



Dimanche 1^{er} octobre
dès 7h45

12^{ème}
édition



COMMUNAUTÉ DE COMMUNES
LES COTEAUX BORDELAIS
Renseignements : 05 57 34 58 33

service communication - communauté de communes Les Coteaux Bordelais - Photos : Fotolia.com - ne pas jeter sur la voie publique

Parking à proximité
Restauration sur place
sur réservation
& espace pique-nique

AU DEPART DE
CARIGNAN-DE-BORDEAUX
Esplanade de l'Odysée

2 PARCOURS A PIED
2 PARCOURS A VELO
1 PARCOURS VELO ENFANTS

INSCRIPTIONS SUR PLACE
MANIFESTATION
GRATUITE

PARTAGEONS LE SPORT !
Découvrez des activités handisport et sport adapté en présence d'athlètes paralympiques des JO de Paris 2024.



La manifestation

Inscriptions à partir de 7h45 et jusqu'au moment du départ de l'esplanade de Carignan-de-Bordeaux.

- Petit déjeuner offert
- Inscriptions
- Consignes de sécurité
- **Se munir d'un gobelet***

Des points de ravitaillement sont prévus sur les parcours :

- Château de Carignan-de-Bordeaux
- Mairie de Salleboeuf (pour circuit vélo 55 km)

*gobelets réutilisables disponibles sur place, consignés (1€)

Choix d'un parcours

Balades à pied



Rando familles - 6 km
et jeu découverte pendant la randonnée
avec récompense pour les enfants

Départs libres de 9h à 10h30

Signaleurs prévus pour les traversées dangereuses

Rando découverte - 13 km

Départs libres de 8h à 9h

+ de 16 ans

Signaleurs prévus pour les traversées dangereuses

PARTAGEONS LE SPORT !

De 10h à 17h - pratiques sportives handivalides et sport adapté

- Sur l'esplanade et au gymnase de Carignan

Profitez d'un village sportif permettant de s'initier mais aussi de disposer d'informations relatives aux possibilités d'accueil au sein des clubs labellisés valides handicapés dans votre territoire.

Balades à vélo



Vélo enfants - 9 km

à partir de 6 ans

dénivelé de 31m

Départs 9h30 et 10h30

Vélo familles - 18 km

à partir de 12 ans

dénivelé de 61m

Départs encadrés 9h, 9h30, 10h et 10h30

Vélo des Coteaux Bordelais - 55 km

+ de 16 ans

dénivelé de 568m

Départ unique à 8h45 encadré par groupes de niveaux (néophytes, avertis, confirmés)

* Le port du casque est obligatoire.

Balades à vélo annulées en cas d'intempéries.

Pour les mineurs, accompagnement obligatoire par un adulte.

Se restaurer

Vin d'honneur à partir de 12h30

Aire de pique-nique à disposition

Restauration sur place sur réservation

Réservation avant le 23 septembre par mail à

f.sicard2@wanadoo.fr ou par SMS au 06 81 49 20 79

15€, paiement à la commande.

Menu : entrée / confit de canard / frites - fromage - dessert - vin compris.

Prévoir vos couverts

