



LA MILHACOISE VERTE

9ème EDITION NOUVEAU PARCOURS



LE 19 JUIN 2022



Auberge à la Ferme

Le Château Vieux - 46300 Milhac
Menu + Carte - Repas groupes
Spécialités régionales
Tél. 05 65 32 26 79
Google maps N44.79206E1.35484



12 KM MARCHE et COURSE

Franck AUSSÉL
franck.aussel@gmail.com
PEINTURE DECORATION
PAPIER PEINT - REVETEMENT MURAL
RAVELEMENT DE FAÇADES
ISOLATION EXTERIEURE
"Les Auxillards" 46300 FAJOLES
05 65 57 54 06 - 06 71 78 58 79



DEPART PLACE DE LA MAIRIE DE MILHAC

COURSE 12 KM - 12 € / 14 € LE JOUR DE LA COURSE

RANDO et MARCHE NORDIQUE 10 €

Repas accompagnant 8 €

Casse croûte à l'arrivée limité aux 250 premiers inscrits

1 € par participant sera reversé à la Fondation PERCE - NEIGE



**Perce
Neige**



ASSURANCES

GOURDON

Vincent COMBES Daniel THERON


CAISSE D'EPARGNE
DE MIDI-PYRENEES
DIRECTION TARN & GARONNE QUERCY



De Hardi sarl 
ENTREPRISE GÉNÉRALE DU BÂTIMENT - GÉNIE CIVIL

Quartier Grimardet - 46300 GOURDON - Tél. 05 65 41 03 73 - Fax 05 65 41 40 57



S.a.S GARRIGOU
TP CARRIERES
LA FORET 24250 GROLEJAC 05 53 28 11 17

GODARD - CHAMBON & MARREL

LE SPÉCIALISTE
DU FOIE GRAS
ET DE LA TRUFFE

Route de Salviac - 46300 GOURDON - 05 65 41 03 97
www.foie-gras-godard.fr

Dimanche 19 juin 2022

Course «nature» de 12 km

Je soussigné (e) :

Nom : Prénom :

Date de naissance obligatoire : .. / .. / ..

Adresse :

.....

Adresse Mail

Catégorie : Sexe :

Club :

Licence FFA n° : (Joindre photocopie)

Ou photocopie du certificat médical (que nous conservons) de moins d'un an, mentionnant : absence de contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition.

Toute personne ayant une autre licence que celle mentionnée précédemment ou sans certificat ne prendra pas le départ de cette course.

INSCRIPTION COURREUR : 12Km course 12Km randonnée 12Km marche nordique

*Cocher la case correspondante

- Pré-inscription 12 Km : 12 € avant le 19 juin inclus et 14 € le jour de la course.

Randonnée 12 Km : 10 €

Marche Nordique 12 Km : 10 €

Repas accompagnant 8€

Licencié FFA (Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running, Pass' Running).

(Fournir une photocopie de la licence que les organisateurs conserveront)

Licencié FSCF, FSGT ou UFOLEP faisant apparaître la non contre-indication à la course à pied en compétition.

(Fournir une photocopie de la licence que les organisateurs conserveront)

Non licencié : fournir la copie d'un certificat médical de non contre-indication à la course à pied en compétition de moins d'un an.

ATTENTION !! Aucun autre document ne sera accepté pour attester de la présentation du certificat médical y compris les licences d'autres fédérations sportives (football, rugby, cyclisme, natation, montagne etc...).

* **Bulletin d'inscription et règlement (à l'ordre de S.C.G.A) à adresser à :**

Mme WEISZER Chantal, 1 rue des Lilas 46300 Gourdon

INFORMATION : course et marches ouvertes aux coureurs licenciés ou non à partir de la catégorie cadet.

Signature et autorisation parentale pour les mineurs.

Les organisateurs sont couverts par une assurance responsabilité civile. GROUPAMA

Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence.

Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

Remise des dossards de 8h00 à 9h15 -

DEPART du 12Km course et du 12KM randonnée: 9H30 à MILHAC, place de la mairie ARRIVEE : même endroit

PARCOURS : Une boucle de routes et chemins, vallonnée avec dénivélés.

1 RAVITAILLEMENT sur le parcours et à l'arrivée.

Prendre connaissance du règlement et du circuit.

***La Milhacoise Verte* - Courses « nature » du 12 km**
Dimanche 19 juin 2022

8h00 : inscriptions et remise des dossards sous chapiteau mairie de Milhac.

9h30 : 12 Km course

9h30 : 12 km marche et marche nordique :

Animation sur le parcours et sur la place de Milhac - Mr RETIF Cornemuse

Remise des récompenses.

