



**22**  
**SEPT.**  
**2024**



# CHAMPIONNAT DE FRANCE FSGT COURSE HORS STADE

## 27<sup>E</sup> GAMBADE ESCALAISE - 10 & 20 KM

\*Une distance de 5km est proposée (hors championnat)

Organisé par la Team Runner Déclic04

Alpes de Hautes Provence - 04160 L'ESCALE

[WWW.FSGT.ORG](http://WWW.FSGT.ORG) - [WWW.SPORTETPLEINAIR.FR](http://WWW.SPORTETPLEINAIR.FR)

@FSGTOfficiel



#NousLeSportPopulaire



# PROGRAMME DU WEEK-END

**Samedi 21 septembre 2024**

Championnat de France du 10km & 20km F.S.G.T à l'Escale

## ACCUEIL

Accueil à la M.A.C (Maison des Associations et Culturelles) au centre du village

**De 14h00 à 19h15 :** Informations & Secrétariat – remise des dossards pour les licenciés FSGT et courses open.

**De 20h00 à 23h00 :** Pasta Party (eau comprise) avec orchestre musical.

Une buvette se tiendra à votre disposition. Les réservations s'effectueront lors de votre inscription à la Gambade Escalaise avant le 22 septembre, par votre club, Internet ou par courrier.

**Les tickets d'entrée à la Pasta Party sont à retirer le 21 septembre de 14h00 à 19h15 5€ pour tous les coureurs inscrits. Pour les accompagnants une participation de 8€ sera demandés, 4€ pour enfants de moins de 16 ans et gratuit pour les enfants de moins de 5 ans.**

### **Navette :**

Une navette gratuite sera mise à disposition le samedi 21 septembre pour ceux qui arriveront en train et seront déposés sur les lieux d'hébergements partenaires de la Gambade Escalaise. Cette même navette vous déposera le dimanche matin sur le lieu du départ. Pour votre retour la navette sera à votre disposition le lundi uniquement. Un planning horaire sera établi pour chacun d'entre vous !

**Un parking obligatoire** pour voiture sera aménagé au Stade Municipal qui se trouve à moins de 700 mètres du centre du village. Des **vestiaires – WC - Douches** Hommes et Femmes seront à votre disposition. Ne rien laisser dans les vestiaires, l'organisateur décline toute responsabilité en cas de perte, de dégradation ou vol.

**Sécurité :** Il sera fait appel aux pompiers en cas d'urgence, la Croix Rouge Française sera sur place.



Diverses animations seront proposées à partir de 11h00  
jusqu'à 17h30 dans le centre du village de l'Escale

**SAMEDI 21 SEPTEMBRE**



**CENTRE DU VILLAGE  
DE L'ESCALE**

Profite d'une journée pour découvrir et essayer  
les sports de ton choix gratuitement !

*Sisteron*  
**Aventures**  
vacances

**PASS SPORT**

[www.declic04.fr](http://www.declic04.fr)

**GRANDE SOIRÉE D'ANIMATION DE 20H À MINUIT !**

Pasta Party (eau comprise) avec groupe de musique  
(Les réservations s'effectueront lors de votre inscription à la Gambade Escalaise  
avant le 17 septembre par votre club, Internet ou par courrier).

TEAM RUNNER  
**DECLIC04**

**Dimanche 22 septembre 2024**

**Championnat de France de 10km et 20km F.S.G.T**  
Lieu des départs et arrivées sur la commune de l'Escale

**PROGRAMME :**

A partir de 8h00 : Retrait des dossards à la M.A.C (Maison des associations et culturelles)

09h50 : Départ du 10km (ouvert à tous à partir de 2010 et avant)

10h00 : Départ du 20km (ouvert à tous à partir de 2008 et avant)

10h30 : Départ du 5km (ouvert à tous à partir de 2012 et avant)

12h15 : Buffet animation avec remise des récompenses du classement courses Open avec remise des récompenses du classement F.S.G.T (Championnat de France)

**REGLEMENT :**

**CLASSEMENT INDIVIDUEL**

Récompenses Championnat de France F.S.G.T pour les licencié (es) FSGT. Médailles à chacun des trois premiers et trois premières. Titre et maillot de Championnat de France F.S.G.T à l'athlète classé (e) premier (e) de chaque catégorie.

