



LES FOULÉES RANVILLAISES

Jeudi 9 mai 2024

A partir 10h00

13 km

5 km

3 Km

et nos plus jeunes



SCAN ME

Renseignements www.lesfouleesranvillaises.fr



*Date limite d'envoi d'une inscription par courrier le 03/05/2024.
Tout dossier avec bulletin incomplet ou illisible, sans règlement de participation ne sera pas enregistré.
Pour les courses chronométrées y joindre obligatoirement la photocopie du certificat médical de moins d'un an au jour de l'épreuve ou de la licence sportive des fédérations autorisées ou PPS.*

ATTENTION PAS D'INSCRIPTION SUR PLACE

Dossier complet à remplir lisiblement et en lettres capitales

✉ à envoyer à l'adresse suivante : **TOREL Laurent 23 rue des monts 14860 RANVILLE**
ou par internet : <http://www.klikego.com/>

☞ *Je m'engage à participer le jeudi 09/05/2024 :*

- | | | |
|---|---------------|--|
| <input type="checkbox"/> 10h00 13 km - La Course des As | 11€ | cadets (né à partir de 2008) => vétérans |
| <input type="checkbox"/> 10h15 5 km - La Ranvillaise | 6€ | minimes (né à partir de 2010) => vétérans |
| <input type="checkbox"/> 10h15 3 km - La Relève | 6€ | benjamins (né à partir de 2012) => vétérans |
| <input type="checkbox"/> 11h45 Courses enfants (1000m) | 2011 - 2014 | GRATUIT POUR LES ENFANTS (pas de classement) |
| <input type="checkbox"/> 12h00 Courses enfants (600m) | 2015 - 2017 | |
| <input type="checkbox"/> 12h10 Courses enfants (400m) | 2018 et après | Inscription uniquement sur place pour les enfants |

Chèque à l'ordre de : *les foulées ranvillaises*

1€ sera versé à l'association « ARCEP »

| | |
|---|---|
| Nom | Prénom..... |
| Sexe : Masculin <input type="checkbox"/> Féminin <input type="checkbox"/> | Date de naissance : / / |
| Adresse : | |
| Code postal..... | Ville..... |
| Téléphone : | Email :@..... |
| Nom du club ou de l'association : | |

Je suis titulaire d'une licence Athlé compétition, Athlé santé loisir option running, de triathlon ou de mon Pass Running délivré par la FFA.

N°.....

Non licencié : je joins la photocopie d'un certificat médical, avec **mention de non contre-indication à la pratique de l'athlétisme ou course à pied en compétition** datant de moins d'un an au jour de la course ou PPS.
Le retrait des dossards se fera :

- le jeudi 9 mai le matin à partir de 8h30 dans la salle des fêtes Henri Robin.

Je reconnais avoir pris connaissance du règlement de l'épreuve. (Règlement consultable sur le site internet www.lesfouleesranvillaises.fr)

Signature

Autorisation parentale pour les mineurs

J'autorise mon fils / ma fille.....à participer aux épreuves de ce jour.

Signature des parents

SCORE
Label
runningconseil
Caen



MEMORIAL PEGASUS
www.memorial-pegasus.org

Les Délices de Mithis
Boulangers-Délicatés



Centre Commercial
Les Longs Champs
14860 Ranville
02 31 78 38 78

NORMANDIE APPATS



la référence
www.normandie-appats.com



Carrefour contact



Heidelberg Materials

Premium auto GARAGE DE LA PLAINE
Point d'entretien des Camions 14800 RANVILLE

- Réparation et entretien toutes marques
- Carrosserie / peinture
- Classification
- Diagnostic électronique
- Contrôle technique
- Service camping-car
- Carte grise
- Dépannage

14 02 31 78 69 82 - fax 02 31 78 69 58 - garage.plaine@orange.fr - www.garageplaine.com




Camping des Capucines ***



B.P. 31 - 14860 RANVILLE
Tél. : 02 31 78 69 82

CONFORTECH
technologie & bien-être

ROLAND BELLANGER
expert artisan électricien

4 VILLELLE AUX BOIS - 14800 RANVILLE
TÉL : 06 99 49 31 04 / 78 40
MOBILE : 06 10 56 87 30
E-MAIL : rbellan@orange.fr

Patrick THOURET



PLOMBERIE - CHAUFFAGE
Dépannage - Entretien - Installations - Remplacement

06.82.17.13.14 Tél / Fax 02 31 52 41 48

LAMY Dominique

11 rue de la Charbonnasserie
14860 RANVILLE

Tel : 02 31 78 19 43



Charbonnasserie
Agencement - Vente
Installation - Entretien
Fourniture

CHARBONNASSERIE

GOÛTEZ À LA NORMANDIE
LE TRUCK DEBARK

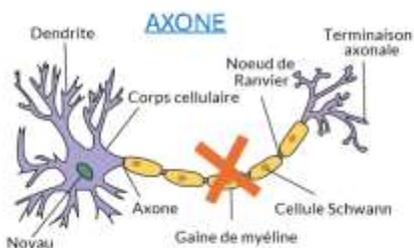
RANVILLE ROSES
FLEURISTE



02 31 78 33 93

CA
NORMANDIE

LA SCLEROSE EN PLAQUES est une maladie auto-immune qui touche le système nerveux central (SNC) constitué du cerveau et de la moelle épinière. Elle provoque des perturbations de transfert de l'information des cellules nerveuses appelées axones. Ceci provoque des messages erronés depuis le système nerveux central vers les organes en général. Cette maladie évolue par poussée ou bien progressivement.

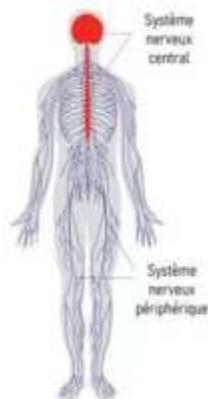


120 000 personnes en France

3 sur 4 sont des femmes

La moyenne d'âge du diagnostic est de 30-32 ans

1^{ère} cause du handicap du jeune adulte après les accidents traumatologiques



SYMPTOMES

FATIGUE
DOULEURS
TROUBLES :
Moteurs,
Sensoriels,
Equilibre,
Vue,
Parole,
Cognitifs,
Fonctionnels

...

Chaque patient présente plusieurs de ces troubles et a son histoire de vie qui est unique.

800 enfants diagnostiqués

L'origine de la maladie n'est pas connue

Même si des facteurs de risques sont identifiés

Aucun traitement ne guérit la Sclérose en Plaques

Des traitements existent pour soulager le quotidien des malades



Fondation pour l'Aide à la Recherche pour vaincre la Sclérose En Plaques

SEULE LA RECHERCHE NOUS PERMETTRA D'ALLER PLUS LOIN

ENSEMBLE POUR VAINCRE LA SCLEROSE EN PLAQUES