

# CHALLENGE COURSE NATURE MLK 2012 /2013



## 19 Epreuves :

- **Course Nature des Puits de Mines** à Cublac 12 Km le 17/03/2013
- **Trail La Tulle/Brive Nature:** 35 Km le 07/04/2013
- **Les foulées du Transcaillou**, Seilhac/Uzerche 13,5 km le 21/04/2013
- **Course Nature la Transpirante** à Malemort 16 km le 01/05/2013
- **Trail des Coteaux à Voutezac** 21 km et 32 km le 05/05/2013
- **Course Nature les Sentiers de la Résistance** 12 km nocturne 01/06/2013
- **Course Nature les Sentiers de la Résistance** 15 km le 02/06/2013
- **Course Nature Tulle/Sédières:** 20,3 km le 16/06/2013
- **Courir Ensemble à Malemort** 10 km (seul ou avec 1 personne handicapée) le 23/06/13
- **Trail de la Noix** à Saillac: 21 km le 07/07/2013
- **Course Nature La Vézerchoise** à Uzerche: 13 km le 13/07/2013
- **La Montée du Doux** à Beaulieu: 13,6 km le 14/07/2013
- **Trail de Meyronne (Lot):** 20 ou 40 km le 21/07/2013
- **Course Nature de Beyssac:** 17 km le 28/07/2013
- **Trail des Chataigniers** à Beynat: 32 km le 18/08/2013
- **Course Nature d'Espeyrut:** 14 km le 25/08/2013
- **Trail Vallée Cère et Dordogne:** 33 km ou 53 km le 01/09/2013
- **Course Nature JPC** de Cosnac: 12 km le 06/10/2013
- **Trail de la Paix:** 21 km km le 13/10/2013

## Règlement

Les coureurs qui participeront aux 2 épreuves des sentiers de la résistance (une le samedi soir en nocturne et l'autre le dimanche matin) auront 1 Bonus de 10 points en plus de ceux remportés aux classements de chacune des 2 courses. Courir Ensemble à Malemort au profit de l' ADAPEI apporte 5 points de bonus supplémentaire aux points acquis au classement de l'épreuve.

Ce Challenge est ouvert aux licenciés FFA ou FFTRI, et non licenciés munis d'un certificat médical de non contre indication à la pratique de la course à pied en compétition, datant de moins d'un an, des catégories Junior à Vétéran 4

Pour être au classement final, les Hommes devront avoir participé à un minimum de 6 épreuves, dès la 7ème course, seuls les 6 meilleurs scores obtenus seront retenus; Pour les Féminines le principe est le même, mais sur 5 épreuves. En cas d'égalité, le plus grand nombre de premières places, voire de deuxièmes places etc..., départagera les ex-aequo éventuels.

Les 30 premiers de chaque catégorie homme et femme seront systématiquement classés, ainsi le 1er de chaque catégorie marquera 30 points, le 2ème 29 points, le 3ème 28 points, etc...

Les titres seront décernés au Trail de la Paix le 13/10/2013 à Lissac, les 6 premiers hommes et femmes de chaque catégorie seront récompensés.

Toute l'actualité des courses sur: [www.jorganize.fr](http://www.jorganize.fr)

**Nouveauté 2013 : Le magazine national ESPRIT TRAIL couvrira le Challenge MLK 2013**

