

**Le club de l'E.S.Stains organise**

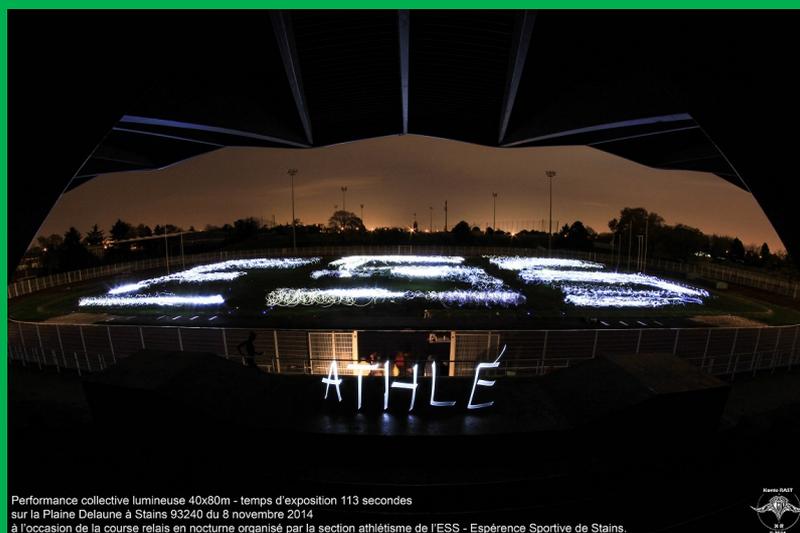
**le samedi 05 novembre :**

**La 5ème édition de son relais de nuit  
*les 2 heures de Stains***

**Sur la plaine des sports du stade**

**Auguste Delaune à Stains**

**de 20 h 00 à 22 h 00**



# Règlement du relais nocturne

Course en nature de nuit (de 20 h 00 à 22 h 00) en relais (6 athlètes) sur la plaine des sports Auguste Delaune (parcours balisé de 800 m) avec juste pour éclairage une lampe frontale ou le clair de lune !

Adresse du départ : Stade Auguste Delaune rue Michel Rolnikas à Stains

## Engagement gratuit

(Dans la mesure du possible envoyé vos engagements par courriel à [caderon@club-internet.fr](mailto:caderon@club-internet.fr))

- Récompense à toutes les équipes.
- Ravitaillement (boissons / gateaux)
- Vestiaires / Douches
- Se munir d'une lampe frontale par équipe
- Pot convivial au moment de la remise des récompenses (Dès la fin de la course)

## Réglementation

Une seule course, différents classements en fonction des athlètes dans les équipes (sans catégorie d'âge) :

- 6 femmes
- 6 hommes
- mixte 3 femmes et 3 hommes
- mixte 1 femme ou 1 homme minimum

Les équipes ne peuvent être composées que d'athlètes à partir de la catégorie minime (2002)

Ne peuvent compter dans le classement que les équipes complètes composées d'athlètes étant licenciés.

Peuvent participer les personnes non licenciés désirant courir un ou plusieurs tours du parcours à titre individuel (pour le plaisir).

- Relais sur 2 heures.
- Parcours de 800 m environ sur la plaine des sports
- Chaque athlète participant dans une équipe se verra remettre un dossard numéroté de 1 à 6
- Les relais se feront tous les tours dans l'ordre de passage des dossards (le 1 puis le 2 le 3 le 4 le 5 et le 6 puis de nouveau le 1 le 2 le 3, etc...)
- Chaque relayeur effectuera 1 seul tour à chaque relais
- L'équipe gagnante sera celle ayant effectuée le plus grand nombre de tours.
- A la fin des 2 h 00 tout tour commencé devra être fini.