Règlement

Quelques règles pour passer une matinée conviviale et agréable !
La plus importante d'entre elles, qui ne figure pas dans ce règlement reste celle de la bonne humeur !
Courez ou marchez pour vous faire plaisir, il ne s'agit pas d'une compétition !

Article 1 : Les organisateurs
L'Alphonsine et l'Alphonsinette sont organisées par la Mairie de Chatou, en partenariat avec la Jeunesse Croissy-Chatou Athlétisme.

Article 2 : Conditions de participation
Pour l'Alphonsine : Être une femme née avant le 1er janvier 2009.
Pour l'Alphonsinette : Être une jeune fille née entre le 1er janvier 2015 et le 31 décembre 2010

Article 3 : Le circuit
Le circuit de l'Alphonsine est d'environ 5,5 km et traverse le Parc de l'île des Impressionnistes et une partie de la commune de Chatou.
Il est identique pour la randonnée pédestre et la course à allure libre.
L'Alphonsinette se déroule dans le parc de l'Ile des Impressionnistes et fait environ 2 km.

Article 4 : Inscriptions
Dès le 11 septembre
dans la limite de 400 participantes.
En ligne sur : www.alphonsine.fr (clôture le 9 octobre)
ou
Par courrier adressé au Centre administratif Direction Jeunesse et Sports / Service des Sports 3 rue des Beaunes 78400 CHATOU (clôture le 8 octobre)

> Participation financière :

- 7 € à remettre au retrait du dossard
- 3 € à remettre au retrait du dossard pour une inscription à l'Alphonsinette
- 8 € à remettre au retrait du dossard pour une inscription duo mère fille

4 euros par inscription seront reversés à « Aidons la recherche » , qui a pour but de soutenir et d'accompagner dans leur reconstruction psycho-corporelle, les femmes touchées par le cancer du sein. L'association propose trois activités dispensées par des professionnelles : cours de pilate adapté, danse collective adaptée et des séances de sophrologie ainsi qu'un accompagnement psychologique. Sa devise est la règle des « 3 B » : « Bien dans son corps, Bien dans sa tête, Bien dans sa vie ! »

Nouveauté cette année :
Depuis le 1er avril 2024, il n'est plus obligatoire de disposer d'un certificat médical pour participer à une course, pour les non-licenciés à la FFA.
Pour vous inscrire en ligne sur notre site, il vous suffira au préalable de générer votre attestation de parcours prévention santé mis en place par la Fédération française d'Athlétisme sur le site https://pps.athle.fr . Gardez votre N° d'enregistrement afin de le noter lors de votre inscription à la course ou de nous en remettre une copie de l'attestation, lors du retrait de votre dossard.Cette attestation est valable 3 mois, vous devez aller sur le site ci-dessus dans les 3 mois avant le 13 octobre.

Article 5 : Les horaires
1. Randonnée pédestre : départ à 9 h 15
2. Alphonsinette : départ à 9 h 30
3. Course à allure libre : départ à 10 h

Il n'y aura aucun classement.
En revanche, un chronomètre sera installé à côté de la ligne d'arrivée pour permettre aux participantes de la course de connaître leur temps.

Article 6 : Ravitaillement
Un point de ravitaillement en eau est prévu à mi-parcours.

Article 7 : Départs et arrivées
Le départ et l'arrivée de toutes les courses se situent au complexe sportif de l'île des Impressionnistes.

Article 8 : Vestiaire
Un stand « vestiaire » sera à la disposition des participantes. La ville de Chatou décline toute responsabilité en cas de vol ou de perte.

Article 9 : Animations
Un échauffement collectif, (proposé par un éducateur sportif du club de judo samc) précèdera le départ de la course à allure libre (à partir de 9 h 40) et une séance d'étirements dirigée par un professionnel la clôturera (à partir de 10 h 45).

Article 10 : Tombola
De nombreux lots seront à gagner dans le cadre d'une tombola. Le tirage au sort aura lieu en fin de matinée et concernera l'ensemble des participantes.

Article 11 : Couverture photographique et audiovisuelle
Du fait de son engagement, la participante déclare avoir pris connaissance et accepté les dispositions légales et réglementaires relatives au droit de reproduction publique par l'image de l'évènement dans le cadre de la promotion de celui-ci.

Article 12 : Responsabilités et litiges
Concernant la responsabilité civile, les organisateurs sont couverts par une police d'assurance souscrite auprès de la compagnie Groupama. Quant à la responsabilité individuelle accident, les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence ; il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement. Par ailleurs, les organisateurs déclinent toute responsabilité quant aux vols et accidents éventuels.

Article 13 : Annulation
En cas de force majeur, de catastrophe naturelle ou de toute autre circonstance mettant en danger la sécurité des concurrents, l'organisateur se réserve le droit d'annuler l'épreuve.

Article 14 : Assistance médicale
Une équipe de la Croix-Rouge assurera l'assistance médicale de la manifestation.

15e édition

Ouvert à toute femme
née avant le 01/01/2010 et aux jeunes filles nées
entre le 1er janvier 2016 et le 31 décembre 2011

l'Alphonsine et l'Alphonsinette

Manifestation dédiée aux femmes

Un parcours de randonnée ou un parcours de course

Ateliers santé et bien-être autour du parcours

De nombreux lots à gagner par tirage aux sort

Course duo "Mère-Fille"

de 14 -18 ans.

Mini course : "l'Alphonsinette"

ouverte aux filles **de 8 à 13 ans.**

2 km dans le parc de l'Île des Impressionnistes.