

# La Bigoudène

Eckmühl

Penmarc'h

La Torche



Pont-l'Abbé

le 6 Octobre

Challenge Breton  
des courses en fauteuil

[www.labigoudene.org](http://www.labigoudene.org)



## La Bigoudène

s'associe à un projet de L'AFIDESA

Action finistérienne pour

le développement du Sanguié

« Équiper des écoles et des collèges

du Burkina Faso en matériel sportif »



**E. Leclerc**  
HYPERMARCHÉ  
PONT L'ABBÉ

**Le Télégramme**



le cœur

# La Bigoudène - Le 6 octobre 2013



## Randos La Bigoudène 14 et 25 km

**La Torche - Pont-l'Abbé - 14 km de la pointe de La Torche à Pont-l'Abbé**  
Départ ouvert de 8h à 10h

**Eckmühl - Pont-l'Abbé - 25 km du phare d'Eckmühl à la rivière de Pont-l'Abbé**  
Départ ouvert de 8h à 10h

- Inscription pour tous au Triskell à Pont-l'Abbé de 8h à 10h45 (pour les – de 15 ans , don de 1 € à déposer sur place).
- Navettes par car au départ de Pont-l'Abbé à partir de 8h.

## Courses Jeunes - En ligne à partir de 11h10 - (Don de 1 € pour à déposer sur place)

- 1000 m : Filles (2005-2004). Départ : rond-point de Leclerc, à 11h10.
- 1000 m : Garçons (2005-2004). Départ : rond-point de Leclerc, à 11h20.
- 1000 m : Filles (2003-2002). Départ : rond-point de Leclerc, à 11h30.
- 1000 m : Garçons (2003-2002). Départ : rond-point de Leclerc, à 11h40.
- 1700 m : Garçons et Filles (2001-2000). Départ : rond-point de St-Jean, à 11h45.
- Certificat médical ou licence de sport de moins d'un an à fournir à l'inscription.
- Inscription ouverte à partir de 9h et jusqu'à 45 min avant le départ de la course.
- Un trophée sera décerné à l'école la plus représentée sur les 1000 m.

## 5 km La Bigoudène

**Plomeur - Pont-l'Abbé - Départ 12h**

- Ouvert à tous à partir de 14 ans (1999) avec certificat médical ou licence FFA.
- Inscription ouverte de 9h jusqu'à 11h05, 1€ pour les moins de 16 ans (8 € pour les autres participants).

## 10 km Marche sur route Compétition ou Randonnée - Marche Nordique

**La Torche - Pont-l'Abbé - Départ 12h**

- Distance marchée sous forme compétition ou randonnée.
- Compétition : marche chronométrée et classement. Certificat médical obligatoire ou licence.
- Coupe au premier de chaque catégorie - Prix au scratch : 60 €, 40 €, 20 €.
- Randonnée : marche libre, pas de classement. Inscription sans condition particulière.
- Pour tous retrait du dossard à Pont-l'Abbé, clôture à 10h45 (pour les – de 15 ans , don de 1 € à déposer sur place).

## 10 km La Bigoudène

**La Torche - Pont-l'Abbé - Départ 13h30 - Championnat du finistère du 10km**

- Chronométrage dossard à puce.
- Classement individuel H/F : Cadet, Junior, Espoir, Senior et Vétérain 1/2/3/4/5.
- Ravitaillement au départ, 3<sup>e</sup> km, 6<sup>e</sup> km, 8<sup>e</sup> km et à l'arrivée.
- Classement par équipe sur 4.
- Retrait des dossards à Pont-l'Abbé, clôture à 12h15.
- Record masculin : 29 min 52 sec – Alain DOUGUET (2000).
- Record féminin : 33 min 52 sec – Karine PASQUIER (Endurance72 - 2010).
- Départ sur 2 lignes face à face (ligne côté mer toutes catégories Femme et Hommes de plus de 50 ans et ligne côté terre toutes catégories Hommes de moins de 50 ans).



## 21,1 km La Bigoudène

**Eckmühl - Pont-l'Abbé - Départ 14h45 - Handisport 14h35 - Championnat du finistère du 21km**

- Classement individuel H/F : Junior, Espoir, Senior et Vétérain 1/2/3/4/5.
- Ravitaillement au départ, 4<sup>e</sup> km, 8<sup>e</sup> km, 11<sup>e</sup> km, 14<sup>e</sup> km, 17<sup>e</sup> km, 19<sup>e</sup> km et à l'arrivée.
- Classement par équipe sur 4.
- Retrait des dossards à Pont-l'Abbé, clôture à 13h.
- Record féminin : 1h17min 00 - Nancy OMWENGA - (endurance 72)
- Record masculin : 1 h 07 min 04 - Said EF FADIL - AS CHU Nantes - (2012)



## Logistique

### Transport des coureurs et randonneurs par cars

- Navettes au départ de Pont-l'Abbé à partir de 8h, à côté de la gare routière.
- Navettes retour vers La Torche après 15h.
- Navette retour vers Eckmühl après 17h.

