

ACCUEIL

Secrétariat, départs et arrivées :

Stade des Ormes

Rue de Lompret - 59160 Lomme

DÉPARTS

9h.....	1,5 Km
9h30.....	5 km
9h30.....	5 Km Couple
9h30.....	Randonnée
9h30.....	Marche Nordique
10h30.....	10 Km
11h45.....	Babyrando(7-10ans). 0,5 Km

INSCRIPTIONS

Par courrier ou sur place avant le Jeudi 9 Avril :

Ville de Lomme, Service Vie Sportive - Tél : 03.20.48.44.09

Piscine Municipale 433 Bis Av. de Dunkerque 59160 LOMME

En ligne : Ligue des Hauts de France d'Athlétisme

www.njuko.net/quandlommecourt2020 - Infos : www.quandlommecourt.fr

Vendredi 10 Avril de 18h à 21h à Intersport (Zone Commerciale du grand but à Lomme)

L'inscription sera remboursée :

- pour la course des 10 km pour tout achat dès 24 €

- pour la course des 5 km pour tout achat dès 18 €

Remboursement valable à partir du 10 avril et jusqu'au 31 Octobre 2020 « uniquement dans le rayon running, hors promotions, soldes, prix en baisses et premiers prix. Voir conditions en magasin. »

Samedi 11 Avril de 15h à 18h au stade des Ormes, rue de Lompret. Le jour de l'épreuve jusqu'à 30 minutes avant chaque départ sur site (avec majoration de 2€ uniquement pour les courses) **au stade des Ormes, rue de Lompret.**

TARIFS

0,5 Km <small>(enfants nés en 2009 et après)</small>	GRATUIT
1,5 Km <small>(enfants nés de 2005 à 2008 inclus)</small>	GRATUIT
5 Km	6 €
5 Km - Couple	11 €
Randonnée	3 €
Marche Nordique	3 €
10 Km	8 €

PARCOURS

Départ et arrivée au Stade des Ormes en circuit fermé et sécurisé. Macadam plat. Chaque kilomètre est indiqué. Pour le 10 km, le parcours comprend 2 boucles de 5 km. Mesurage officiel.

DOSSARDS

Remise des dossards sur place :

Vendredi 10 Avril de 18h à 21h chez notre partenaire Intersport Lomme, zone commerciale du Grand But. Samedi 11 Avril de 15h à 18h au stade des Ormes, rue de Lompret.

Lundi 13 Avril dès 8h et jusqu'à 45 minutes avant chaque départ au stade des Ormes, rue de Lompret.

ASSURANCE

Les organisateurs contractent une assurance responsabilité civile.

Responsabilité civile : Les organisateurs sont couverts par une police souscrite auprès de Macif Assurances.

Individuelle accident : Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

RAVITAILLEMENT

A l'arrivée pour les trois épreuves et au 5^{ème} Km pour le 10 Km.

VESTIAIRES

Sur le site départ/arrivée. Consigne avec tickets au Stade des Ormes. La responsabilité des organisateurs ne saurait être engagée en cas de perte ou de vol des objets laissés aux vestiaires.

RÉCOMPENSES

- **Lot sportif (et œufs de Pâques)** à tous les participants, toutes courses confondues.

- **Coupes et bons d'achat** chez notre partenaire sportif.

- **Médaille** à chaque arrivant des courses enfants.

- **Primes au scratch sur le 10 Km** (primes cumulables pour les athlètes régionaux).

- **Primes au scratch sur le 5 Km.**

- **Primes pour le record du 10 Km.**

- **Tombola gratuite**

Des lots, par tirage au sort, sont prévus pour tous les coureurs ou marcheurs inscrits, avant le jeudi 9 avril minuit toutes courses confondues.

En application de la législation, toute somme versée à un athlète doit être déclarée au Centre des Impôts et sera soumise à l'impôt sur le revenu.

RÉSULTATS

Dès 12h15 sur le site www.quandlommecourt.fr ou sur celui de la Ligue des Hauts de France d'Athlétisme www.lhdfa.org.

