

Courir pour ceux qui ne le peuvent pas

Inscription sur le site
www.20kmdemontpellier.com

27^e Edition

Dimanche 28 novembre 2010

20 km de MONTPELLIER

Organisés par le Lions Club Montpellier-Languedoc et MidiLibre



Midi Libre



Pour venir en aide au handicap venez courir !

Place de la Comédie à 10h - Plus de 40 fauteuils distribués
Les vainqueurs des 20 km de Montpellier

CATÉGORIES 2009

CATÉGORIES

Vétérans*

Masculin	1978 et avant
Féminin	1978 et avant
Seniors	
Masculin	1971 à 1987
Féminin	1971 à 1987
Epouls	
Masculin	1988 à 1990
Féminin	1988 à 1990
Jeunes	
Masculin	1991 à 1992
Féminin	1991 à 1992

* Pour les vétérans, des classements par tranche d'âge de 5 ou 10 ans peuvent être prévus par l'organisateur (doit être prévu au compte uniquement l'année de naissance et non le mois).

HOMMES :

1985	Guy BOBE - 1 h 05' 28"
1986	BESSIERE - 1 h 07' 38"
1987	André OUBERTS - 1 h 06' 45"
1988	Georges PUCHAGUT - 1 h 06' 18"
1989	André HOUSSINE - 1 h 05' 45"
1990	François BOUS - 1 h 04' 31"
1991	Jarid AÏSSA - 1 h 04' 04"
1992	François BOUS - 1 h 04'
1993	Lionel CAMBON - 1 h 04' 16"
1994	Lionel CAMBON - 1 h 04' 38"
1995	Jarid AÏSSA - 1 h 04' 51"
1996	Stève LAURENT - 1 h 05' 24"
1997	Fabien MANGANARES - 1 h 04' 32"
1998	Fabien MANGANARES - 1 h 04' 39"
1999	Fabien MANGANARES - 1 h 04' 52"
2000	Franch LELUT - 1 h 05' 34"
2001	Stève LAURENT - 1 h 05' 15"
2002	Fabien MANGANARES - 1 h 05' 39"
2003	Alexandre ANTHROPOV - 1 h 04' 16"
2004	David LAGET - 1 h 05' 54"
2005	Thierry SABATIER - 1 h 05' 39"
2006	Wlad BOUQUAUD - 1 h 05' 39"
2007	Régis BORDIER - 1 h 04' 31"
2008	Régis BORDIER - 1 h 05' 15"
2009	Régis BORDIER - 1 h 05' 21"

FEMMES :

1989	Jany FERREZ - 1 h 18"
1991	Mariane DIAZ - 1 h 20"
1992	Jeanine LAURENT - 1 h 20' 31"
1993	Sylvie LANGENHOYE - 1 h 16' 51"
1994	Chantal ANTE - 1 h 21' 37"
1995	Christine MAS - 1 h 23' 24"
1996	Lucile HELMER - 1 h 17' 48"
1997	Jacqueline LIARD - 1 h 20' 45"
1998	Nathalie ZACCHELLI - 1 h 17' 33"
1999	Laetitia CARNE - 1 h 18' 37"
2000	Sonia EUZERE - 1 h 20' 43"
2001	Françoise ANCELY - 1 h 24' 56"
2002	Brigitte POUCHER - 1 h 23' 15"
2003	Katrin HELGER - 1 h 22' 38"
2004	Beth COMBES - 1 h 24' 34"
2005	Sylvie FOURDINER - 1 h 19' 32"
2006	Sylvie FOURDINER - 1 h 21' 21"
2007	Florence AUCLAIR - 1 h 23' 41"
2008	Maria-Rosalba MURCIA - 1 h 14' 37"
2009	Andria HEWITT - 1 h 15' 23"

RÈGLEMENT COURSE « 20 Km de MONTPELLIER »

Article 1 : Le LIONS CLUB MONTPELLIER LANGUEDOC est l'organisateur de la course dénommée «20 Km de Montpellier». Il s'agit d'une course pédestre à allure libre ouverte à tous, sur un parcours de 20 km. Les enfants au-dessous de 17 ans ne sont pas autorisés à participer à l'épreuve. Les mineurs devront fournir une autorisation parentale, dégageant les organisateurs de toute responsabilité. Inscription 14 Euros par coureur et 15 Euros le jour de la course.