Courses open : Tee-shirt technique à tous. Seront récompensés : Les trois premiers et les trois premières aux scratches de chacune des épreuves, Coupes ou lots divers au premier et première de chaque catégorie (H et F).

**CLASSEMENT PAR EQUIPES**

Un classement effectué à partir du scratch sur le cumul des trois meilleurs athlètes.

Un classement femme et homme. Trois types de classement en fonction de l'épreuve.

Médaille à chacun des trois athlètes composant les trois premières équipes.

**10km** = Cadets, Juniors, Séniors 1 et 2 confondus d'une part et Masters TC confondus d'autre part (en cas d'ex aequo, prédominance donnée à l'équipe possédant le meilleur troisième temps).

**20km** = Séniors 1 et 2 confondus d'une part et Masters TC confondus d'autre part (en cas d'ex aequo, prédominance donnée à l'équipe possédant le meilleur troisième temps).

Titre et maillot de championnat de France FSGT à athlètes de la première équipe.

**CHALLENGE DU NOMBRE**

Challenge du nombre sur les trois distances. La remise des récompenses ce déroulera à la **M.A.C** (Maison des Associations et Culturelles) à partir de 12h15. Dotations diverses.

**\*Tarifs d'engagements :** 20km (22€), 10km (16€), (hors championnat 5km (8€))

Je participe à la Pasta Party de la veille : 5€ (accompagnant 8€) gratuit aux enfants de moins de 5 ans.

Je participe au buffet après course : 5€ (accompagnant 8€) gratuit aux enfants de moins de 5 ans.

**\*Attention** : Aucun buffet ne sera vendu le jour de la course.

**INFORMATIONS ET RENSEIGNEMENTS :**

Site Internet : <http://www.decllic04.fr>

Tél : 06 80 02 26 23 (Marc Bévilacqua) – Courriel : [tdecllic04@gmail.com](mailto:tdecllic04@gmail.com)

