

OCHSNER SPORT



PANNEAUX PUBLICITAIRES
PUB GRAVO
GRIVES 4 - GRANGES-PACCOT
026 322 34 71 *service*



ENTRAÎNEMENTS ACTIFS

Le plaisir de courir ou de marcher ensemble!

Lundi: course 19h00 rdv au parking de la mycologie
Mardi: course 18h30 rdv au parking de la mycologie
Mercredi: walking 19h15 rdv fixé par la responsable (actifs@carc.ch)
Jeudi: walking 19h00 rdv fixé par le responsable (actifs@carc.ch)

Pour toutes questions: actifs@carc.ch

Maillard
ImmoServices


Ascenseurs Menétrey
• manufacture suisse depuis 1924 •

Coiffure MESSIEURS
Chez Bebel
SANS RENDEZ-VOUS !!!
Villaz-St-Pierre
www.chezbebel.ch

groupe
mutuel




**MICHEL SA
BUGNON**
GARAGE AUTOMOBILE
Rte de Romont 14
1748 Torny-le-Grand
Tél. 026 658 11 45
www.garagebugnon.ch

Meubles classiques, modernes, de style
Restauration de meubles
Revêtement de sol

Expo 1300 m²

Ameublements DOUGOUD Frères

Rte d'Oron 17 - 1679 Villarboud Tél. 026 655 14 14
office@dougoud.ch - www.dougoud.ch Fax 026 655 19 69

helvetia
Votre assureur suisse



Fabrice Python
Conseiller Clients

Agence principale Bulle
T 058 280 67 67, M 079 644 15 67
fabrice.python@helvetia.ch


**Moulin
DE ROMONT**
Le meilleur de notre région



Blé 100%
Romont Région
www.moulinderomont.ch

gdw
architectes sa

grand-rue 52 / cp 167 +41 26 652 47 72
ch - 1680 romont www.gdw-architectes.ch

RAIFFEISEN




Physiothérapie la Colline



**WECK
AEBY**
L'IMMOBILIER • L'EXPÉRIENCE

groupe e

RAIFFEISEN
groupe e




Physiothérapie la Colline

**WECK
AEBY**
L'IMMOBILIER • L'EXPÉRIENCE

COURSE EN FORÊT DE ROMONT

di 17 septembre 2023

www.carc.ch

42^e
édition



Epreuve comptant pour:
La Coupe de la Gruyère 2023
FriRunCup 2023



COURSE EN FORÊT DE ROMONT

di 17 septembre 2023



La course en forêt, l'événement idéal pour tous les défis!

Tu as besoin d'une course pour tester ta vitesse en trail?
Tu prépares Morat-Fribourg et tu veux te mettre en confiance?
Tu viens de commencer la course et tu cherches un premier défi?
Ton enfant aime courir et tu veux lui faire découvrir l'ambiance festive des courses régionales?

Nos parcours de 7 et 14 kilomètres pratiquement entièrement sur un chemin de forêt et nos boucles de 400 à 800 mètres pour les enfants vous attendent le 17 septembre 2023 à la montagne de Lussy, près de Romont.

FRIBOURG CENTRE

Ensemble, vibrons pour le sport fribourgeois!

HOP HOP HOP!

