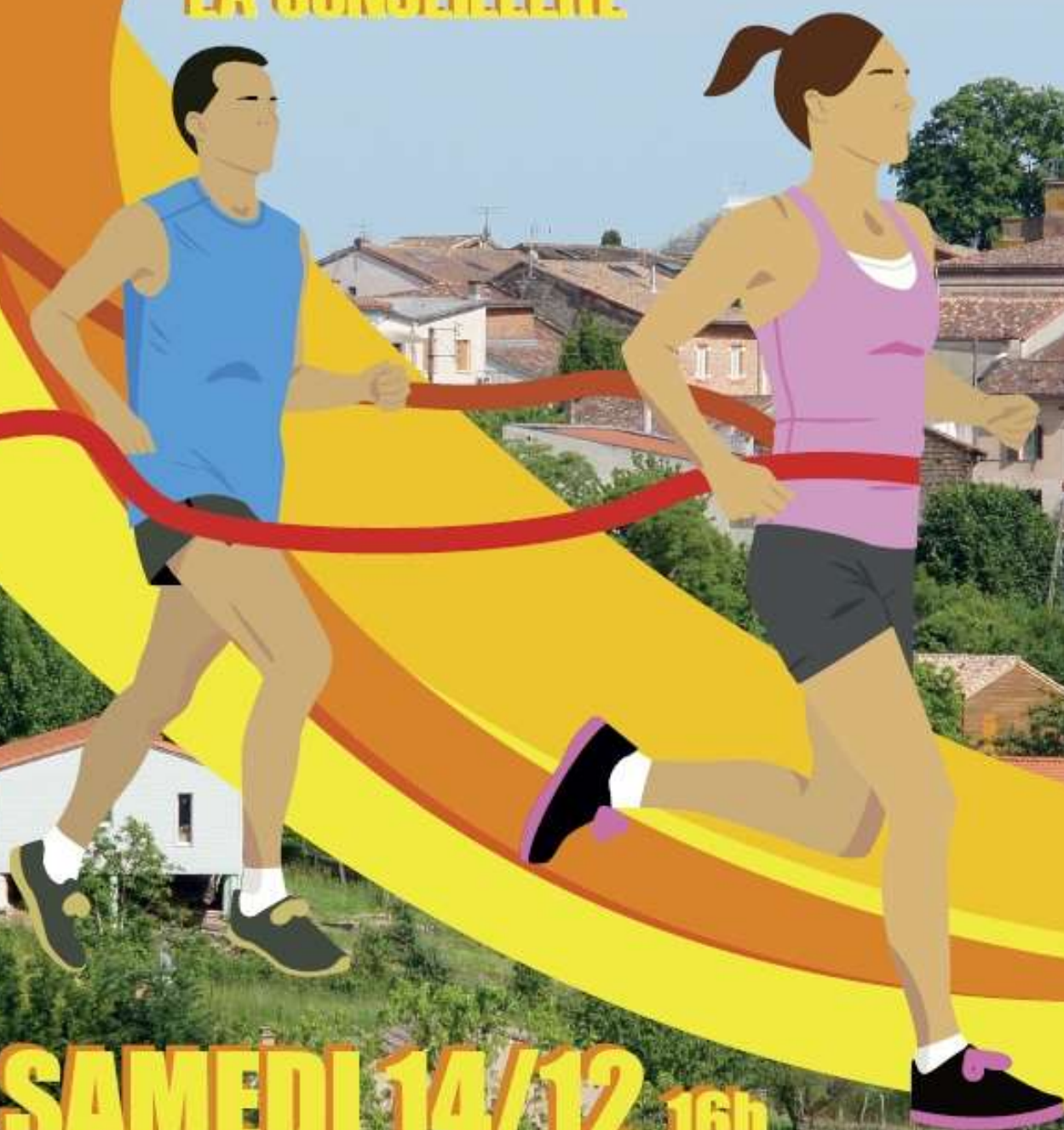


En faveur de l'association :

**HAISSEZ HAUT MACEO**

# TRAIL DES OUFES 2019

**MONTASTRUC  
LA CONSEILLERE**



**SAMEDI 14/12 16h**

**7 km (D+ 150m)**

**15 km (D+ 450m)**



[www.capmontas.org](http://www.capmontas.org)

**Départ des courses à 16h devant la mairie de Montastruc samedi 14 décembre**  
**attention : à 1km environ de l'espace de retrait des dossards**  
Parcours sur routes et sentiers balisés autour de Montastruc-la-Conseillère  
prévoir une lampe frontale pour le 15 km

### Inscriptions

**En ligne** [www.chrono-start.com](http://www.chrono-start.com) ou [www.capmontas.org](http://www.capmontas.org)

**Par courrier** Envoyez le présent bulletin **avant le 11 décembre 2019**  
accompagné de votre règlement par chèque à l'ordre de CAP MONTAS à  
Agnès Boué, 4 av. du Général de Castelnau 31380 Montastruc-la-Conseillère

**Retrait des dossards et inscriptions sur place**  
- **Vendredi 13 décembre de 17h à 19h** au Magasin Foulées, Centre Commercial Du Louradou, 40 Route D'Albi 31180 Rouffiac-Tolosan  
- **Samedi 14 décembre de 10h à 15h15** à l'Espace Simone Veil, rue Jean Delmas 31380 Montastruc-la-Conseillère (**clôture des inscriptions à 15h**)



11€



13€

Ouvert aux coureurs nés en 2004 et avant

Ouvert aux coureurs nés en 2002 et avant

**Aucune inscription ne sera validée sans la présentation d'un certificat médical** de moins d'un an avec la mention obligatoire de non contre indication à la course à pied en compétition ou d'une licence sportive de la FFA (ou assimilée) en cours de validité.  
Les licences FF Triathlon et FF Course d'orientation ne sont plus acceptées.

NOM \_\_\_\_\_ PRÉNOM \_\_\_\_\_

SEXE  M  F ANNÉE DE NAISSANCE \_\_\_\_\_

CLUB \_\_\_\_\_ TEL \_\_\_\_\_

EMAIL \_\_\_\_\_

ADRESSE \_\_\_\_\_

CODE POSTAL \_\_\_\_\_ VILLE \_\_\_\_\_

En signant le présent bulletin, je m'engage à respecter les instructions fournies et à n'exercer aucune poursuite contre les organisateurs.

A \_\_\_\_\_ Le \_\_\_\_\_

SIGNATURE DU COUREUR  
(pour les mineurs, signature des parents)