

Sponsor principal

Haldimann SA Morat

www.haldimannag.ch

Co-sponsors:



Charpente & Couverture

GUILLOD
Sàrl 1786 Sugiez



Partenaires:

5ème course pédestre à travers le vignoble du Vully

5. Lauf durch die Weinberge des Vully

**10.4 km - 5.2 km & Nordic Walking
enfants-Kinder 1.8 km - 900 m - 450 m**



**Lundi de Pentecôte
Pfingstmontag
20 mai 2013**

www.lafouleeduvully.ch

**STE DES ARTS &
METIERS DU VULLY
& ENVIRONS**



HORAIRES ET CATÉGORIES ZEITPLAN UND KATEGORIEN

Départs Start	Catégories Kategorien	N°	Années Jahrgänge	Distances Strecken	Finance Startgeld
10:00	Nordic Walking et/und Walking	25	1995 et avant 1995 und älter	10.4 km	CHF 15.-
10:03	Nordic Walking et/und Walking	26	1995 et avant 1995 und älter	5.2 km	CHF 12.-
10:20	Cadets A Knaben Jugend A	1	1996 – 1997	5.2 km	CHF 6.-
10:20	Cadettes A Mädchen Jugend A	2	1996 – 1997		CHF 6.-
10:20	Cadets B Knaben Jugend B	3	1998 – 1999		CHF 6.-
10:20	Cadettes B Mädchen Jugend B	4	1998 – 1999		CHF 6.-
10:20	Populaires Hommes Volkslauf Männer	5	1995 et avant 1995 und älter		CHF 12.-
10:20	Populaires Dames Volkslauf Frauen	6	1995 et avant 1995 und älter		CHF 12.-
10:30	M20	7	1974 – 1995	10.4 km	CHF 15.-
10:30	M40	8	1964 – 1973		CHF 15.-
10:30	M50	9	1954 – 1963		CHF 15.-
10:30	M60	10	1953 et avant 1953 und älter		CHF 15.-
10:30	F20	11	1974 – 1995		CHF 15.-
10:30	F40	12	1964 – 1973		CHF 15.-
10:30	F50	13	1954 – 1963		CHF 15.-
10:30	F60	14	1953 et avant 1953 und älter		CHF 15.-
14:00	Écoliers A Schüler A	15	2000 – 2001	1.8 km	CHF 6.-
14:00	Écolières A Schülerinnen A	16	2000 – 2001		CHF 6.-
14:00	Écoliers B Schüler B	17	2002 – 2003		CHF 6.-
14:00	Écolières B Schülerinnen B	18	2002 – 2003		CHF 6.-
14:20	Écoliers C Schüler C	19	2004 – 2005	900 m	CHF 6.-
14:20	Écolières C Schülerinnen C	20	2004 – 2005		CHF 6.-
14:20	Écoliers D Schüler D	21	2006 – 2007		CHF 6.-
14:20	Écolières D Schülerinnen D	22	2006 – 2007		CHF 6.-
14:45	Poussins	23	2008 et après 2008 und jünger	450 m	gratuit gratis
14:45	Poussines	24	2008 et après 2008 und jünger		gratuit gratis

**Zuschlag von CHF 5.- für Anmeldungen vor Ort nur für Erwachsene.
Majoration de CHF 5.- pour inscription sur place seulement pour les catégories adultes.**

