



CAP RUNNING IGNY

Inscription Individuelle Année 2022/2023

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)

Participation :

Groupe 1		Groupe 2		Groupe 3		Groupe 4	
Mardi 19h30 - 21h00		Mardi 19h30 - 21h00		Mercredi 19h30 - 21h30		Mardi 19h30 - 21h30	
Samedi 9h00 - 10h30		Samedi 09h00 - 10h30		Samedi 10h30 - 12h00		Jeudi 19h30 - 21h30	
				Dimanche matin		Dimanche matin	
Niveau demandé							
Savoir courir sur un sentier 8 km ou 45 mn		Savoir courir un trail en montagne de 15 km		Savoir courir un trail en montagne de 25 km		Savoir courir un trail en montagne de 35 km	
Objectif							
Trail de 15 km D+ 400m		Trail de 25 km D+ 1200 m		Trail de 35 km D+ > 2000 m		Trail de 50 km D+ > 3000 m	

* Possibilité de participer en complément à une préparation de course sur route sur des périodes dédiées en fonction des événements proposés par le Club.

Cotisation

Cotisation annuelle : 205 € incluant le tee-shirt du Club Cap Running Igny

Merci de cocher cette case si vous ne souhaitez pas le tee-shirt du Club, le montant de la cotisation dans ce cas s'élève à 180€.

Règlement : Chèque (à l'ordre de Cap Running Igny) Espèce Virement (RIB sur site Cap Running)

J'ai pris bonne note des informations relatives aux règles de fonctionnement du Club pour la saison 2022-2023 (Cf. site Cap Running) et je m'engage à les respecter.

J'accepte que mon image soit exploitée dans le cadre d'actions de promotion du Club sur le site Cap Running et/ou sur les réseaux sociaux.

Fait à Igny le :

Signature :