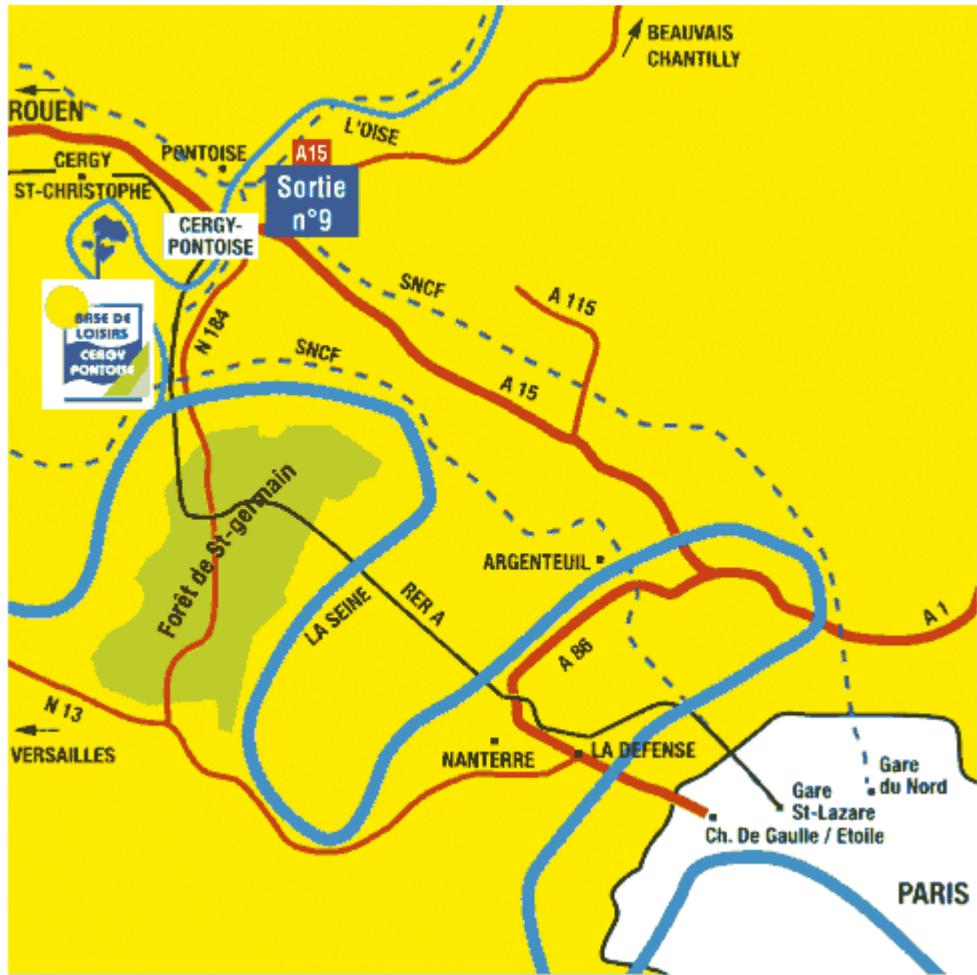


## PLAN D'ACCES



Base de Loisirs de Cergy  
Rue des Etangs  
95000 CERGY

Tél : 01 30 30 21 55   Fax : 01 30 31 37 24

**Par la route**, de Paris : Autoroute A15, sortie n° 9 direction Cergy, puis suivre le fléchage « les étangs de Cergy-Neuville ».

**Par le RER** : RER A, Cergy-Préfecture, puis bus n°48, arrêt base de loisirs.

**Par le train** : de Paris St Lazare, Cergy Préfecture, puis bus n° 48.  
de Paris gare du Nord, Pontoise, puis bus n° 45 et 48.

**RUN AND BIKE ECO-CITOYEN**  
Par équipe de 2  
Ouvert à tous à partir de 15 ans



**A l'occasion des JEUX OLYMPIQUES de LONDRES**

**ETAPE DU VAL D'OISE**  
**DIMANCHE 22 JUILLET 2012**  
**de CERGY à THEMERICOURT**



**RUN AND BIKE**

**QUIZZ sur le développement durable et le sport santé**

**Tarif : 30 € pour 2 personnes**  
**Inscription : jusqu'au 30 juin 2012**



Renseignements et informations : 01 30 31 89 38  
Courriel : loquien.ufolep@ligue95.com

Ne pas jeter sur la voie publique

# RÈGLEMENT

- \* EPREUVE PAR EQUIPE DE 2 OUVERTE A TOUS A PARTIR DE 15 ANS.  
MIXITE POSSIBLE.
  - \* FOURNIR UN CERTIFICAT MEDICAL DE NON CONTRE INDICATION A LA PRATIQUE DE LA COURSE A PIED ET CYCLISME EN COMPETITION DE MOINS D'UN AN OU UNE PHOTOCOPIE DE LA LICENCE UFOLEP OU FEDERATION SPORTIVE FRANCAISE CONCERNEE (EN COURS DE VALIDITE).
  - \* AVOIR SON VTT ET CASQUE.
  - \* AUTORISATION PARENTALE POUR LES MINEURS.
  - \* CLASSEMENT PAR EQUIPE AU NOMBRE DE POINTS :
    - . Points attribués selon l'ordre d'arrivée (pas de chronométrage).
    - . Points attribués sur les questionnaires Développement durable et sport santé.

LES ORGANISATEURS SONT COUVERTS PAR UNE POLICE D'ASSURANCE SOUSCRITE AUPRÈS DE L'ASSUREUR DE LA FÉDÉRATION.

**Trajet retour en bus possible pour les personnes à pieds.**

**Etude en cours pour les vélos.**

- . Aucun certificat médical ne sera renvoyé.
  - . Aucun remboursement en cas de non participation.

\*\*\*\*\*

## Départ 10 heures

**Départ :** Base de Loisirs de Cergy - centre nautique.

Arrivée : Maison du Parc à Théméricourt.

## Parcours RUN and BIKE : 20 km

**REPAS (possibilité de commander un panier repas) : 12 €**

Capitaine d'équipe	Prénom	Age																								
Adresse : N°	Ville	Tél.																								
Code Postal																										
Adresse e-mail																										

**RENDRE** à : IIEQ/EP - 4 rue Berthelot - 95300 PONTOISE avant le 30 juin 2012

- Bulletin d'inscription,
  - Chèque de 30 € par équipe et 12 € par panier repas à l'ordre de l'UFOLEP Val d'Oise,
  - Photocopie licence en cours ou certificat médical.