Article 2 : L'épreuve se déroule sur route ouverte à la circulation routière. Les coureurs devront respecter le code de la route et se conformer aux directives du personnel d'encadrement présent sur le circuit. Le parcours est fléché. Un certain nombre de points de passage sont signalés : 1 Km, 2km, 3km, 4km, 5km, 6km, 7km, 8km, 9km, 10km, 11km, 12km, 13km, 14km, 15km, 16km, 17km, 18km, 19km, 20km.

Article 3 : L'organisation assure l'encadrement de l'épreuve. Les secours seront dispensés par des professionnels présents sur le parcours et à

l'arrivée. Sécurité médicale au 5km, 10km, 15km, 20km, Ambulances, Docteurs, membres du LIONS CLUB. Chaque athlète participe sous sa propre responsabilité et doit veiller à être en condition physique convenable. La sécurité sur le parcours est assurée par la Police Nationale, la Police Municipale de Montpellier et les Commissaires de course équipés d'une tenue spéciale et d'un drapeau rouge.

Article 4 : Le départ est fixé à 10 h - Place de la Comédie - L'arrivée est prévue Place de la Comédie. Des ravitaillements sont prévus sur le circuit à 5 - 10 - 15 - 20 Km, conformément au règlement de la FFA.

Article 5 : L'épreuve est couverte par une assurance responsabilité civile souscrite par les organisateurs. Chaque participant devra posséder un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an, conformément au décret ministériel N° 87.473 du 1er juillet 1987).

Article 6 : Le directeur de la course se réserve le droit d'effectuer tout contrôle en vue de favoriser le bon déroulement de la course. Les organisateurs se réservent le droit de modifier ou d'interpréter le présent règlement. Tous cas non prévus seront tranchés par la Direction de course (Directeur ou commission organisatrice).

Article 7 : Aucun véhicule à moteur, excepté ceux de l'organisation dûment identifiés, ne sera autorisé à suivre les coureurs qui ne devront être gênés sous aucun prétexte. Les suivants en bicyclette ne pourront pas s'intégrer dans la course les « 20km de Montpellier.

Article 8 : Chaque coureur recevra un tee-shirt « 20 Km de Montpellier » après la course. Des récompenses particulières seront données aux vainqueurs de l'épreuve et au 2ème et 3ème du classement général. Les 2 premiers de chaque catégorie seront également récompensés. Il n'y a pas de catégorie « VO » chez les participants. Une récompense spéciale sera accordée aux non-voyants.

Article 9 : Le Comité d'organisation décline toute responsabilité quant aux vols ou accidents susceptibles de se produire dans le cadre de la manifestation. En aucun cas, un concurrent ou un suiveur ne pourra faire valoir de droit quelconque vis à vis de l'organisateur. Le simple fait de participer implique la connaissance et le respect du présent règlement.

Article 10 : Il est porté à la connaissance des participants, et cela en raison de la levée du système de sécurité sur le parcours, que les horaires ci-après constituent les limites au-delà desquelles l'organisation des « 20 Km » dégage toutes responsabilités pour les concurrents retardataires.

Passage au 5km : 10 h 35
Passage au 10km : 11 h 20
Passage au 15km 12 h 00
Fin de la course : 12 h 30

Article 11 : Tous litiges qui pourraient résulter de l'organisation de cette épreuve sont du ressort des Tribunaux de Montpellier.