COURSE COUPLE

Ouvert à tous les couples (homme-femme, homme-homme, femme-femme). Franchissement de la ligne d'arrivée ensemble.

RANDONNÉE

Randonnée familiale sur le parcours de 5 Km dans le Parc Urbain (inscription obligatoire). Arrivée sans classement ni résultat (allure libre). Les randonneurs devront porter un dossard spécifique pour les différencier des coureurs. A l'arrivée, un couloir leur sera réservé.

MARCHE NORDIQUE

Randonnée marche nordique sur le parcours de 5 Km dans le Parc Urbain (inscription obligatoire). Arrivée sans classement ni résultat. Les marcheurs devront porter un dossard spécifique pour les différencier des autres participants du 5 km. A l'arrivée, un couloir leur sera réservé.

PARCOURS		
Course	Nbre de tours	Heure Départ
1.5 Km	1	9h00
5 Km	1	9h30
5 Km Couple	1	9h30
Randonnée	1	9h30
Marche Nordique	1	9h30
10 Km	2	10h30
Baby Rando	1	11h45



BABY RANDO

Course de 0,5 Km permettant aux enfants nés en 2009 et après, de pouvoir participer à l'événement. Allure libre, course ou marche.

CATEGORIES

Masculin et féminin

Benjamins	nés	en	2007/2008
Minimes	nés	en	2005/2006
Cadets	nés	en	2003/2004
Juniors	nés	en	2001/2002
Espoirs	nés	en	1998/2000
Seniors	nés	en	1985/1997
Masters	nés	en	1984 et avant

SÉCURITÉ

Assistance médicale sur le site départ/arrivée et sur le parcours, 1 médecin, équipe de secouristes, ambulance, commissaires de courses, signaleurs, police municipale et association Adenor.

INFOS PRATIQUES

Meneurs d'allure pour : 40 mn, 45 mn et 50 mn

10 Km SCRATCH (cumulables pour les régionaux) - Juniors - Espoirs - Séniors - Vétérans -						
Place	10 km		Régionaux - 10 km		Masters - 10 km	
	HOMMES	FEMMES	HOMMES	FEMMES	HOMMES	FEMMES
1	200 €	200 €	150 €	150 €	50 €	50 €
2	150 €	150 €	100 €	100 €	40 €	40 €
3	100 €	100 €	80 €	80 €	30 €	30 €
4	80 €	80 €	50 €	50 €	S/Catég. Masters - 10 km	
5	60 €	60 €	40 €	40 €	De M1 à M10, lot au premier de chaque catégorie – HOMMES	
6	50 €	50 €				
7	40 €	40 €	RECORDS 10 Km			
8	30 €	30 €	HOMMES	FEMMES	De M1 à M10, lot au premier de chaque catégorie – FEMMES	
9	Lot	Lot	150 €	150 €		
10	Lot	Lot				
11	Lot	Lot	5 Km - COUPLE		JUNIORS - 10 km	
12	Lot	Lot	CATEGORIE			
13	Lot	Lot	1 ^{er} couple H/F	Lot		
14	Lot	Lot	1 ^{er} couple F/F	Lot	HOMMES	FEMMES
15	Lot	Lot	1 ^{er} couple H/H	Lot	1 ^{er} - 50 €	1 ^{er} - 50 €
			5 Km - SCRATCH UNIQUEMENT		2 ^e - 30 €	2 ^e - 30 €
					3 ^e - 20 €	3 ^e - 20 €
					ESPOIRS - 10 Km	
		Place	HOMMES	FEMMES	1 ^{er} - 50 €	1 ^{er} - 50 €
		1	75 €	75 €	CADETS - 10 Km	
	1,5 Km - ENFANTS	2	40 €	40 €	1 ^{er} - 30 €	1 ^{er} - 30 €
		3	30 €	30 €	HANDISPORTS - 10 Km	
	Lots aux 3 premiers filles et garçons	4	Lot	Lot	1 ^{er}	150€
		5	Lot	Lot	2 ^e	100 €
					3 ^e	50 €
		1 ^{er} Handisp	50 €	50 €	LOT (Carte cadeau)	

