



COURSE A PIED

LA RONDE

SAINT-GEORGIENNE

10 KM
ET COURSES ENFANTS

16ÈME EDITION

ROAD-BOOK 2024



1 EDITO

2 PROGRAMME

3 ACCES

4 RETRAIT DES DOSSARDS

5 COURSES ENFANTS

6 ECOCUP

7 RAVITAILLEMENT

8 PLAN PARCOURS

9 REGLEMENT

10 TOMBOLA SOLIDAIRE

11 PODIUMS ET CATEGORIES

EDITO

Nous avons l'immense honneur et plaisir de souhaiter la bienvenue aux coureurs, accompagnateurs et spectateurs de notre édition 2024 de la Ronde Saint-georgienne.

Le dimanche 12 mai 2024, toute l'équipe organisatrice vous accueillera avec le plus grand des bonheurs pour la quinzième édition de la Ronde Saint-georgienne sur 10,3km.

Nous vous emmènerons à la découverte de la garrigue et des terroirs viticoles. Tout au long de ses dix kilomètres, la "Ronde" fait cohabiter judicieusement asphalté, chemins de terre et traverses caillouteuses dans une alternance de senteurs et de couleurs variées.

Sans oublier bien sûr sa spécificité : ses multiples petites côtes qui lui confèrent un profil de toboggan.

Côté solidarité, et à l'instar des dernières années, nous reverserons de nouveau un euro par inscription à un organisme pour les enfants en situation de handicap ainsi que la totalité des sommes perçues à l'occasion de la tombola solidaire.

Nous vous attendons donc en nombre le dimanche 12 mai 2024 à 10H aux Arènes de Saint-Georges-d'Orques.



PROGAMME

Samedi 11 mai

14H –18H Retrait des dossards des **10km** à la **salle Thomas Jefferson** :

11 rue du Square à Saint-Georges-d'Orques.

(Pour les personnes inscrites jusqu'à vendredi soir)

(Pas d'inscription des 10km possible sur place le samedi)

(Pas de retrait de dossards des **courses enfants** le samedi)

Dimanche 12 mai

8H –8H45 Inscription et retrait des dossards des **courses enfants** aux **Arènes de Saint-Georges-d'Orques**

8H –9H45 Inscription et retrait des dossards des **10km** à la **salle Thomas Jefferson** : 11 rue du Square à Saint-Georges-d'Orques.

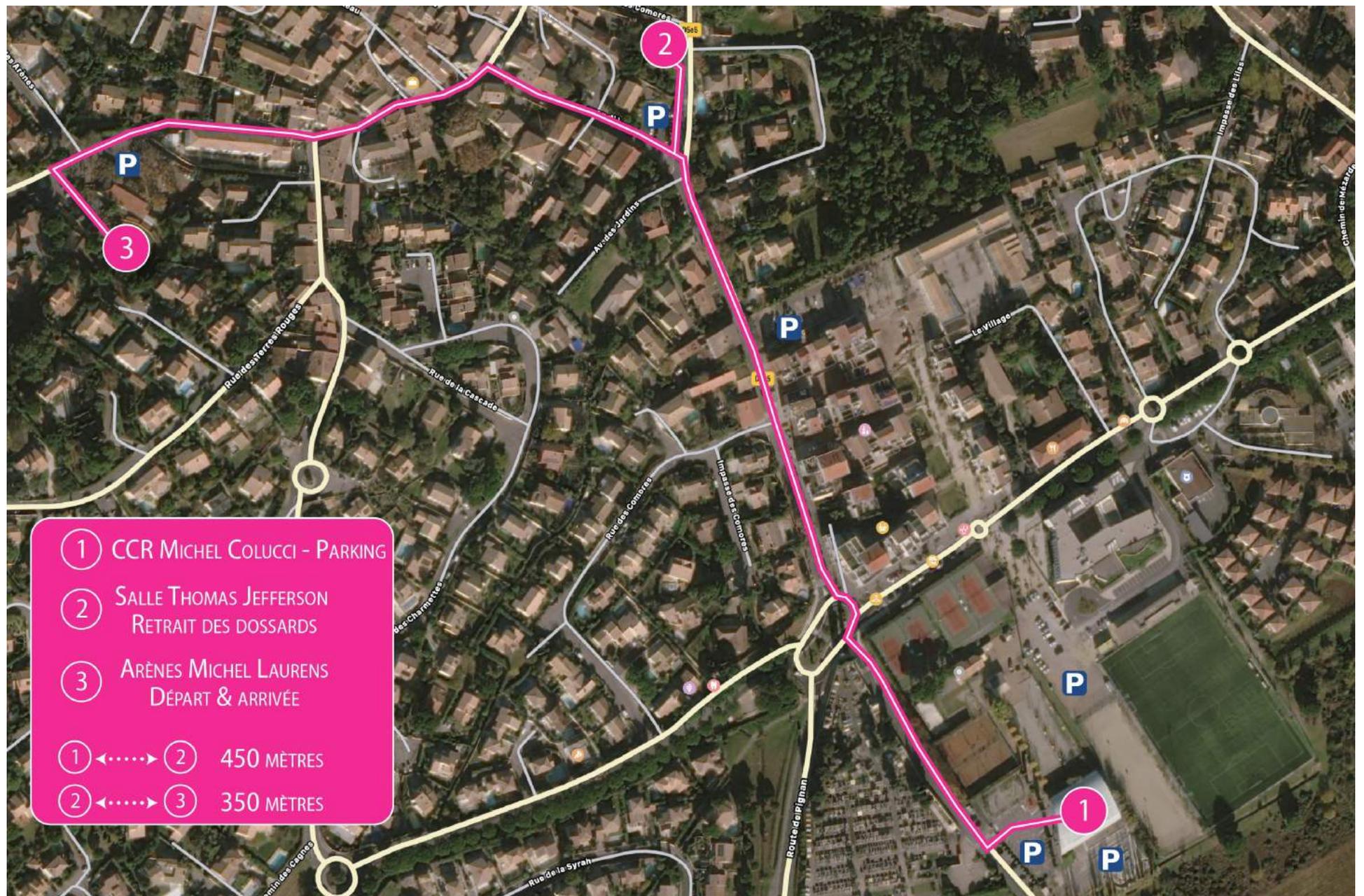
09H00 Début des courses enfants aux Arènes de Saint-georges d'Orques.

