

# RONDE DU SALBERT

10ème EDITION

4 épreuves.....pour tous

BELFORT (90)



# 25 Mars 2012

## NOUVEAUX PARCOURS



**Ronde des as : 14.5 km (D : +460 m)**

*Départ 10h00 - parking du vita du Salbert*



**Petit Salbert : 8 km (D : +200 m)**

*Départ 10h00 - parking du vita du Salbert*



**Cani-cross : 8 km (D : +200 m)**

*Départ 9h00 - parking du vita du Salbert*



**Nordic Walking : 8 km**

*1<sup>ère</sup> édition en liaison avec lecoachsante.com*

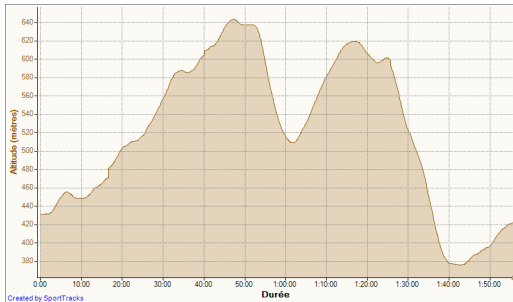
*Départ 10h15 - parking du vita du Salbert*

# Inscriptions

Par courrier à : Alain HEBERLE - 3 rue Alfred Engel - 90000 BELFORT  
Par tel : 03 84 26 45 18  
Par courriel à [belfort.marathon@gmail.com](mailto:belfort.marathon@gmail.com)  
Sur notre blog <http://rds.sportblog.fr/>

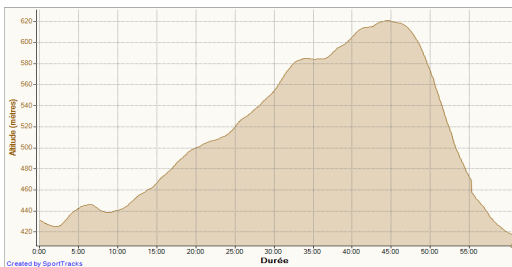
Inscriptions par Bulletin  
Date limite : 17 mars 2012

## Course "ronde des As"



La "ronde des As" part sur les traces du petit parcours jusqu'au tiers du parcours. Assez roulant dans l'ensemble avec 2 belles bosses, il faudra bien gérer son effort si l'on veut profiter du panorama offert au sommet en toute lucidité. C'est donc un tout nouveau parcours qui vous est proposé avec de nombreux changements de rythme.

## Course "petit Salbert", cani-cross et Nordic Walking



Un parcours très roulant au début qui devrait permettre au plus vélocé de s'exprimer pleinement. Attention toutefois aux excès de confiance dans la seconde partie de la descente avant de rejoindre la route et l'arrivée.