### Vestiaires et transport des sacs

- Un espace pour le dépôt des sacs sera aménagé à La Torche et au départ du phare d'Eckmühl.
- Des véhicules ramèneront les sacs à Pont-l'Abbé.

## Récompenses

### T-shirt et pot de l'amitié à tous les arrivants

#### Primes 10 km et 21,1 km

"Prime au record Homme et Femme sur 10 et 21,1 km : 300 €"

Prix	1 <sup>er</sup>	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11 à 20
<b>Homme</b>	300	200	150	100	80	60	50	40	30	30	20
<b>Femme</b>	300	200	150	100	80	60	50	40	30	30	
<b>Handisport sur semi</b>	60	50	40	30	20						

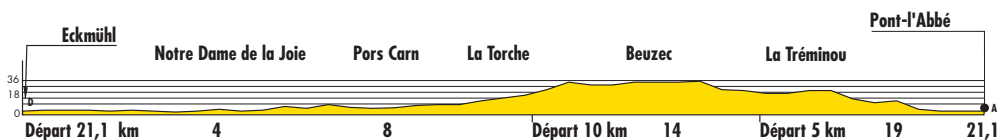
Prime aux 3 premières équipes : 120 €, 100 €, 80 €.

### Coupe au 1<sup>er</sup> de chaque catégorie :

Cadet (10 km) - Junior - Espoir - Senior - Vétéran 1/2/3/4/5, Hommes et Femmes.  
Le semi-marathon servira de support au challenge breton des courses en fauteuil.

### Profils 5 km, 10 km et 21,1 km

Dénivelé 10 km : -1,1 m/km et dénivelé 21,1 km : 0 m



### Course et marche

Offre abonnement **journal + numérique**  
l'info vous suit partout

ABONNEMENT  
AU JOURNAL  
7j/7  
= ACCÈS GRATUIT  
WEB, PDF, IPAD  
ET MOBILE

Toutes les infos sur [letelegramme.com](http://letelegramme.com)



Réseau Social Breton depuis plus de 70 ans.

# La Bigoudène - Le 6 octobre 2013



## Inscription – Tarifs – Infos

	INSCRIPTION		RETRAIT DES DOSSARDS
	Avant le mardi 1 <sup>er</sup> octobre	Sur place dimanche 6 octobre	Dimanche 6 octobre au Triskell à Pont-l'Abbé
<b>Randos</b>	8 €	8 €	De 8h à 10h45
<b>5 km</b>	8 € (1€ pour les -16 ans)	+ 1 €	De 9h30 à 11h
<b>Jeunes</b>		don de 1 € pour l'Afidesa	De 9h à 11h
<b>Marche 10 km</b>	8 €	+ 3 € (sauf rando)	De 8h à 10h45
<b>10 km</b>	11 €	+ 3 €	De 9h30 à 12h
<b>21,1 km</b>	13 €	+ 3 €	De 9h30 à 13h

## Renseignements - Infos

- Tél. 02 98 54 53 46 - Internet : <http://cabigouden.free.fr> ou [www.labigoudene.org](http://www.labigoudene.org)  
- E-mail : [c.a.bigouden@orange.fr](mailto:c.a.bigouden@orange.fr)

**Inscription en ligne** sur le site : <http://www.yanoo.net>

ou par courrier avec le bulletin ci-dessous

## Bulletin d'inscription avant le mardi 1<sup>er</sup> octobre 2013

### À compléter et à adresser avec le chèque d'engagement

à l'ordre de :

**"La Bigoudène"**

à l'adresse suivante :

**Monsieur Pierre COCHOU**

**CA Bigouden - 13, rue des Bruyères - 29710 Plogastel-Saint-Germain**

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Randos (8 €)                             | <input type="checkbox"/> 21,1 km Course (13 € + certificat médical)   |
| <input type="checkbox"/> Marche-Rando 10 km (8 €)                 | <input type="checkbox"/> Marche Compétition 10 km (8 € + certificat médical)  |
| <input type="checkbox"/> Course Jeunes (certificat médical)       | <input type="checkbox"/> 5 km (8 € + certificat médical)  |
| <input type="checkbox"/> 10 km Course (11 € + certificat médical) | <input type="checkbox"/> Coureurs licenciés sport adapté :<br>4 € pour les randos et la marche,<br>6 € sur 10 km et 7 € sur 21,1 km |

Nom : ..... Sexe : H  F

Prénom : ..... Année de naissance : .....

Adresse : .....

Club, asso, entreprise ou ville : .....

N° de licence FFA saison 2013/2014 (photocopie à joindre) :

### Autorisation parentale à joindre pour les mineurs.

**Certificat médical** : les licenciés F.F.A. doivent joindre la copie de la licence 2012/2013 ou celle d'un certificat médical.

Les non-licenciés F.F.A. doivent fournir une copie de certificat de non contre-indication de la pratique de la course à pied en compétition de moins d'un an à la date de l'épreuve.

### Article 6, loi du 23 mars 1999 sur la protection de la santé des sportifs.

**Responsabilité civile** : le C.A.B. est couvert par une police souscrite pour cette manifestation.

**Individuelle accident** : les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence.

Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.