# LES PARCOURS ET PROFILS

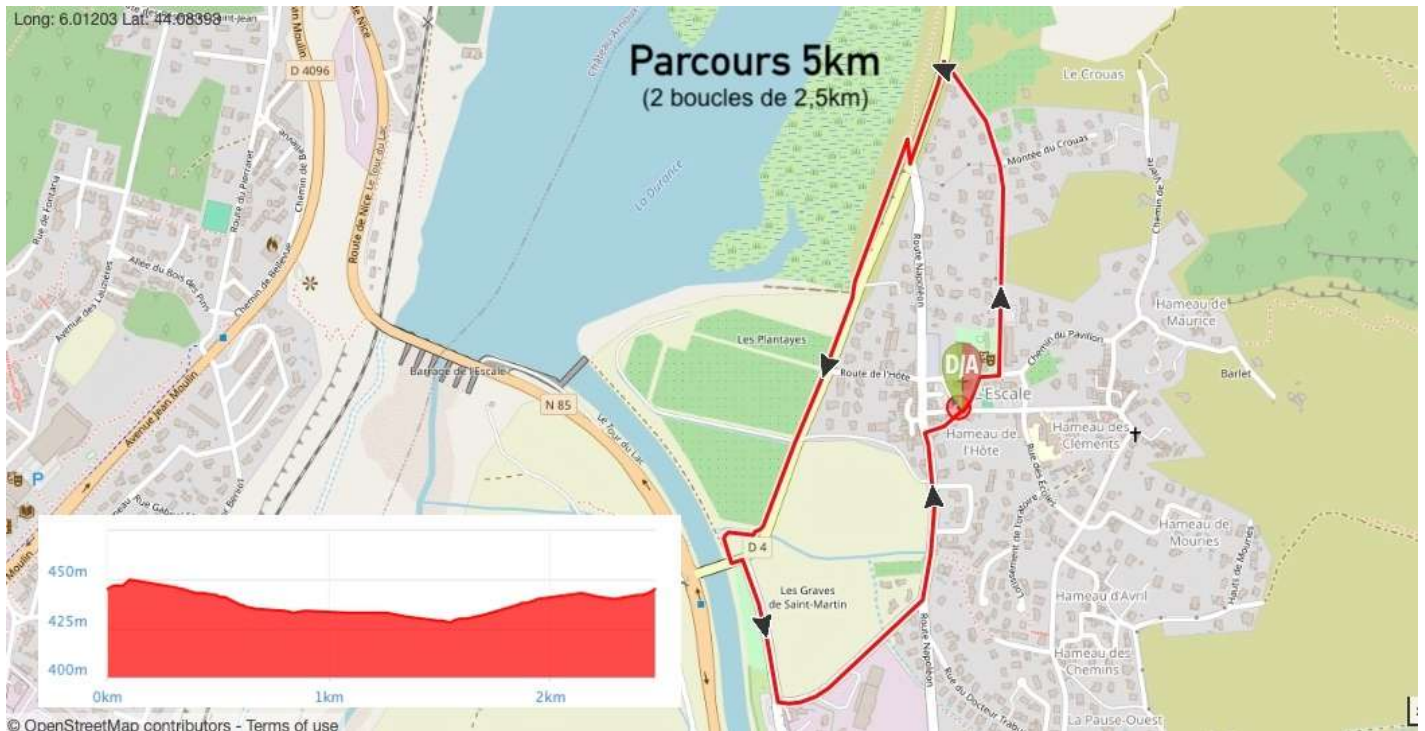
Tour du lac sur sentier aménagé et sécurisé qui regroupe les 3 communes  
VOLONNE – CHÂTEAU ARNOUX – L'ESCALE.

Le parcours est roulant avec un très faible dénivelé et légèrement vallonné  
(Championnat de France F.S.G.T)



## LE PARCOURS DU 5KM (hors championnat)

2 boucles de 2,5km une partie chemin du lac et une partie dans les rues du village légèrement vallonné avec un faux plat montant



**2 distances pour enfants sont aussi au programme dans les rues du village “le samedi 21 septembre” dans le cadre de la journée « La Fête du Sport ».**

300m – 1,5km (courses enfants)

# HEBERGEMENTS

## Hôtels – Camping – Gîtes

### PARTENAIRE :

Profitez d'un accueil privilégié de la part de ce partenaire de la Gambade Escalaise. Agréée qualité touriste, vous trouverez au [Camping de l'hippocampe](#) tout le confort nécessaire pour séjourner en famille ou en groupe (location de mobile-homes, chalets, bungalows de 4, 5, 6 places



Les mobile homes qui vous seront proposés :

Au choix, 2 catégories différentes :

**PRESTIGE** – grand mobile home spacieux avec 3 chambres + 2 salles de bain, max 6 pers.

**CONFORT** – mobile home classique avec 2 ou 3 chambres, 1 salle de bain, max 6 pers.

#### **Tarif à la nuitée, par mobile home**

	<b>Confort</b>	<b>Prestige</b>
1 nuit	115€	155€
2 nuits et plus	75€	100€

Il faut ajouter à ces tarifs la taxe de séjour : 0.66€ par nuit, par adulte

Les services hôteliers sont optionnels :

- Location de draps 15€ par personne
- Location de serviettes de toilette, 6€ par personne
- Nettoyage final : 25 euros par mobile home

Comme il s'agit de tarifs spéciaux, les intéressés doivent contacter le camping par Email de préférence ou par téléphone pour qu'il puisse vous adresser un devis.

