



L'ÉCHAPPÉE RHÉTAISE

GUIDE COUREUR

Samedi 10 octobre 2026 • Les Portes en Ré

Organisé par Run In Ré • Course nature éco-responsable •
2€ par dossard reversés à « Bougez contre la SLA »

20 KM

Départ 14h00
À partir de 18 ans

10 KM

Départ 14h15
À partir de 16 ans



COURSE ENFANT : programme à confirmer — surveillez le site du club



LIEU & ACCÈS

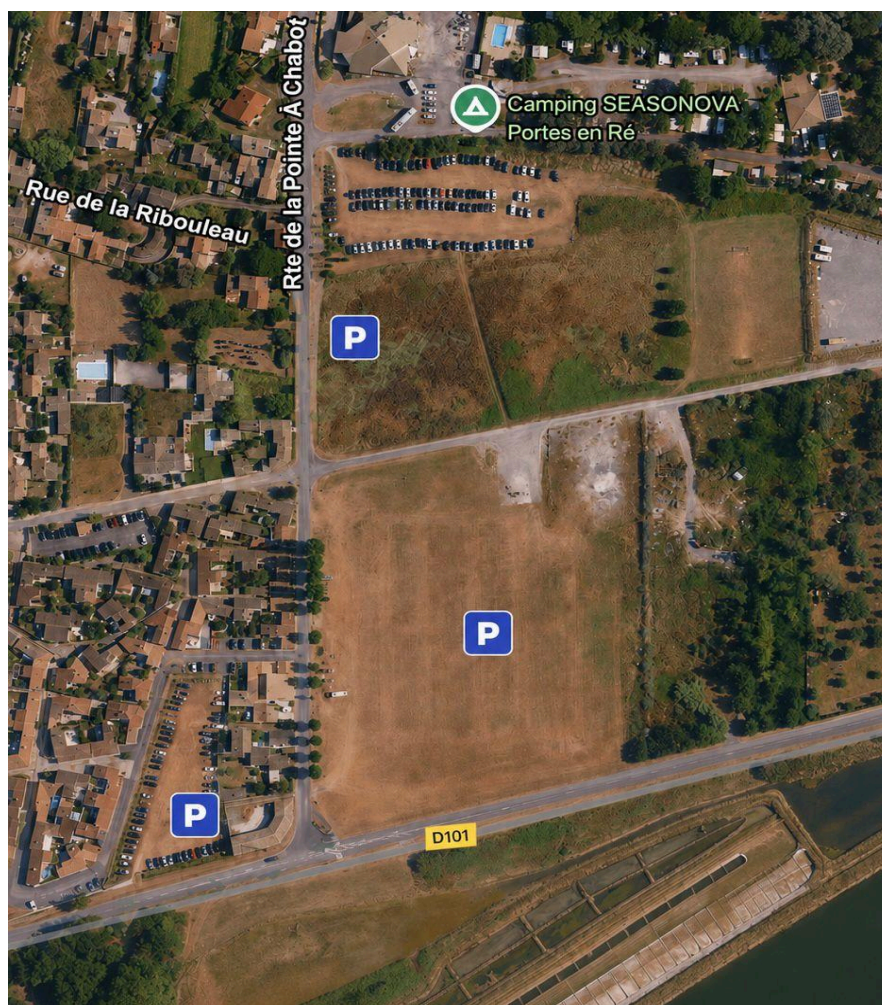
 **Départ / Arrivée** : Salle des Marais de la Prée — 17880 Les Portes en Ré

PROGRAMME DE LA JOURNÉE

| | |
|--------------|---|
| 10h00 | Ouverture du village course — Salle des Marais de la Prée |
| 10h00 | Retrait des dossards (jusqu'à 13h00) |
| 11h30 | Food trucks & Orchestre Mon Bistrot Préféré |
| 13h00 | Fermeture des inscriptions sur place |
| 14h00 | Départ 20 km |
| 14h15 | Départ 10 km (Joëlette à l'arrière du 10 km) |
| 17h00 | Remise des récompenses & podiums |

PARKINGS

 **2 parkings GRATUITS à la Pointe à Chabot — accessibles avant 13h00 uniquement !**





HÉBERGEMENT

Camping SEASONOVA sur place — tarif préférentiel pour les participants !

Code promo : **ECHAPPEE-RETHAISE** → -10% cumulable avec tarif non flex (-12%)


INSCRIPTION & DOSSARD


| Période | 10 km | 20 km |
|------------------------|-------------|-------------|
| Jusqu'au 31/07/2026 | 12 € | 18 € |
| Du 01/08 au 30/09/2026 | 15 € | 21 € |
| Du 01/10 au 10/10/2026 | 18 € | 24 € |

Retrait des dossards : le jour de la course de 10h00 à 13h00 (Salle des Marais de la Prée)

Documents requis : Licence FFA valide (ou PPS) + pièce d'identité — autorisation parentale pour les mineurs

ÉCO-RESPONSABILITÉ — OBLIGATOIRE

 **Gobelet personnel (EcoCup) INDISPENSABLE — aucun gobelet plastique fourni**

 Aucun déchet ne doit être jeté sur le parcours — zones de tri à l'arrivée et aux ravitaillements

 *Tout manquement peut entraîner la disqualification*

VILLAGE COURSE

 **Food trucks** dès 11h30

 **Orchestre** Mon Bistrot Préféré à partir de 11h30

 **Buvette** tenue par le club Run In Ré

RÈGLES ESSENTIELLES

- Dossard chronométré porté **DEVANT** — obligatoire
- Temps max : 2h00 sur 10 km / 3h00 sur 20 km
- Bâtons, poussettes, animaux, accompagnants non autorisés sur le parcours
- Joëlette acceptée sur accord préalable du CD (départ à l'arrière du 10 km)
- Code de la route à respecter sur les portions voie publique — aucune priorité sur les véhicules

RÉCOMPENSES

- Médaille finisher pour chaque participant ayant terminé l'épreuve
- Prix aux 3 premiers hommes et 3 premières femmes de chaque distance (présence obligatoire au podium)
- Prix par catégorie (non cumulable avec les podiums généraux, présence obligatoire)