

Dimanche 15 octobre 2023

Audax 25 ou 50 km

DECOUVERTE DES PARCS & DU PATRIMOINE DYONISIENS



Une co-organisation Rando Montfermeil et CDRP 93
dans la cadre de la journée MARCHÉ 93



Boucle 1 : De Villepinte à Tremblay en France et Sevrans 25 km

En passant notamment par le parc du Sausset, le Château bleu du Vieux Tremblay, la Poudrerie de Sevrans et son parc forestier.

Boucle 2 : De Villepinte à Aulnay, Le Blanc Mesnil 25 km

En passant notamment par le parc du Sausset, la demeure Gainville à Aulnay, la Cité Pierre Senard au Blanc Mesnil, le parc Ballanger à Aulnay.



RV à 7h30 ou 12h45

Gare de Villepinte RER B direction Roissy CDG

Parking gratuit à la gare de Villepinte.

Départ à 8h00 / 13h00

Inscription : Envoyer un email à gpicot93@free.fr ou venir sur place 30 min avant le départ, avec numéro licence, club, lieu de résidence, certificat médical ou déclaration de prise de responsabilité

Tarif : 1 euro par brevet à régler sur place

Renseignements : gpicot93@free.fr



Aucun ravitaillement n'est fourni.

Les participants doivent se munir de
boisson, d'en-cas et de leur déjeuner

Extrait règlement
Audax Pédestres UAF

<https://www.audax-uaf.com/presentation/reglements/marche/>

2.2 Les marcheurs doivent fournir, à l'inscription, la photocopie de la licence FFRandonnée ou d'une autre fédération pratiquant la marche, ou d'un certificat médical de moins d'un an qui portera la mention : «ne présente aucune contre-indication médicale à la pratique de la marche Audax». A titre exceptionnel pour les brevets d'une distance inférieure à 100 km, une déclaration de bonne santé avec prise de responsabilité établie par le marcheur, peut être acceptée.

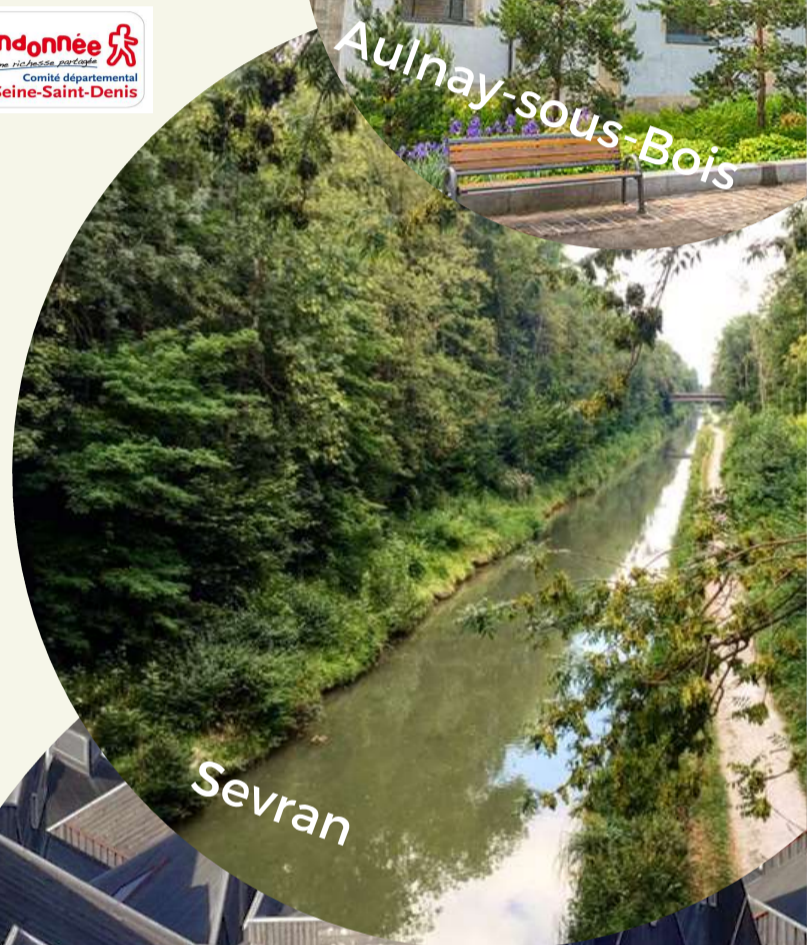
3. Un brevet Audax pédestre n'est ni une course, ni une compétition, mais une épreuve de régularité et d'endurance. Les marcheurs doivent rester groupés «Partir ensemble, arriver ensemble» [derrière le capitaine de route et devant le serre file]. L'allure moyenne entre chaque contrôle est de 6 km/h. Les délais accordés pour effectuer les différents brevets Audax sont :
• 25 km : 5 h, arrêts compris – (04 h 10 de marche – 0 h 50 d'arrêt • 50 km : 10 h, arrêts compris – (08 h 20 de marche – 1 h 40 d'arrêt). Les arrêts sont répartis en fonction du parcours et des points de ravitaillement.

6.3 Les marcheurs doivent se conformer strictement au code de la route et aux arrêtés en vigueur dans les communes traversées ; en particulier, respecter les feux de signalisation et se montrer prudent vis-à-vis des autres usagers de la route.

6.4 Les marcheurs ont l'obligation de revêtir sur route un gilet de signalisation fluorescent sur le dernier vêtement ou le sac à dos, de jour comme de nuit.



Aulnay-sous-Bois



Sevrans



Blanc-Mesnil