**Contact : Tél. 04 92 33 50 00**  
Mail : [camping@l-hippocampe.com](mailto:camping@l-hippocampe.com)





N'hésitez pas à contacter l'office du Tourisme  
d'autres hébergements pourront vous être proposés

**Les Hôtels:**

Hôtel la Bonne Etape : Chemin du Lac – 04160 Château-Arnoux : Tél: 04 92 64 00 09  
Hôtel du Lac : 12 allée des Erables – 04160 Château-Arnoux : Tél: 04 92 64 04 32  
Hôtel du Château : place Jean Jaurès – 04160 Château-Arnoux : Tél: 04 92 64 00 26  
Hôtel Logis la Magnanerie Côté Bistrot: 2000 route de Marseille – 04200 Aubignosc : Tél: 04 92 62 60 11  
Le Mistral : Les Bons Enfants – 04200 Peipin : Tél: 04 92 62 44 11  
Le Moulin du Jabron : Les Bons Enfants – 04200 Peipin : Tél: 04 92 62 44 01 ou 06 84 89 14 95

**Les Chambres d'hôtes et Gîtes:**

L'OUSTAU DOU PICHOUN BLU : 4 chemin Valbelle – 04200 Peipin : Tél: 06 76 66 97 60  
Chambre d'Hôtes La Voute : 2 rue du Verger– 04290 Volonne : Tél: 06 86 83 04 45  
Gîte T3 Campagne Roubaud : Campagne Roubaud – 04160 Château-Arnoux : Tél: 04 92 62 61 70  
  
Les Chambres de Camilles : lieu-dit Les petites Filières –04160 Château-Arnoux: Tél: 04 92 34 72 52  
Appartement ou studio : Aérodrome –04160 Château-Arnoux: Tél: 04 92 64 29 71  
Chambre et table d'Hôte : 2671 route de Sisteron –04290 Volonne: Tél: 06 60 83 83 64 ou 06 08 99 71 04  
Villa Bellevue : route du Lac – 04160 l'Escale : Tél : 06 23 37 18 35

Pour tous renseignements  
**OFFICE DU TOURISME Du Val de Durance**

Ferme de Font Robert - Avenue de la Bastide - 04160 Château Arnoux

Tél. 04 92 64 02 64 - Fax : 04 92 64 54 55

<http://www.valdedurance-tourisme.com>

Basse saison : Ouvert de janvier à mars et de novembre, décembre du lundi au vendredi :  
9h - 12h30 et 14h - 17h30. Fermé les jours fériés

Moyenne saison : Ouvert d'avril à juin et de septembre/octobre du lundi au vendredi :  
9h30 - 12h30 et 14h à 17h30. Le samedi de 9h à 12h30. Fermé les jours fériés

Haute saison : Ouvert de juillet et août du lundi au samedi de 9h00 à 12h30 et de 15h à 18h30.  
Dimanches et jours fériés de 9h à 12h30

# 100% Course Nature

 *Viruline Solaire*



**ARKEMA**  
INNOVATIVE CHEMISTRY



**SUPER U**  
Val Durance



*Lothantique*  
depuis 1920  
éditeur de parfums

**ALPES DE HAUTE PROVENCE**  
LE DÉPARTEMENT

**MAFFREN**  
*Confiseur*  
EN PROVENCE DEPUIS 1945

*Junélia*  
L'HIPPOCAMPE  
★★★★★



**Intermarché**  
04200 PEIPIN HYPER



**FLEURISTES ... ET FLEURS™**  
L'Artisan du Bonheur  
*Fablaire*

**Running conseil**  
*Par des coureurs, pour des coureurs ...*

**Provessences**  
*Senteurs et Bien-être au Naturel*



**La bonne étape**  
RESTAURANT  
HOTEL  
EXCELLENCE EN PROVENCE

**irresistible**  
ALPES DE HAUTE PROVENCE

**YAKOM**