- **Bulletin d'inscription et règlement (à l'ordre de S.C.G.A) à adresser à :**

Mme WEISZER Chantal, 1 rue des Lilas 46300 Gourdon

Mail : chantal.weiszer3105@orange.fr

Milhac se situe entre Sarlat et Gourdon

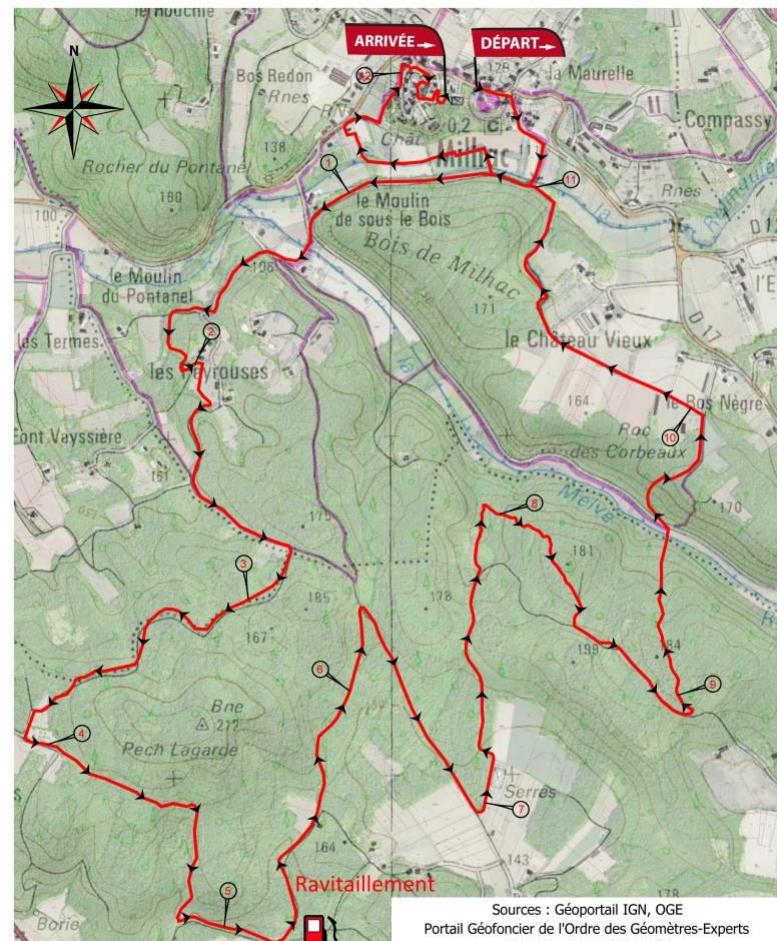
(A 12 km de Sarlat et 8 km de Gourdon)

12 Km course - Course comptant pour le challenge ADCPHS du LOT

LIEN 12 KM OPENRUNNER

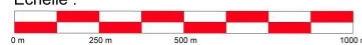
<https://www.openrunner.com/r/14516533>

Milhacoise Verte - 9° Édition - Dimanche 19 juin 2022



LONGUEUR DU CIRCUIT : 12,3 km
dn + 236 m / dn - 234 m

Unit 2



Sources : Géoportail IGN, OGE
Portail Géofoncier de l'Ordre des Géomètres-Experts
<https://www.geofoncier.fr/>

AGEFAUR
GÉOMÈTRES-EXPERTS
CONSEILLER. VALORISER. GARANTIR
GOURDON - SARLAT
SOUILLAC - LE BUGUE - ROUFFIGNAC



Règlement course

La Milhacoise



Epreuves

- 9h30 départ du 12 km (réservé aux ca,ju,es,se,ve)
- 9h30 départ de la marche et de la marche Nordique ouverte à tous.

Inscriptions

- Site internet : Bulletin d'inscription à télécharger sur : www.lamilhacoiseverte.fr
- Par internet : chantal.weiszer3105@orange.fr
- Par téléphone : 05.65.32.00.24 : 05.65.41.42.73
- Par courrier : Mme WEISZER Chantal, 1 rue des Lilas, 46300 Gourdon
- A Milhac : le jour de la course

Frais d'inscription

- Course 12 Km: 12 € (14 € le jour de la course)
- Marche et Marche Nordique 10 €

Assurance responsabilité civile

Le Sporting Club Gourdon Athlétisme est assuré par GROUPAMA

Récompense du 12 km course : coupes et lots divers

- 3 premiers hommes au scratch
- 3 premières femmes au scratch
- Le ou la plus jeune des participants
- Le ou la plus âgé des participants

Les récompenses ne se cumulent pas.

Sécurité :

Pour le 12 km course :

- Ouverture de la course par VTT
- Fermeture de la course par VTT
- Présence d'une équipe de secouristes
- Présence signaleurs à chaque carrefour

Divers

- Tous les participants s'engagent à respecter le code de la route, s'engagent à respecter l'environnement.
- L'organisateur se réserve le droit de publier les photographies des participants sauf avis contraire des intéressés lors de l'inscription.
- L'organisateur se réserve le droit d'annuler les épreuves si la sécurité des participants ne devait pas être parfaite et ceci pour quelques raisons que ce soit (météo, manque de sécurité ou de secouristes ...)