



CAP RUNNING IGNY

Inscription Individuelle Année 2021/2022

Renseignements :

Nom :

Prénom :

Sexe : Homme Femme Date de naissance :/...../.....

N° de téléphone :

Email :

Adresse :

Code postal / Ville :

Personne à contacter en cas de problème : Tel :

Certificat médical d'aptitude à la pratique de la course à pied délivré le : (Joindre une copie)

Pass sanitaire nécessaire pour l'inscription (de préférence avec vaccination complète)

Participation :

Groupe 1		Groupe 2		Groupe 3	
Mardi : 19h30 – 21h00		Mercredi : 19h30 – 21h00		Mardi : 19h30 – 21h00	
Samedi : 9h00-10h30		Samedi : 10h30-12h00		Jeudi : 19h30 – 21h00	
Niveau demandé					
Courir 10 km / 1h terrain plat		Courir 15 km / 2h terrains vallonné		Courir 25 km / 4h terrains très vallonnés	
Objectif					
Semi-marathons route ou trails 15/20 km terrains vallonnés		Trails 30/35 km terrains très vallonnés		Trails longue distance tous terrains	

- Dimanche matin (sortie loisir)

Cotisation

- Cotisation annuelle 180 €:
- T-shirt 25 €:
- Total :

Règlement : Chèque (à l'ordre de Cap Running Igny) espèce virement /..../

NB : J'ai pris bonne note du règlement et des obligations qui incombent aux membres que je m'engage à respecter.

Fait à Igny le :

Signature :