

# Course solidaire Samedi 24 mai 2025

Comité Départemental du Sport Adapté  
de la Haute-Garonne (CDSA 31)

GRAND PUBLIC



Le samedi 24 mai 2025  
De 13h00 à 16h30



3 rue des Tilleuls,  
Tournefeuille, 31170  
Stade de Rugby

# Programme de la journée

## COURSES

Horaires	Planification
13h00 - 13h45	Récupération des dossards
13h45 - 14h00	Echauffement collectif
14h00	Départ 9 km course
14h15	Départ 6 km marche Départ 6 km course
14h30	Départ 3 km marche Départ 3 km course
16h00	Remerciements et remise des récompenses
16h30	Clôture



# Les courses

## FORMAT

Le CDSA 31 propose de participer à 4 courses :

- une **marche** ou une **course** de **3km** à réaliser seul, il s'agit d'une boucle à effectuer en marchant ou en courant.
- une **marche** ou une **course** de **6km** à réaliser seul, il s'agit d'une boucle à effectuer en marchant ou en courant.
- une **course** de **9km** à réaliser seul, il s'agit d'une boucle de 3km à réaliser trois fois.

*\*tarifs en annexe*

## ÉQUIPEMENTS

Prévoir un équipement adapté à la pratique des activités proposées :

- Une tenue de sport
- Une bouteille d'eau
- Des baskets
- Epingles à nourrices

Des vestiaires seront à disposition afin de se changer sur place.



## CONDITIONS DE PARTICIPATION

- Avoir renvoyé la fiche d'inscription ainsi que le dossier d'inscription complétés et signés au plus tard le **5 mai 2025** à l'adresse suivante :

**[cdsa31@gmail.com](mailto:cdsa31@gmail.com)**

- Les dossiers seront traités une fois complets (fiche d'inscription complétée et signée + le règlement).

# Fiche d'inscription aux courses

**Course solidaire**  
**24 mai 2025**

Organisé par le : CDSA 31  
Réfèrent : Thomas LABESCAT  
06 14 66 23 68 – cdsa31@gmail.com

## INSCRIPTION

(A remplir par la personne chargée de l'inscription)

**NOM(S)**

---

**PRÉNOM(S)**

---

**DATE DE  
NAISSANCE**

---

**E-MAIL**

---

**TÉLÉPHONE**

---

## Choix de la course

- 3 kilomètres marche / course
- 6 kilomètres marche / course
- 9 kilomètres course en solo



# Cadre sécuritaire de la course

## Participants

Tous les participants doivent remettre un certificat médical de non contre indication à la pratique de la marche et/ou de la course à pied en cours de validité (moins d'un an). Il devra être remis au plus tard le jour de la course. En l'absence de présentation le jour J, le participant ne pourra s'engager sur la course.

## Assurance et responsabilités

Le CDSA 31 assure l'évènement par son inscription au Calendrier Sportif Fédéral FFSA et utilise l'assurance fédérale (MAIF). Par ailleurs, sur le plan des secours, il s'engage à :

- Avoir prévenu le SDIS le plus proche du lieu de la course.
- Disposer d'un binôme de secouristes formés aux gestes de premiers secours, mobiles sur le parcours.
- Disposer de trousse de secours mobiles, d'un espace pour réaliser (si besoin) des soins et d'un registre de soins.

## Annulation du fait du CDSA 31 :

Le CDSA se réserve le droit d'annuler l'évènement si les conditions météorologiques ne sont pas réunies pour l'organisation de l'évènement.

## Facturation

Les paiements se font à l'inscription par chèque (à l'ordre du CDSA 31) ou par virement (RIB sur demande).

Les factures seront éditées à l'issue de chaque paiement.

Le CDSA 31 peut éditer un devis pour chaque inscription transmise afin de déclencher le paiement.

**Nom et prénom  
SIGNATURE**

# Annexe : les tarifs

## LES COURSES

Course	Tarifs
3 km marche ou course	15€ / Personne
6km marche ou course	20€ / Personne
9km course en solo	25€ / Personne

