne et surtout sur la grande traversée des Alpes, elle est toutefois tombée amoureuse en 2013, de la région de Nant lors d'un passage au centre de vacances : Le Roc Nantais, elle souhaite avec l'aide des acteurs locaux vous faire mieux découvrir cette merveilleuse région

Date limite d'inscription : 28 février 2015