

REGLEMENT

- 1) La manifestation est gratuite et ouverte à tous.
- 2) Cette journée n'est pas une compétition. L'allure est libre. Aucun classement ne sera effectué.
- 3) Les participants devront impérativement suivre les animateurs, ne pas s'écarter des parcours indiqués, respecter le code de la route, la propreté des lieux, ne pas prendre de raccourci favorisant l'érosion, ne pas déranger la faune sauvage et respecter la flore, partager l'espace avec les autres usagers dans le respect des règles mutuelles.
- 4) Les parcours non balisés sont autorisés exceptionnellement et seulement le jour de la manifestation.
- 5) Les participants ne devront ni fumer, ni allumer aucun feu.
- 6) Les chiens ne sont pas admis sauf les chiens d'aveugle

ASSURANCE

La manifestation est couverte par une assurance souscrite par le Comité Départemental de Randonnée Pédestre 13 auprès de la Fédération Française de Randonnée Pédestre.

RENSEIGNEMENTS COMPLEMENTAIRES

Comité Départemental de la Randonnée Pédestre
Tél : 04.91.32.17.10

Site du Comité: <http://pagesperso-orange.fr/cdrp13>

e.mail : ffrp.cdrp.13@orange.fr

Site de la Fête : www.feterando13-2008.fr

ANNULATION

Suivant les conditions climatiques (vent, sécheresse...) certains sites peuvent être fermés (poudrière) et la manifestation annulée selon arrêtés préfectoral et/ou municipal.



Avec la collaboration des Municipalités
de Miramas et de St Chamas



Photos : Francis AUPICON

Imprimerie Esmenjaud - 13120 Gardanne - Tél. 04 42 58 31 52

Le Comité Départemental de la Randonnée Pédestre des Bouches du Rhône (C.D.R.P. 13) organise, avec le collectif des associations de randonnée locales GRAPE, MPT Miramas, l'Espigau, MPT Istres, Godasses Lançonnaises

La 5^{ème} Fête Départementale de la Randonnée Pédestre

rando pour tous®

DIMANCHE
19 OCTOBRE 2008
à MIRAMAS

Venez découvrir
Miramas et
Saint Chamas



PROGRAMME

La manifestation est associée à la journée nationale du Comité contre les Maladies Respiratoires et au week-end du sport en famille du Ministère de la Santé, de la Jeunesse, des Sports et de la Vie Associative.

4 itinéraires sont proposés aux participants :

Parcours n°1 : Cabasse, Palouquin
4 km - dénivelé 20 m - 2 h 00

Parcours n°2 : Cabasse, Miramas le Vieux, Poudrerie
12 km - dénivelé 160 m - 4 h 00

Parcours n°3 : Cabasse, Miramas le Vieux, Poudrerie, le golf, Saint Suspy
20 km - dénivelé 220 m - 6 h 00

Parcours n°4 : Cabasse, Miramas le Vieux, Poudrerie, Port, Petite Camargue, le Loir, golf, Saint Suspy
30 km - dénivelé 350 m - 7 h

ACCUEIL

Château de Cabasse

Parcours n° 1, 2 et 3 : départs entre 8 h et 10 h

Parcours n° 4 : départs entre 8 h et 9 h

Rallye du souffle (parcours 1) : départ à 14 h 30

Stationnement des voitures et des cars :

Château de Cabasse, parking haut. Accès par Miramas (depuis le Plan d'Eau de St-Suspy, prendre le Chemin de Cabasse). Covoiturage vivement recommandé.

COLLATION du matin offerte par la mairie de Miramas

RAFRAICHISSEMENT au retour offert par le Comité Départemental de Randonnée Pédestre.

