|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| NOVEMBRE 2018. | Horaires . | Départ/Arrivée | Points de rencontre | Observations |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Jeudi 01 | 09h00-11h00 | La Brosse-Montceaux | Parking routier Périchois |  |
| Samedi 03 | 09h00-11h00 | Salins | Parking de la poste |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Lundi 05 | 09h00-11h00 | Cannes-Ecluse | Place Miramon |  |
| Jeudi 08 | 09h00-11h00 | La Tombe | Parking de l'église |  |
| Samedi 10 | 09h00-11h00 | Fontainebleau | Rond point de la croix de Montmorin | Jean-François. |
| Samedi 1010ème éditionTrail de la croix de FerAMériot (10)Loisir ou compétition.Affiche-pdf.jpg | Situation géographique: Le Mériot est situé dans le département de l'Aube près de Nogent sur Seine.Cet événement ce décline en deux épreuves.* Un trail de 16 km empruntant les sentiers et chemins du Nogentais et de la Vallée de la Seine où un classement sera établi. Aucune barrière horaire.

L'épreuve sera donné à 19h00 devant la salle polyvalente du PLESSIS-MERIOT Montant de l'inscription: 12 € \* avant le 07 novembre et 15 €uros sur place. Je vous laisse le soin de vous inscrire. \* Pris en charge par le club.* Une rando de 09 km en autosuffisance. Pas de classement, ni barrière horaire.

L'épreuve sera donné à 19h00 devant la salle polyvalente du PLESSIS-MERIOT (derrière les coureurs)Montant de l'inscription: 05 €uros sans pénalité le jour de l'épreuve. Je vous laisse le soin de vous inscrire.Matériel obligatoire pour les deux épreuves: Une lampe frontale, téléphone, gilets fluo, nourriture. Les bâtons sont autorisés sur les 2 épreuves. Ne pas oublier le maillot du club et sa licence. Demandez un justificatif de paiement pour vous faire rembourser. Covoiturage: départ à 17h30 au 46 gde Rue à Bazoches-Lès-Bray pour ceux ou celles qui le souhaitent. Attention, peu de place de parking dans ce petit village. |
| -- | -- | -- | -- | -- |
| Lundi 12 | 09h00-11h00 | Marolles-sur-Seine  | Parking St Georges |  |
| Jeudi 15 | 09h00-11h00 | St Germain Laval | Parking du stade |  |
| Samedi 17 | 09h00-11h00 | Montereau | Parking des Noues |  |
| --- | -- | -- | -- |  |
| Lundi 19 | 09h00-11h00 | Forges | Parking salle des fêtes |  |
| Jeudi 22 | 09h00-11h00 | Courcelles-en-Bassée | Parking du cimetière |  |
| **Dimanche 25 Novembre**'Nordique Avonnaise'.AAvon.Loisir ou compétition20181125-2-numerisation.jpg | * **A 09h30**. (Place Carnot). La virée Avonnaise loisir (12 km) sans esprit de compétition.

------* **A 10h30**: (Place Carnot). La **Nordique Avonnaise (15 km)** classée en Label National une épreuve chronométrée ouverte à tous. Juges sur le parcours, empruntant le parc du Château de Fontainebleau.

Les personnes intéressées par l' une de ces épreuves veuillez m'avertir afin que le bureau puisse vous inscrire. Dernier délai le samedi 17 novembre. Pour les retardataires possibilité de s'inscrire sur place le jour de la course avec un tarif majoré de 04€uros.Covoiturage: Départ des Noues (covoiturage): 08h00.Autres infos: On n'oublie pas sa licence, maillot du club, bâtons, boissons, nourriture, chaussures de rechange. Pré-inscrits "Loisir": Christian, Pré-inscrits "Compétition": Alain, David,  |
| -- | --- | -- | -- | -- |
| Lundi 26 | 09h00-11h00 | Châtenay sur Seine | Parking salle des fêtes  |  |
| Jeudi 29 | 09h00-11h00 | Varennes sur Seine | Restaurant Shanghai Gourmet |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Samedi 08 décembre Trail nocturne du montois.A Donnemarie-Dontilly.Compétition.**17 km****affiche-nocturne-2019.jpg** | Distance: **17 km environ** en semi-autosuffisance. Marcheurs nordiques "tolérés''. Délais de course: 02h30.Départ/arrivée/retrait des dossards: Salle polyvalente de Donnemarie-Dontilly au 02 rue de Montpensier à côté sur supermarché Casino.Classements: Coureurs/marcheurs auront le même classement.Equipement obligatoire: Lampe frontale, gilet fluo, boisson, encas énergétiques. Portable. Ne pas oublier le maillot du club et sa licence. Demandez un justificatif de paiement pour vous faire rembourser. Montant de l'inscription: 15 €uros\* ou 20 €uros sur place. \* Prise en charge par le club. Je vous laisse gérer votre inscription.Covoiturage: Donnemarie-Dontilly étant à l'opposé de Montereau je me rendrais directement au départ de la course.Responsable de l'épreuve : Hervé Beaussart 06.63.19.10.02. Site web: <http://coursedumontois.e-monsite.com/> |