PALMARÈS

Masculin : 1998 BELOVOL Vitaly : 32'26" • 1999 ROUDIK Micolai : 30'39" • 2000 AGHAD Mohamed : 30'31" • 2001 MUSYOKI Peter : 30'10" • 2002 MUSYOKI Peter : 30'17" • 2003 LAKHAL Irba : 29'59" • 2004 LAKHAL Irba : 29'20" • 2005 RUTO Dominic : 29'49" • 2006 BACHIRI Djamel : 30'11" • **2007 NDAYISENGA J.Berchmansbdi : 28'52" Record** • 2008 BACHIRI Djamel : 30'19" • 2009 BACHIRI Djamel : 29'09" • 2010 KIPROTICH Abraham : 29'21" • 2011 BACHIRI Djamel 29'31" • 2012 CHEROTWO Patrick 30'07" • 2013 NIZIYIMANA Ezekiel : 30'07" • 2014 KORIR Charles : 29'48" • 2015 KORIR Charles : 29'26" • 2016 KYENGO MUNYWOKI Joseph : 30'08" • 2017 MWENDWA MUTIE Tom : 29'11" • 2018 MWENDWA MUTIE Tom : 29'59" • 2019 MUTUKU MUTILI Dominic : 29'25"

Féminin : 1998 BELOVOL Tatiana : 37'30" • 1999 TIMKINA Larissa : 37'19" • 2000 PAUWELYN Monique : 38'42" • 2001 AFONJUSHKINA Ludmilla : 34'26" • 2002 KITAKA DOREEN Nduku : 36'13" • 2003 ORLOVA Elena : 35'07" • 2004 TIJTGAT Nathalie : 35'30" • 2005 KIPROP Helah : 32'59" • 2006 AMGHOUNH Latifa : 35'33" • 2007 VERTHE Sylvie : 34'27" • 2008 ANDRE Gaëlle : 37'40" • 2009 PELLEN Maryline : 34'09" • **2010 BARBISIO Agnès : 32'24" Record** • 2011 : AMGHOUGH Latifa 36'10" • 2012 : PELLEN Maryline 34'12" • 2013 Jamsin Lucie : 35'11" • 2014 BIKILA Tigist : 34'06" • 2015 LAGAT Evelyn : 34'13" • 2016 NEGASA Chalta : 34'58" • 2017 MACHARIA Lucy : 34'20" • 2018 GRUGURU GICHUMBI Jane 34'21" • 2019 GRUGURU GICHUMBI Jane 33'32"

HANDISPORT Masculin : 2000 VANDESOMPELE Paul-Philippe : 31'01" • 2003 MEHIAOUI Ali : 25'53" • 2004 VANDESOMPELE Paul-Philippe : 36'57" • 2005 MEHIAOUI Ali : 29'02" • 2006 MEHIAOUI Ali : 26'46" • 2007 MEHIAOUI Ali : 35'33" • 2010 MEHIAOUI Ali : 27'04" • **2011 MEHIAOUI Ali : 24'55" Record** • 2012 : MEHIAOUI Ali 28'30" • 2013 MEHIAOUI Ali : 29'40" • 2014 MEHIAOUI Ali : 28'18" • 2015 MEHIAOUI Ali : 30'19" • 2016 MEHIAOUI Ali : 34'22" • 2017 MEHIAOUI Ali : 30'45" • 2018 MEHIAOUI Ali : 35'27" • 2019 MEHIAOUI Ali : 29'38"

HANDISPORT Féminin : **2000 SACI Hafida : 33'43" Record**



Quand Lomme court

Qualification
Championnats
de France

10 km

10 km & Handisport

5 km

Individuel / Couple
Randonnée nature/
Marche Nordique

1,5 km

Course enfants

0,5 km

Baby rando

Inscriptions 03 20 48 44 09

quandlommecourt@mairie-lomme.fr - www.quandlommecourt.fr - ville-lomme.fr