LES PLUS BEAUX SITES
POUR CONSTRUIRE VOTRE PATRIMOINE



MONTPELLIER
EUROMÉDECINE

LANCEMENT
COMMERCIAL

Les Héliades

Appartements
de 2 et 3 pièces



programme BBC

MONTPELLIER
CENTRE

LANCEMENT
COMMERCIAL

Résidence Mundo Feliz*

Tramway au pied de la résidence
du studio au 4 pièces



programme BBC

• cible publicité

* Sous réserve du stock disponible. Le non respect des engagements de location entraînera la perte du bénéfice des incitations

Pragma

Filiale de SOGEPROM

GRUPE SOCIETE GENERALE

Tél : 04 67 420 320
www.pragma-immobilier.com



MONOPRIX

Place de la Comédie - 04 67 06 85 85 - Du lundi au samedi de 8 h 30 à 21 h 45



20 km de MONTPELLIER



Midi Libre





IMMO-PLUS

Depuis 21 ans

Garantie gestion
1 520 000 €

Mieux vendre Mieux acheter Mieux louer

immo-plus@numadeo.fr

TRANSACTIONS IMMOBILIERES - ADMINISTRATEUR DE BIENS - LOCATIONS
115 RUE LEON BLUM - 34000 MONTPELLIER - 04 67 20 20 25



Mobilier & Décoration

Créateur d'ambiances



DÉCOUVREZ VOTRE
NOUVEAU MAGASIN
POUR LA MAISON
ET UN NOUVEAU
MONTAGE DÉCO
EXCEPTIONNELS !!!

www.crozatier.com

Le Sarriech - Tour de Carnac - 34970 LATTES 04 67 65 53 80

l'univers du sommeil

SPRINGS AFRICA MATTRESS MONTPELLIER

www.luniversdusommeil.com

226 av. Georges Clémenceau
34000 MONTPELLIER
Fax : 04 67 58 48 63

parking gratuit à 2 minutes 04 67 92 33 52



LOCATION DE VÉHICULES



CENTRE HOSPITALIER REGIONAL UNIVERSITAIRE



Macadam
MOTO

KYMCO HONDA HARLEY DAVIDSON

MONTPELLIER / ST JEAN DE VEDAS
www.macadam-moto.com



PONCET & PONCET

REMOUES - CROIXAUX - BETH PERES BRUES - STANON - SPINCHENNA - HERT - LEZARD
www.poncet-poncet.com

LE PLUS GRAND CARRÉ DE BELLES PROPRIÉTÉS
ET SAUVEGARDE EN L'ANCIENNE MONTPELLIER
04 67 62 10 33



Filière de SOCEPROM



20 km de MONTPELLIER



Midi Libre





CRÉDIT AGRICOLE
DU LANGUEDOC

vu d'ici

101.1

france
bleu
hérault

PONCET & PONCET

PROPRIÉTÉS · CHÂTEAUX · HÔTEL PARTICULIERS · MAISONS · APPARTEMENTS · LOFTS · CONSEILS



L'Immobilier d'exception en Languedoc-Roussillon

www.poncet-poncet.com



DEPART CENTRE HISTORIQUE

Place de la Comédie - Rue de la Loge
Remonter la Rue de la Loge
Remonter la Rue Fock, jusqu'à l'Arc de l'Esclap
à gauche, Rue François Franck
à droite, Rue de Clapin
Place Pierre Hôte
à droite rue Maréchal De Catrin
à droite, Rue Ricard

LES ARCEAUX

Traverser rue Ricard/Avenue d'Assas
Traverser la Rue Doris
à gauche, Avenue de la Gaillarde
tout droit, Avenue de la Gaillarde
Traverser la Rue de las sorbes
tout droit, Avenue du Professeur Louis Ravas
Traverser la Pierre Nala → EMA
Traverser l'Avenue Paul Rimbaud

LES CEVENNES AECO

à droite, continuer sur l'Avenue du Professeur Louis Ravas
à gauche, rue Michel Toulé
Traverser le tobacconier et les immovables
Traverser le garage de la Casse d'Espagne
Continuer Rue Michel Toulé jusqu'au Comité Central de l'Hérault
à droite, prendre passerelle surplombant le garage
Direction du Lycée Jean Monnet
Rendre la piste cyclable après la fin de la passerelle,
Continuer sur l'Avenue du Professeur Giljac (piste cyclable)

LA FAILLADE

sur 1er giratoire, à gauche, Avenue Pablo Neruda
Au 2ème giratoire, à droite Rue Petipa
à droite, rue Claude François
Traverser, rue Claude François
tout droit, traverser la rue Guy Moutard
Continuer sur la rue Fort Cade
Puis la rue Mohamed V
Passer devant le Collège Arthur Rimbaud de Collé neuve,
à gauche, remonter la Rue du Florcy
Au giratoire, à droite, Rue Fève de Saint Carot