10H00 Départ Ronde Saint-georgienne aux Arènes de Saint-georges-d'Orques.

11H30 Remise des récompenses aux Arènes de Saint-Georges-d'Orques.



ACCES



Retrait des Dossards Course 10 km Adulte



Vous pouvez retirer votre dossard soit :

Le samedi 11 mai de 14h à 18h

Le dimanche 12 mai matin de 8h à 9h45 à la salle Thomas Jefferson, elle est située 11 rue du Square à Saint-Georges-d'Orques.

il sera encore possible de s'inscrire sur place le dimanche entre 8H et 9h45.

(Majoration de 4 Euros)

Courses Enfants

Les courses sont ouvertes aux enfants de 6 à 12 ans (2012 à 2018).

Tous les enfants ayant participé seront récompensés et un gouter sera offert après l'arrivée.

Cette course ne donnant pas lieu à un classement, **le certificat médical n'est pas obligatoire.**

Les distances sont en fonction des âges :

6/7 ans : 500 mètres (2017/2018) Départ 9h00

8/9 ans : 1000 mètres (2015/2016) Départ 9h10

10/12 ans: 1500 mètres (2012/2013/2014) Départ 9h20

La remise des dossards s'effectuera aux **Arènes** le **dimanche** de Saint-Georges-d'Orques de 8h à 8h45.

Les départs des courses enfants se feront devant Arènes de Saint-Georges d'Orques.



Ecocup



Soucieux de limiter au maximum l'usage du plastique, voici les gobelets que nous utiliserons pour notre épreuve.

Après la course ils seront lavés et réutilisés pour les prochaines éditions.

Adieu les gobelets jetables à la Ronde Saint-Georgienne.

IL FAUT LES RENDRE SVP

Ravitaillement

Il y aura deux zones de ravitaillement sur la course.