INFORMATIONS

ORGANISATION	Comité de La Foulée du Vully
DATE	Lundi 20 mai 2013 (Pentecôte)
LIEU	Salle polyvalente de Nant
PARCOURS	Course à pied: 10.4 km et 5.2 km Enfants: 1.8 km, 900 m et 450 m Nordic Walking et Walking: 10.4 km et 5.2 km
INSCRIPTIONS	Sur le site internet www.lafouleeduvully.ch jusqu'au vendredi 17 mai 2013 à minuit. Possibilité de s'inscrire sur place à partir de 08h30, jusqu'à 1 heure avant le départ de votre catégorie avec un supplément, pour les adultes seulement, de CHF 5.-.
DOSSARDS	Remis sur place au plus tard 1 heure avant le départ.
PARKINGS/ACCES	Plusieurs parkings sont mis à disposition, suivre les indications.
TRANSPORTS	Bus navette depuis la gare de Sugiez entre 8h00 et 13h00.
PUBLICS	
WARM UP	Echauffement de 12 minutes sur le terrain de basket de l'école de Nant: • Nordic Walking/Walking: 09h25 • Course à pied: 09h55 • Cool down/relaxation pour tous: 11h45 www.karinbewegt.ch
RAVITAILLEMENTS	Plusieurs ravitaillements sur le parcours et ravitaillement principal à l'arrivée.
VESTIAIRES ET DOUCHES	Salle polyvalente de Nant
MASSAGES	Massage gratuit avant ou après la course dans la salle polyvalente de Nant de 9h00 à 13h00. www.sophiemassage.ch
RESULTATS	Proclamation des résultats à 12h45 pour les catégories 1 à 14 + 25 et 26 et à 15h15 pour les catégories 15 à 24.
CLASSEMENTS	Sur le site internet www.lafouleeduvully.ch
PRIX	Prix souvenir pour tous. Prix en nature pour les 3 premiers des catégories 1 à 14 + 3 prix tirés au sort pour les catégories 25 et 26. Pour les 3 meilleurs temps absolus hommes et femmes ainsi que pour le record du parcours 10.4 km, des prix en espèces seront distribués.
ASSURANCE	Les participants doivent s'assurer personnellement. L'organisateur décline toute responsabilité en cas d'accident, de maladie ou de vol.
RESTAURATION	Durant toute la journée, petite restauration, grillades et boissons sous le préau de l'école primaire (Nant).
RENSEIGNEMENTS	Tél. 079 658 29 61 ou 079 371 85 56 www.lafouleeduvully.ch / E-mail: info@lafouleeduvully.ch

INFORMATIONEN

VERANSTALTER	OK «La Foulée du Vully»
DATUM	Montag 20. Mai 2013 (Pfingstmontag)
ORT	Mehrzweckhalle der Primarschule von Nant
LAUFSTRECKE	Erwachsene: 10.4 km und 5.2 km Kinder: 1.8 km, 900 m und 450 m Nordic Walking und Walking: 10.4 km und 5.2 km
ANMELDUNG	Im Internet auf www.lafouleeduvully.ch bis Freitag 17. Mai 2013, 24:00 Uhr. Die Teilnehmenden aller Kategorien können sich ab 8:30 Uhr und bis eine Stunde vor dem Start der jeweiligen Kategorie auch vor Ort anmelden. Für Erwachsene wird ein Zuschlag von CHF 5.- für die Anmeldung vor Ort erhoben.
STARTNUMMER	Abgabe in der Mehrzweckhalle, spätestens eine Stunde vor dem Start.
PARKPL./ZUFAHRT ÖFF.VEKEHRSMITT.	Mehrere Parkplätze stehen zur Verfügung. Bitte Anweisungen folgen. Shuttle-Bus ab Bahnhof Sugiez ab 08:00 – 13:00 Uhr.
WARM UP (12 Min.)	Auf dem Basketballfeld der Primarschule Nant: • Nordic Walking/Walking: 09:25 Uhr • Lauf: 09:55 Uhr • Cool down/Entspannung für alle: 11:45 Uhr www.karinbewegt.ch
VERPFLEGUNG	Mehrere Verpflegungsposten auf der Strecke und am Ziel.
GARDEROBEN/ DUSCHEN	Mehrzweckhalle Nant
MASSAGEN	Massagen vor und nach dem Lauf von 9 Uhr bis 13 Uhr in der Mehrzweckhalle Nant. www.sophiemassage.ch
RANG- VERKÜNDIGUNG	12:45 Uhr, Kategorien 1 - 14, 25 und 26 15:15 Uhr, Kategorien 15 - 24
RANGLISTEN	Im Internet auf www.lafouleeduvully.ch abrufbar.
PREISE	Erinnerungspreis für alle. Sonderpreise für die 3 Ersten der Kategorien 1 - 14 und für 3 ausgeloste Teilnehmer(innen) der Kategorien 25 und 26. Für die 3 Bestzeiten, Kategorie Männer, Frauen und für den Streckenrekord 10.4 km, werden Geldpreise verteilt.
VERSICHERUNG	Die Versicherung ist Sache der einzelnen Teilnehmer(innen). Der Veranstalter lehnt jede Haftung für Unfälle, Krankheiten und Diebstahl ab.
VERPFLEGUNG	Ganzer Tag, Imbiss, Grilladen und Getränke auf dem Schulhof der Primarschule Nant.
AUSKÜNFTE	Telefonnummer 079 658 29 61 oder 079 371 85 56 www.lafouleeduvully.ch / E-Mail: info@lafouleeduvully.ch