DISTRIBUTION DE LOTS PROMOTIONNELS

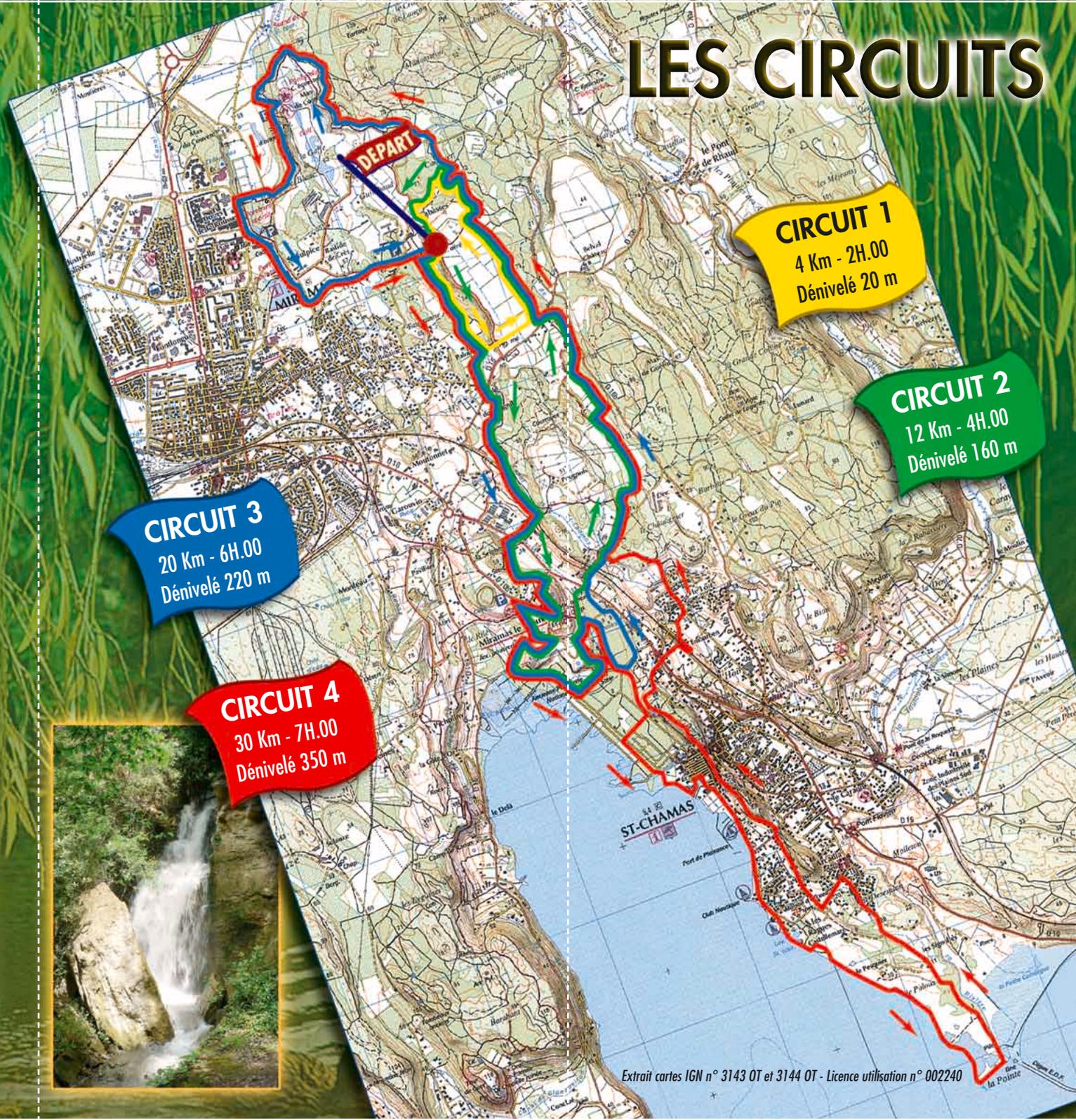
(séjours vacances) à partir de 14 heures.

ANIMATIONS :

14H à 17H30 stands à l'accueil



LES CIRCUITS



CIRCUIT 1
4 Km - 2H.00
Dénivelé 20 m

CIRCUIT 2
12 Km - 4H.00
Dénivelé 160 m

CIRCUIT 3
20 Km - 6H.00
Dénivelé 220 m

CIRCUIT 4
30 Km - 7H.00
Dénivelé 350 m