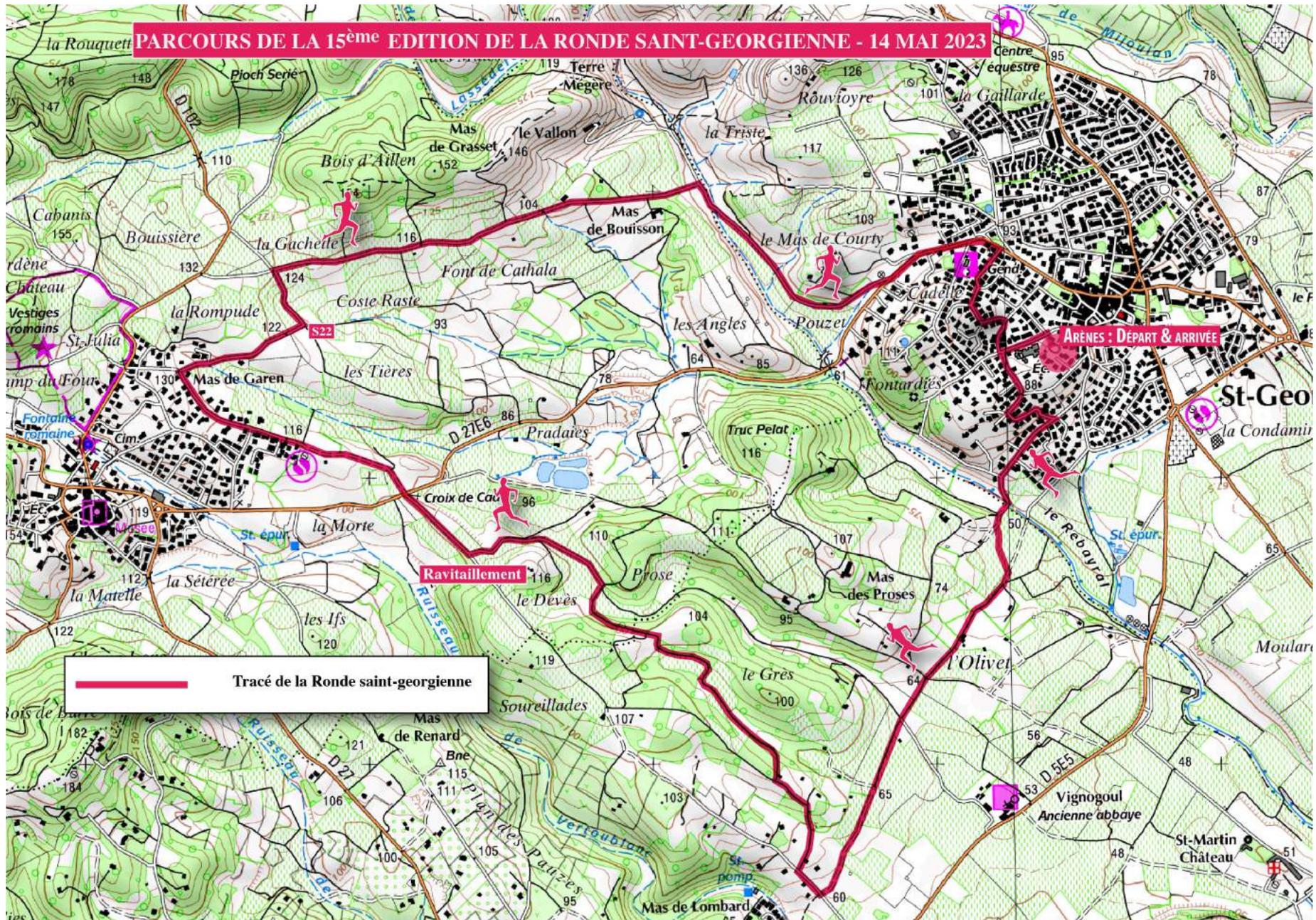
Le premier ravitaillement vers le 5ème kilomètre (Ravitaillement eau et solide)

Le second ravitaillement vers le 8ème kilomètre (Ravitaillement liquide).

La ligne d'arrivée franchit un buffet vous sera offert.



Le Parcours



La tombola solidaire



En plus de la ronde il y a un autre évènement avec la tombola solidaire. Cette tombola a pour objectif de collecter des fonds pour un organisme pour les enfants en situation de handicap en adressant à cet établissement la totalité des sommes perçues .

Le tirage au sort se fera **pendant la course** par des petites mains innocentes 💙

Les gagnants, en cas d'absence, seront contactés par téléphone.

Les tarifs :

➡ 3€ l'unité ➡ 5€ les 3 tickets

➡ 10€ les 8 tickets ➡ 15€ les 13 tickets

➡ à partir de 20€ autant de tickets que d'euros dépensés.

Par exemple : 30€ = 30 tickets.

Vous pourrez acheter des tickets lors du retrait du dossard le samedi ainsi que le matin même de la course.

Podiums et Catégories

Au niveau des récompenses, les concurrents du 10 km sont répartis en catégories cadets, juniors, espoirs, seniors, masters et Handisports non sur fauteuil.

Les 3 premières femmes et les 3 premiers hommes seront récompensés. Et afin de conserver « **la tradition du podium** » et de récompenser **les 3 premiers et les 3 premières de chaque catégorie**, nous avons choisi de conserver la répartition V1,V2,V3,V4,V5.

Seront également récompensé(e)s, les 3 premiers et les 3 premières en cadets, juniors, espoirs et seniors

Le Règlement de la Ronde

Nous vous invitons à le télécharger à l'adresse suivante:

<http://www.larondestgeorgienne.com/reglement/reglement-ronde2024.pdf>