

## L'EPREUVE

### BUT DE CETTE EPREUVE :

Cette épreuve s'adresse à tous : skieurs, randonneurs, sportifs de toutes disciplines désirant simplement découvrir la forêt après l'hiver sur un parcours bucolique, ou sportifs de haut niveau souhaitant réaliser une préparation à une altitude variant de 970 à 1214 mètres.

Les organisateurs souhaitent réaliser une compétition à caractère convivial.

### DEROULEMENT DE L'EPREUVE :

L'épreuve est chronométrée sur une seule boucle de 21.495 km. Le départ est donné devant le Centre Accueil Montagnard à 9 heures.30 Le parcours, empruntant des pistes forestières goudronnées ou non, des sentiers, est balisé. Les contrôles et ravitaillements sont indiqués sur le plan affiché au départ. Les derniers kilomètres à parcourir sont bornés.

### LE MATERIEL :

Chaussures légères ou training. Pas de chaussures à pointes en raison des passages goudronnés.

### LE PARCOURS : lieux-dits

Giron village - Le Bugnon - Le grand pré - Les cinq chalets - Le pas du bœuf - L'achat - Crêt de l'Auger - La Biche - Buclalou - La Caserne - Les Abrans - Le Magouillas - la maison forestière - Combe froide - Maison brûlée - La Roche Fauconnière - Le Grepey - Giron .

### DENIVELEE :

Longueur : 21.495 km  
Montée 739 m  
Descente 739 m

Altitude :  
Minimum : 970m  
Moyenne : 1214m  
Maximum : 1214m

### LIEU : GIRON se situe à :

50 km de Genève ⇒ Lyon  
20 km de Nantua - Saint Claude-Oyonnax (A 404)  
60 km de Bourg en Bresse ⇒ Genève  
90 km de Mâcon ⇒ Genève  
100 km de Lyon ⇒ Genève (A 42 ⇒ A 40) sortie  
St germain de Joux RN 1084 ⇒ Bellegarde  
Entrer dans St Germain de Joux, vers l'église  
prendre  
D 55a ⇒ Giron

## L'ACCUEIL

**Départ 9h30 heures**

**Arrivée entre 11 heures et 12 heures**

**Nouveau parcours**

### Inscriptions sur place le jour même

### Participation :

Catégorie juniors à vétérans 21 km495.....15 €

### Catégories selon règlement FFA

**Récompenses :** Coupes et médailles uniquement (pas de primes)

**Résultats :** après la course sur place

Classement par catégorie

Classement vétérans

### **DOUCHES au Centre Accueil Montagnard**

Hébergement complet (repas du soir, nuit, petit déjeuner)

sur réservation au :

**Centre Accueil Montagnard**

Tél. 33(0)4.50.59.81.25 Fax. 33(0)4.50.59.84.61

<http://www.giron-1000.com>

e-mail : [secretariat.cam@giron-1000.com](mailto:secretariat.cam@giron-1000.com)

### **Repas de midi sur réservation le matin même**

**Epreuve comptant pour le challenge des courses hors stade  
et le challenge de la montagne**

# Bulletin d'inscription Cross / Trail de la BICHE 04 juillet 2010

DIMANCHE 04 JUILLET 2010

Départ 9 Heures 30

à GIRON



Club..... n°  
**dossard**  
n° de licence.....  
Nom.....  
Prénom.....  
Adresse.....  
Né (e) le.....



Boucle unique 21.495 km

Catégories\* (cerclez la catégorie et le sexe)

F ou M Jun Sen V1 V2 V3 V4

L'inscription à l'épreuve et la délivrance du dossard sont subordonnés à la présentation d'un certificat médical de non contre indication à la course à pied datant de moins d'un an ou sa copie certifiée pour les non licenciés. Les licenciés (tout sports) doivent présenter leur licence de l'année en cours munie de leur visa médical. Loi 99-223 du 23/05/1999

A Giron le .....2010

Ci-joint la somme de 15€ pour la participation à l'épreuve  
Signature du concurrent

## CROSS - TRAIL DE LA BICHE

NOUVEAU PARCOURS 21,495 km

ORGANISATION U.S GIRON 1000

ALBANO François 6 rue de l'industrie 01100 OYONNAX

Tél./Fax. : 33(0)4.74.73.91.44

courriel: [usgiron@orange.fr](mailto:usgiron@orange.fr)

Venez nous voir sur : <http://sportive.giron-1000.com> dernières nouvelles