

**Organisation : SPIRIDON ROMAND.**

- Date :** Jeudi 20 mai 2010 à 19h00.  
**Départ :** Cantine de Sauvabelin à Lausanne.  
**Genre d'épreuve :** Contre la montre, une manche.  
**Premier départ :** 19h00, puis toutes les 20 secondes.  
**Distance :** 5 km, vallonné.  
**Arrivée :** Haut de la Tour, 30 m /151 marches.  
**Dossards :** Cantine de la place de Sauvabelin.  
**Vestiaires :** Piscine de Bellevaux (à 10 min. à pied).  
**Catégories :**
1. Jeunesse filles 1991 - 1994
  2. Jeunesse garçons 1991 - 1994
  3. Dames 1971 - 1990
  4. Hommes 1971 - 1990
  5. Dames Vét. I 1961 - 1970
  6. Hommes Vét. I 1961 - 1970
  7. Dames Vét. II 1960 et plus âgées
  8. Hommes Vét. II 1960 et plus âgés
- Participation :** Maximum à 150 coureurs.  
**Prix d'inscription :** CHF 20.- par personne.  
Gratuit pour membres Spiridon romand.  
**Inscriptions :** Par internet, depuis [www.spiridon.ch](http://www.spiridon.ch) ou par bulletin se trouvant dans le prospectus.  
**Paiement :** BV 10-4870-9 Spiridon romand 1000 Lausanne.  
**Délai d'inscription :** 14 mai 2010.  
**Chronométrage :** Par Softtiming.  
**Inscriptions tardives :** Selon les places disponibles, maj. de 5.- CHF.  
**Distribution des prix :** 21h00 sous la cantine.  
**Prix spéciaux :** Aux premiers de chaque catégorie.  
**Prix souvenir :** A chaque participant(e).  
**Divers :** La Tour sera fermée au public de 19h00 à 21h00.  
**Assurances :** Du ressort de chaque participant. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident, de dommage ou de vol.  
**Restauration :** Petite restauration et boissons sur place.  
**IMPORTANT :** En cas de mauvaises conditions atmosphériques, la Tour pourrait être impraticable et la course raccourcie ou supprimée.  
**Renseignements :** Philippe Rochat  
Tél. 021-646 33 35 ou 078-672 13 34  
Ph\_rochat@bluewin.ch  
Daniel Laubscher 079-326 53 89