CELLENEUVE

à gauche prendre l'avenue de Lodive
Continuer sur l'Avenue de Lodive
à droite, Allée de Paris
à gauche, Rue de la Piscine
Prendre le tunnel du centre commercial CEAAM (D8 « Super 88 »)
Traverser le parking du centre commercial
à gauche, Rue Pierre Cassat, prendre la contre allée

LA CHAMBRETE LA MARTELLE

à droite, traverser pont avant le Rond Point de l'Armée des Alpes
à droite, Rue Pierre Doucas
à gauche Avenue de la Colline
à droite, Rue de la Croix de Fiquaralles
à gauche, Allée de la Martelle
Cantine Centrale des Ecoles
à gauche, Route de Lavitrane

PAS DU LOUP ESTANOVE

à droite, Rue de Pas du Loup
à gauche Boulevard Paul Valéry
à gauche, Rue de l'art concerté
à droite, Rue des charbonniers
Entrer dans l'EAI, par l'entrée de la Rue des châteaux
Traversez via Parc Montcalm - EAI
Soit le principal de l'EAI
Place du Sème RA
Avenue Lepic
Place du 6 Mai 1945

GAMBETTA

Avenue Georges Clémenceau
Place Saint Denis
Rue Avable France
Rue de la République
Remonter le Boulevard Victor Hugo par la contre allée

COMEDIE

à gauche Place Molère
à droite, Rue des Francais

ARRIVEE

Place de la Comédie
Arrivée devant Office du Tourisme

20 km de MONTPELLIER



Midi Libre



LATTES - JUVIGNAC - JACOU - SAINT-AUNES

**DES CADEAUX
POUR TOUS
LES PARTICIPANTS :**



T-shirts

**Chèques-cadeau
de 15 €**

offerts par notre partenaire :



LATTES - JUVIGNAC - JACOU - SAINT-AUNES

**INSCRIVEZ-VOUS
DÈS AUJOURD'HUI !!!**



adresses :
LATTES 1 C.C. Le Solis - Route de Carron
LATTES 2 C.C. Le Solis - Route de Carron
JUVIGNAC C.C. Pertuis du Soleil - Juignac

**Parking OFFERT
par le POLYGONE**

Prendre un ticket sortie libre jusqu'à 14h30
(attention sortie payante après 14h30)

**Garderie
enfants**

BULLETIN D'INSCRIPTION

**Parking
Polygone
gratuit**

20 km de Montpellier - 28 novembre 2010

Nom/prénom : Club :
Année de naissance : Sexe :
N° de dossard :
Adresse complète : Code postal : Ville :
Téléphone : e.mail :

Selon la législation un certificat médical est obligatoire. Pour les inscriptions par correspondance, celui-ci est à joindre impérativement avec le bulletin d'inscription. Dans les autres cas, celui-ci sera à remettre lors du retrait des dossards.

Je soussigné(e) Mme, Melle, Mr
autorise mon fille, mon fils, mineur à participer à cette épreuve sportive et dégage la responsabilité des organisateurs. **Signature :**

INSCRIPTION : 14 € DIMANCHE MATIN : 15 € - Attention : dernière inscription à 9 h 45

Chèque à l'ordre du «Lions Club Montpellier-Languedoc» à adresser à Alain Bernard, 2, allée Grenache-domaine-du-Golf-de-Massanne - 34670 Baillargues

Inscription sur : [http : www.activeglobal.com](http://www.activeglobal.com) ou www.20kmdemontpellier.com • Monoprix : place de la Comédie, téléphone : 04.67.06.85.85 du 22/11 au 26/11 de 14 h à 19 h et le 27/11 de 9 h à 12 h et de 14 h à 19 h Intersport : centre commercial Le Solis - Lattes

Intersport : centre commercial Boucaud à Jacou • Place de la Comédie : le dimanche matin avant 9h45 15 €



Midi Libre