Découvrez nos activités et enseignes sur fribourg-centre.com

FRIBOURG CENTRE & LA GALERIE
LE MEILLEUR EST AU CENTRE

Grand parcours: 2 boucles - 14,7 km
Petit parcours: 1 boucle - 7,5 km

Horaires & Catégories

Départ	Catégorie	N°	Années	Distance	Finace
09h15	Walking et Nordic-Walking	26	2009 et avant	7'500 m	18.-
09h25	Course adaptée / Handicap Rennen*	27		800 m	10.-
09h45	Proclamation des résultats course adaptée				
10h00	M20 - Hommes M20 - Männer	1	1984-2003	14'700 m	18.-
10h00	M40 - Vétérans I / M40 - Veteran I	2	1974-1983	14'700 m	18.-
10h00	M50 - Vétérans II / M50 - Veteran II	3	1964-1973	14'700 m	18.-
10h00	M60 - Vétérans III / M60 - Veteran III	4	1954-1963	14'700 m	18.-
10h00	M70 - Vétérans IV / M70 - Veteran IV	5	1953 et avant	14'700 m	18.-
10h00	F20 - Dames I / F20 - Damen I	6	1984-2003	14'700 m	18.-
10h00	F40 - Dames II / F40 - Damen II	7	1974-1983	14'700 m	18.-
10h00	F50 - Dames III / F50 - Damen III	8	1964-1973	14'700 m	18.-
10h00	F60 - Dames IV / F60 - Damen IV	9	1963 et avant	14'700 m	18.-
10h22	M19 - Hommes juniors / M19 - Junioren	10	2004-2005	7'500 m	18.-
10h22	F19 - Dames juniors / F19 - Juniorinnen	11	2004-2005	7'500 m	18.-
10h22	Cadets A / Knaben A	12	2006-2007	7'500 m	10.-
10h22	Cadettes A / Mädchen A	13	2006-2007	7'500 m	10.-
10h22	Cadets B / Knaben B	14	2008-2009	7'500 m	10.-
10h22	Cadettes B / Mädchen B	15	2008-2009	7'500 m	10.-
10h22	Course populaire M	16	2003 et avant	7'500 m	18.-
10h22	Course populaire F	17	2003 et avant	7'500 m	18.-
11h20	Ecoliers A / Schüler A	18	2010-2011	3'000 m	10.-
11h20	Ecolières A / Schülerinnen A	19	2010-2011	3'000 m	10.-
11h40	Ecoliers B / Schüler B	20	2012-2013	2'000 m	10.-
11h40	Ecolières B / Schülerinnen B	21	2012-2013	2'000 m	10.-
11h55	Ecoliers C / Schüler C	22	2014-2015	800 m	10.-
11h55	Ecolières C / Schülerinnen C	23	2014-2015	800 m	10.-
12h05	Poussins	24	2016 + jeunes / jünger	400 m	10.-
12h15	Poussines	25	2016 + jeunes / jünger	400 m	10.-
13h30	Proclamation des résultats				

* sans chaise roulante

revario
VÊTEMENTS DE TRAIL

MADE IN SWITZERLAND
revario.ch

Informations

Organisation	Club Athlétique Romont Condémina, 1680 Romont
Lieu	Montagne de Lussy (Romont)
Renseignements	> Xavier Conus, 079 218 62 44 > André Mooser, 079 706 65 79
Dossards	Remis sur place au plus tard une heure avant le départ
Inscriptions	> Sur le site www.carc.ch jusqu'au 13.09.2023 à 20h, paiement uniquement sur place > Sur place avec une majoration de CHF 5.00
Résultats	> Course adaptée, proclamation à 09h45 > Proclamation à 13h30 pour toutes les cat. > Sur le site internet www.chronometrage.ch
Prix	> Prix spéciaux pour les meilleurs de chaque catégorie, sauf cat. 26, walking, les trois prix seront tirés au sort > Les prix seront remis uniquement aux personnes présentes lors de la proclamation des résultats
Assurance	Les participants doivent s'assurer personnellement. L'organisateur décline toute responsabilité en cas d'accident, de maladie ou de vol.
Vestiaires	À proximité du départ à la Montagne de Lussy
Douches	Halle de sport à Romont, bus navettes à disp.
Ravitaillement	Postes à mi-parcours et à l'arrivée
Restauration chaude	> Durant toute la durée de la manifestation > Repas de midi à la cantine de la Montagne de Lussy
Course interne	Possibilité de participer à la course des organisateurs le mardi 12.09.2023, départ 18h30, pour reconnaître le parcours.

Jackpot

CATÉGORIES HOMMES

2'000.-

Record (1997)

43'05"

Stéphane SCHWEICKHARDT

CATÉGORIES FEMMES

2'000.-

Record (2003)

51'00"

Maryam YUSUF

Inscriptions en ligne

